



Центр  
Физической  
культуры и  
спорта  
Западного  
округа

# Правила зачисления в физкультурно-оздоровительные и спортивные секции

1. Запись в физкультурно-оздоровительные и спортивные секции осуществляется непосредственно в учреждениях (в административном помещении, в местах проведения занятий).
2. Информация о месте и времени проведения записи, перечень необходимых документов размещается на сайте и на информационных стендах учреждения.
3. При записи заявитель предъявляет:
  - документ, удостоверяющий личность заявителя;
  - документ, удостоверяющий личность претендента (оригинал);
  - оригинал медицинской справки об отсутствии у претендента противопоказаний для занятий в выбранной физкультурно-оздоровительной или спортивной секции.
4. Для несовершеннолетних, не достигших возраста 14 лет, в качестве заявителей выступают законные представители несовершеннолетних (родители, усыновители или попечители).
5. При записи заявитель заполняет заявление.
6. Заявление или договор должны содержать следующие сведения:
  - о заявителе: фамилия, имя, отчество, дата рождения, данные паспорта (серия и номер, кем выдан, дата выдачи), номер СНИЛС, телефон;
  - о претенденте: фамилия, имя, отчество, пол, дата рождения, данные свидетельства о рождении (серия, номер, дата выдачи) или данные паспорта (серия и номер, кем выдан, дата выдачи).
7. Заявителю предоставляется полная информация о расписании работы секции, месте проведения занятий, требованиях к спортивной форме.



# Физкультурно оздоровительные комплексы (ФОК) ЗАО г. Москвы



ЮБИЛЕЙНЫЙ  
ул. Мосфильмовская  
д. 41



АЛЬБАТРОС  
ул. Рассказовская,  
д. 31



ВОСХОД  
ул. Щорса, д. 6



ЛАДЬЯ  
ул. Матвеевская,  
д. 36



РИТМ  
ул. Кунцевская, д. 6



СОЛНЕЧНЫЙ  
ул. 50 лет Октября,  
2Г



СТАРТ  
Кутузовский просп.,  
д. 71



СЕМЬЯ  
ул. Покрышкина,  
д. 3

# ФОК Юбилейный

## Виды спорта на ФОКе:

Дзюдо  
Футбол  
ОФП  
Волейбол  
Настольный теннис  
Флорбол



## Характеристики ФОКа:

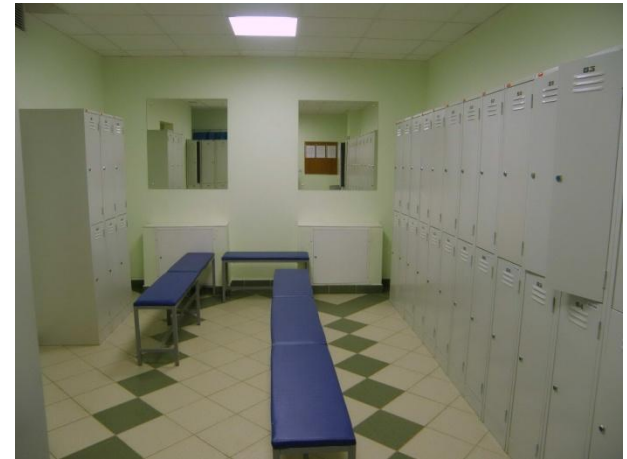
Большой зал: 36x18 м, крытый,  
покрытие — доска  
Малый зал: 15x6 м, крытый,  
покрытие — татами  
Футбольное поле: 22x44 м, покрытие  
— искусственное покрытие пятого  
поколения (ворс 5 см),  
современная система дренажа  
Инфраструктура: раздевалка,  
душевая, освещение  
Доступность для лиц с  
ограниченными возможностями



# ФОК Альбатрос

## Виды спорта в бассейне:

- Оздоровительное плавание;
- Обучение плаванию;
- Аква-аэробика;
- ОФП;
- ОФП для семей;
- Лыжные гонки;
- Скандинавская ходьба.



