

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ КАЛИНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ

государственное автономное учреждение Калининградской области профессиональная образовательная организация "Колледж сервиса и туризма"

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

программы подготовки специалистов среднего звена среднего профессионального образования

43.02.17

43.02.17 ТЕХНОЛОГИИ ИНДУСТРИИ КРАСОТЫ  
Профиль СОО: социально-экономический

Направленность программы: Эстетическая косметология

Квалификация: *Специалист индустрии красоты*

Год начала подготовки (по учебному плану) 2026

Форма обучения: *Очная форма*

Образовательный стандарт (ФГОС) № 775 от 26.08.2022

Срок получения образования по ОП: *2 г. 10 м.*

Уровень образования при приеме на обучение: *основное общее образование*

| Основной | Виды деятельности                            |
|----------|----------------------------------------------|
| +        | предоставление косметических услуг           |
| -        | предоставление маникюрных и педикюрных услуг |
| -        | предоставление парикмахерских услуг          |

|                                   |                                                                                                         | Формы пром. атт. |               |    |        | Итого акад. часов |          |            |      |     |      |            | Объём ОП    |            | Курс 1             |     |                |     |               |                        |       |     |                |     |               |      |    |      |
|-----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|---------------|----|--------|-------------------|----------|------------|------|-----|------|------------|-------------|------------|--------------------|-----|----------------|-----|---------------|------------------------|-------|-----|----------------|-----|---------------|------|----|------|
|                                   |                                                                                                         |                  |               |    |        |                   |          |            |      |     |      |            |             |            | Семестр 1 [17 нед] |     |                |     |               | Семестр 2 [23 2/6 нед] |       |     |                |     |               |      |    |      |
| Индекс                            | Наименование                                                                                            | Экза мен         | Зачет с оц.   | КР | Контр. | Трудо- емкость    | По плану | Конт. раб. | Конс | СР  | ПАтт | Пр. подгот | Обяз. часть | Вар. часть | Итого              | Лек | Лек пр. подгот | Пр  | Пр пр. подгот | СР                     | Итого | Лек | Лек пр. подгот | Пр  | Пр пр. подгот | Конс | СР | ПАтт |
| ОП.ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА |                                                                                                         |                  |               |    |        | 1476              | 1476     | 1378       | 24   | 74  | 24   | 342        | 100%        | 0%         | 612                | 318 | 30             | 272 | 82            | 22                     | 864   | 370 | 46             | 394 | 184           | 24   | 52 | 24   |
| СОО.Среднее общее образование     |                                                                                                         |                  |               |    |        | 1476              | 1476     | 1378       | 24   | 74  | 24   | 342        | 1476        |            | 612                | 318 | 30             | 272 | 82            | 22                     | 864   | 370 | 46             | 394 | 184           | 24   | 52 | 24   |
| ОУП                               | Обязательные учебные предметы                                                                           | 2222             | 12222<br>2222 |    | 111    | 1324              | 1324     | 1264       | 24   | 36  | 24   | 300        | 1324        |            | 536                | 270 | 30             | 254 | 64            | 12                     | 788   | 346 | 46             | 370 | 160           | 24   | 24 | 24   |
| ОУП.01                            | Русский язык                                                                                            | 2                |               |    |        | 88                | 88       | 78         | 6    | 4   | 6    | 12         | 88          |            | 36                 | 18  | 2              | 16  | 2             | 2                      | 52    | 18  | 4              | 20  | 4             | 6    | 2  | 6    |
| ОУП.02                            | Литература                                                                                              |                  | 2             |    |        | 94                | 94       | 90         |      | 4   |      | 16         | 94          |            | 36                 | 18  |                | 16  |               | 2                      | 58    | 22  |                | 34  | 16            |      | 2  |      |
| ОУП.03                            | Иностранный язык                                                                                        | 2                |               |    | 1      | 160               | 160      | 150        | 6    | 4   | 6    | 58         | 160         |            | 62                 |     |                | 60  | 28            | 2                      | 98    |     |                | 84  | 30            | 6    | 2  | 6    |
| ОУП.04                            | Информатика                                                                                             |                  | 2             |    |        | 74                | 74       | 72         |      | 2   |      | 32         | 74          |            | 32                 | 10  | 6              | 22  | 8             |                        | 42    | 18  | 8              | 22  | 10            |      | 2  |      |
| ОУП.05                            | Физика                                                                                                  |                  | 2             |    |        | 80                | 80       | 78         |      | 2   |      | 36         | 80          |            | 34                 | 30  | 14             | 4   |               |                        | 46    | 36  | 14             | 8   | 8             |      | 2  |      |
| ОУП.06                            | Химия                                                                                                   |                  | 2             |    |        | 80                | 80       | 78         |      | 2   |      | 22         | 80          |            | 34                 | 12  |                | 22  | 6             |                        | 46    | 18  | 4              | 26  | 12            |      | 2  |      |
