



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУ «СШОР №1»

А.Ю. Рязанов

« \_\_\_\_\_ » 20 \_\_\_\_ г.

### **Режим тренировочных занятий спортсменов в Государственном бюджетном учреждении «Спортивная школа олимпийского резерва № 1»**

1. Режим тренировочных занятий спортсменов в Государственном бюджетном учреждении «Спортивная школа олимпийского резерва № 1» (ГБУ «СШОР № 1») устанавливается расписанием. Расписание тренировочных занятий утверждает администрация ГБУ «СШОР № 1» по представлению тренера в целях установления более благоприятного режима тренировочных занятий, отдыха детей, обучения их в образовательных учреждениях с учетом возрастных особенностей и установленных санитарно-гигиенических норм.

2. Рекомендуемый минимальный возраст зачисления детей в ГБУ «СШОР №1» определяется в соответствии с Федеральными стандартами спортивной подготовки и Положением о правилах приема лиц в ГБУ «СШОР № 1» на программы спортивной подготовки.

3. Тренировочные занятия в ГБУ «СШОР № 1» могут проводиться в любой день недели, включая воскресные дни и каникулы.

4. Тренировочные занятия для спортсменов в ГБУ «СШОР № 1» начинаются не ранее 8.00. Окончание тренировочных занятий должно быть не позднее 20.00. Для спортсменов в возрасте 16-18 лет допускается окончание тренировок в 21.00.

5. Продолжительность тренировочных занятий в группах определяется согласно федеральным стандартам по видам спорта и требованиям СанПин 2.4.4.3172-14 от 20.08.2014 г.