Учебный план подготовки на 52 недели
учебно-тренировочных занятий (в часах)

№ п/п	Разделы подготовки	1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения	4 год обучения	5 год обучения
1.	Теоретическая подготовка	6	6	6	6	6
2.	Общая физическая подготовка	100	80	60	60	60
3.	Специальная физическая подготовка	77	87	97	97	97
4.	Технико-тактическая подготовка	49	59	69	69	69
5.	Работа по индивидуальным планам	80	80	80	80	80
6.	Контрольные соревнования	Согласно календарного плана спортивно-массовых мероприятий				
8.	Инструкторская и судейская практика	В течение всего периода обучения				
9.	Медицинское обследование	В течение всего периода обучения				
10.	Психологическая подготовка	В учебно-тренировочном процессе				
	Общее количество часов	**312**	**312**	**312**	**312**	**312**