## Характеристики ФОКа:

Размер чаши бассейна: 25x14 м

Минимальная глубина: 1,2 м

Максимальная глубина: 1,8 м

Площадь чаши бассейна: 350 м<sup>2</sup>

Объем чаши бассейна: 520 м<sup>3</sup>

5 плавательных дорожек шириной:  
2,5 м

Температура воды: 27 градусов

Температура воздуха: 28-29 градусов



# ФОК Восход

## Виды спорта в бассейне:

- Оздоровительное плавание;
- Обучение плаванию;
- Аква-аэробика;
- ОФП;
- Бокс;
- Зал сухого плавания.



## Характеристики ФОКа:

- Размер чаши бассейна: 25x14 м
- Минимальная глубина: 1,2 м
- Максимальная глубина: 1,8 м
- Площадь чаши бассейна: 350 м<sup>2</sup>
- Объем чаши бассейна: 520 м<sup>3</sup>
- 5 плавательных дорожек шириной: 2,5 м
- Температура воды: 27 градусов
- Температура воздуха: 28-29 градусов

# ФОК Ладья

## Виды спорта:

Шахматы;

Шашки;

Армрестлинг.

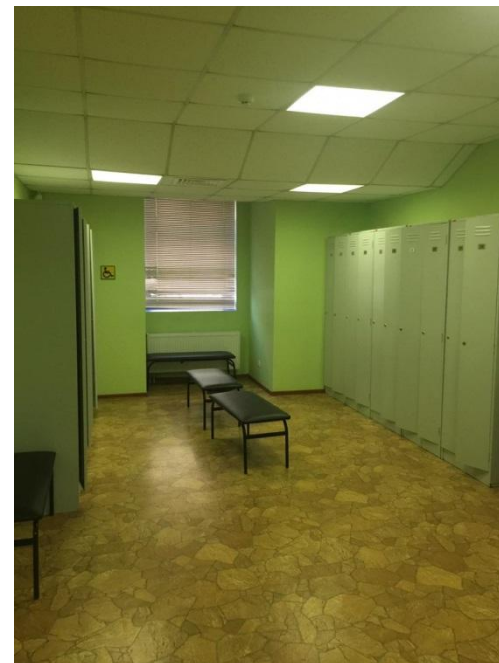


В Фокке так же есть тренажерный зал,  
просторные раздевалки



# ФОК РИТМ

**Виды спорта:**  
ОФП;  
Спортивные  
танцы.





# ФОК Солнечный

## Виды спорта:

Настольный теннис;  
Бадминтон;  
Художественная и  
оздоровительная  
гимнастика;  
Хореография;  
ОФП.



# ФОК Старт

## **Виды спорта:**

Джиу-джитсу;  
Смешанные  
единоборства;  
Фитнес;  
Аэробика;  
Стретчинг.



# ФОК Семья

## Дети и взрослые:

Мини-футбол;  
Бадминтон;  
ОФП;  
Фехтование;  
Единоборства;  
Вольная борьба;  
Греко-римская борьба;  
Шашки/шахматы;  
Танцы;  
Йога;  
Гимнастика;  
Кроссфит;  
Тренажёрный зал.



## Информация о залах:

- Зал № 1 - Размер 18x36 м, с разметками: минифутбол, бадминтон, волейбол. Покрытие: спортивный паркет. Инвентарь: ворота, стойки для бадминтона, стойки для волейбола  
- Зал № 2, №4 - покрытие: спортивные маты средней плотности. Размер 100 кв.м  
- Зал № 3, №5 - покрытие: линолеум. Размер 104 кв.м, оборудован: зеркала, станок хореографический

# РУКОВОДСТВО



**Цеханович Василий Михайлович**  
Директор



**Лебедева Виктория Викторовна**  
Заместитель директора по физкультурно-  
спортивной работе

**Адрес:** [ул. Кременчугская, д. 5, корп. 3](#)  
**Отдел спортивно-массовой работы и  
внедрения комплекса ГТО**  
+7 (499) 233-20-43  
+7 (499) 233-21-74 (по вопросам ГТО)  
[sport@zaosport.ru](mailto:sport@zaosport.ru)