

**КОНСПЕКТ  
ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ**

*для спортсменов, занимающихся в группе / или спортсменов, занимающихся по индивидуальным планам спортивной подготовки (ССМ, ВСМ)*

<b>ФИО тренера</b>		
<b>Дата проведения тренировки по расписанию</b>		
<b>Группа/ФИО спортсмена(ов)</b>		
<b>Этап спортивной подготовки</b>		
<b>Направленность тренировки</b>		
<b>Требования к месту занятия, необходимый инвентарь</b>		
<b>содержание</b>	<b>дозировка</b>	<b>организационно-методические указания</b>
<b>1. Подготовительная часть (разминка)</b>		
<b>2. Основная часть</b>		
<b>3. Заключительная часть</b>		

Тренер \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /  
(подпись) (ФИО)