| ОУП.07                            | Биология                                                                                                |                  | 2             |    |        | 46                | 46       | 44         |      | 2   |      | 8          | 46          |            |                    |     |                |     |               |                        | 46    | 26  | 4              | 18  | 4             |      | 2  |      |
| ОУП.08                            | История                                                                                                 |                  | 2             |    |        | 94                | 94       | 92         |      | 2   |      | 12         | 94          |            | 34                 | 18  |                | 16  | 2             |                        | 60    | 36  |                | 22  | 10            |      | 2  |      |
| ОУП.09                            | Обществознание                                                                                          | 2                |               |    | 1      | 184               | 184      | 174        | 6    | 4   | 6    | 42         | 184         |            | 70                 | 38  | 4              | 30  | 8             | 2                      | 114   | 52  | 10             | 48  | 20            | 6    | 2  | 6    |
| ОУП.10                            | География                                                                                               |                  | 1             |    |        | 38                | 38       | 36         |      | 2   |      | 8          | 38          |            | 38                 | 22  | 4              | 14  | 4             | 2                      |       |     |                |     |               |      |    |      |
| ОУП.11                            | Физическая культура                                                                                     |                  | 2             |    |        | 80                | 80       | 78         |      | 2   |      | 18         | 80          |            | 34                 | 2   |                | 32  | 6             |                        | 46    | 6   | 2              | 38  | 10            |      | 2  |      |
| ОУП.12                            | Основы безопасности и защита Родины                                                                     |                  | 2             |    |        | 74                | 74       | 72         |      | 2   |      | 10         | 74          |            | 34                 | 12  |                | 22  |               |                        | 40    | 14  |                | 24  | 10            |      | 2  |      |
| ОУП.13                            | Математика                                                                                              | 2                |               |    | 1      | 232               | 232      | 222        | 6    | 4   | 6    | 26         | 232         |            | 92                 | 90  |                |     |               | 2                      | 140   | 100 |                | 26  | 26            | 6    | 2  | 6    |
| ОУД.14                            | Учебный предмет по выбору                                                                               |                  | 2             |    |        | 80                | 80       | 78         |      | 2   |      | 42         | 80          |            | 36                 | 18  |                | 18  | 18            |                        | 44    | 18  |                | 24  | 24            |      | 2  |      |
| ОУД.14.1                          | Введение в специальность                                                                                |                  | 2             |    |        | 80                | 80       | 78         |      | 2   |      | 42         | 80          |            | 36                 | 18  |                | 18  | 18            |                        | 44    | 18  |                | 24  | 24            |      | 2  |      |
| ОУД.14.2                          | Родной язык                                                                                             |                  | 2             |    |        | 80                | 80       | 78         |      | 2   |      | 42         | 80          |            | 36                 | 18  |                | 18  | 18            |                        | 44    | 18  |                | 24  | 24            |      | 2  |      |
| ОУД.15                            | Учебный предмет по выбору                                                                               |                  | 2             |    |        | 72                | 72       | 36         |      | 36  |      |            | 72          |            | 40                 | 30  |                |     |               | 10                     | 32    | 6   |                |     |               | 26   |    |      |
| ОУД.15.1                          | Основы проектной деятельности                                                                           |                  | 2             |    |        | 72                | 72       | 36         |      | 36  |      |            | 72          |            | 40                 | 30  |                |     |               | 10                     | 32    | 6   |                |     |               | 26   |    |      |
| ПП.ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА    |                                                                                                         |                  |               |    |        | 2952              | 2952     | 2632       | 30   | 272 | 48   | 1540       | 2124        | 828        |                    |     |                |     |               |                        |       |     |                |     |               |      |    |      |
| СГЦ.Социально-гуманитарный цикл   |                                                                                                         |                  |               |    |        | 428               | 428      | 384        | 6    | 38  | 6    | 208        | 382         | 46         |                    |     |                |     |               |                        |       |     |                |     |               |      |    |      |
| СГЦ.01                            | История России                                                                                          |                  | 4             |    |        | 66                | 66       | 60         |      | 6   |      | 20         | 50          | 16         |                    |     |                |     |               |                        |       |     |                |     |               |      |    |      |
| СГЦ.02                            | Иностранный язык в профессиональной деятельности                                                        | 6                |               |    | 4      | 152               | 152      | 122        | 6    | 24  | 6    | 80         | 134         | 18         |                    |     |                |     |               |                        |       |     |                |     |               |      |    |      |
