



# Школа самбо, дзюдо и бокса

**Приглашает Вас овладеть приемами боевого искусства самозащиты.**

Обращаться: Дворец спорта, 2 этаж, телефон – 604096

## Самбо:

Старший тренер-преподаватель: *Гритчин Владимир Васильевич, Заслуженный тренер России*  
Тренеры-преподаватели: *Мамонтов Игорь Викторович*  
*Балыков Юрий Алексеевич, Заслуженный тренер России*

Расписание: (набор новичков):

- *понедельник, среда, пятница – 17.00 ч. - Гритчин В.В., Мамонтов И.В.*
- *понедельник, среда, пятница – 16.00 ч. - Балыков Ю.А.*

## Дзюдо:

Старший тренер-преподаватель: *Мялькин Валерий Васильевич*  
Тренеры-преподаватели: *Гритчин Игорь Владимирович, Заслуженный тренер России*  
*Аржаев Илья Валерьевич*  
*Киселев Михаил Владимирович*

Расписание: (набор новичков):

- *вторник, четверг – 17.00 ч.; суббота – 15.00 ч. - Мялькин В.В., Аржаев И.В., Киселёв М.В.*
- *вторник, среда – 18.00 ч.; суббота – 15-30 ч. - Гритчин И.В.*
- *понедельник, четверг – 18.00 ч. (группа ОФП для малышей) – Мялькин В.В., Гритчин И.В.*
- *понедельник, четверг – 19.00 ч. (оздоровительная группа для взрослых) - Аржаев И.В.*

## Бокс:

Тренер-преподаватель: *Бирюков Игорь Викторович*  
Расписание: (набор новичков): *понедельник, среда, пятница – 18.00 ч.*

## Физкультурно-оздоровительный комплекс «Лесной»,

### Бокс:

Старший тренер-преподаватель: *Ананьин Сергей Михайлович (тел. 89273831438)*  
Тренер-преподаватель: *Тенишев Рифат Ринатович*  
Расписание: (набор новичков) – *понедельник, среда, пятница - 16.30 ч.*