Внимание студентов очной формы обучения ПНИПУ!

Для Вас с 11 сентября начинают работу физкультурно- оздоровительные группы ( ФОГ) .

Для посещения ФОГ, вам необходимо иметь сменную спортивную обувь, одежду и медицинскую справку.  
РАСПИСАНИЕ (перечень ФОГ) БУДЕТ ДОПОЛНЯТЬСЯ.

ОБЩЕЖИТИЕ 5 , студенческий городок "Балатово"  
- тренажёрный зал понедельник- пятница 18.00-21.00, суббота 15.00-18.00.

ГЛАВНЫЙ КОРПУС  
- тренажёрный зал понедельник, среда, пятница 19.00-20.30, вторник, четверг 18.00-19.20, 19.30-21.00, суббота, воскресенье 8.30-14.30  
- баскетбол понедельник, пятница 16.30-19.30, вторник 16.30-18.00.  
- силовая фитнес- аэробика вторник, четверг 16.30- 18.00 ауд. 119  
- Чан Кэндо понедельник, пятница 18.00-19.30 ауд. 119.  
- шахматы понедельник, четверг, пятница 18.00- 20.00 ауд. 171-х, 105.

ФОК ПНИПУ (Куйбышева 109б):  
- самооборона вторник, четверг 19.00- 20.30  
- самооборона, вольная борьба, рукопашный бой понедельник, среда, четверг, пятница 19.00 - 20.30.  
- волейбол понедельник, четверг  
16.00-17.30, вторник, среда 15.30-17.00

КОМПЛЕКС ПНИПУ  
- тренажёрный зал (переход в общежитиях) понедельник-пятница 18.00-21.00, суббота 17.00-20.00.  
- кампус домашний фитнес понедельник, четверг 18.00-21.00.

ОНЛАЙН ЗАНЯТИЯ  
- шахматы суббота 15.00- 18.00 e-mail [syrchikov60@mail.ru](mailto:syrchikov60@mail.ru)- комплексная тренировка с элементами кроссфита понедельник, вторник среда, четверг 18.00-21.00 e-mail[renat\_batyrkaev@mail.ru](mailto:renat_batyrkaev@mail.ru)

ДОПОЛНЕНИЕ  
ОНЛАЙН ЗАНЯТИЯ СИЛОВАЯ ФИТНЕС-АЭРОБИКА  
-понедельник, среда, пятница, суббота 16.30-18.00.  
[legotkina.pstu@gmail.com](mailto:legotkina.pstu@gmail.com)