| СГЦ.03                            | Безопасность жизнедеятельности                                                                          |                  | 3             |    |        | 76                | 76       | 68         |      | 8   |      | 38         | 68          | 8          |                    |     |                |     |               |                        |       |     |                |     |               |      |    |      |
| СГЦ.04                            | Физическая культура                                                                                     |                  | 46            |    |        | 134               | 134      | 134        |      |     |      | 70         | 130         | 4          |                    |     |                |     |               |                        |       |     |                |     |               |      |    |      |
| ОПЦ.Общепрофессиональный цикл     |                                                                                                         |                  |               |    |        | 568               | 568      | 482        | 12   | 74  | 12   | 192        | 400         | 168        |                    |     |                |     |               |                        |       |     |                |     |               |      |    |      |
| ОПЦ.01                            | Информационное обеспечение профессиональной деятельности                                                | 6                |               |    | 4      | 138               | 138      | 110        | 6    | 22  | 6    | 40         | 98          | 40         |                    |     |                |     |               |                        |       |     |                |     |               |      |    |      |
| ОПЦ.02                            | Анатомия и физиология человека                                                                          |                  | 3             |    |        | 42                | 42       | 36         |      | 6   |      |            | 32          | 10         |                    |     |                |     |               |                        |       |     |                |     |               |      |    |      |
| ОПЦ.03                            | Санитария и гигиена в сфере услуг                                                                       |                  | 3             |    |        | 42                | 42       | 36         |      | 6   |      |            | 32          | 10         |                    |     |                |     |               |                        |       |     |                |     |               |      |    |      |
| ОПЦ.04                            | Рисунок и живопись                                                                                      | 6                |               |    |        | 128               | 128      | 106        | 6    | 16  | 6    | 72         | 100         | 28         |                    |     |                |     |               |                        |       |     |                |     |               |      |    |      |
| ОПЦ.05                            | Организация и ведение коммерческой деятельности специалиста индустрии красоты                           |                  | 6             | 6  |        | 120               | 120      | 106        |      | 14  |      | 46         | 86          | 34         |                    |     |                |     |               |                        |       |     |                |     |               |      |    |      |
| ОПЦ.06                            | Деловые и профессиональные коммуникации                                                                 |                  | 6             |    |        | 58                | 58       | 52         |      | 6   |      | 16         | 52          | 6          |                    |     |                |     |               |                        |       |     |                |     |               |      |    |      |
| ОПЦ.07                            | Материаловедение                                                                                        |                  | 3             |    |        | 40                | 40       | 36         |      | 4   |      | 18         | 40          |            |                    |     |                |     |               |                        |       |     |                |     |               |      |    |      |
| ПЦ.Профессиональный цикл          |                                                                                                         |                  |               |    |        | 1740              | 1740     | 1550       | 12   | 160 | 30   | 1140       | 1126        | 614        |                    |     |                |     |               |                        |       |     |                |     |               |      |    |      |
| ПМ.01                             | ПМ.01 Предоставление косметических услуг                                                                | 55               | 3445          |    |        | 792               | 792      | 710        | 6    | 70  | 12   | 474        | 550         | 242        |                    |     |                |     |               |                        |       |     |                |     |               |      |    |      |
| МДК.01.01                         | МДК.01.01 Санитарно - гигиеническая подготовка зоны обслуживания для предоставления косметических услуг |                  | 3             |    |        | 80                | 80       | 68         |      | 12  |      |            | 68          | 12         |                    |     |                |     |               |                        |       |     |                |     |               |      |    |      |
| МДК.01.02                         | МДК.01.02 Выполнение косметических услуг по уходу за кожей лица, шеи и зоны декольте                    |                  | 4             |    |        | 210               | 210      | 190        |      | 20  |      | 92         | 180         | 30         |                    |     |                |     |               |                        |       |     |                |     |               |      |    |      |

[illegible]

| Индекс                                  | Наименование                                                                                             | Формы пром. атт. |             |    |        | Итого акад. часов |          |            |      |     |      | Объём ОП |        | Курс 1     |             |            |                    |     |               |       |       |                        |                |     |               |      |    |      |
|-----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-------------|----|--------|-------------------|----------|------------|------|-----|------|----------|--------|------------|-------------|------------|--------------------|-----|---------------|-------|-------|------------------------|----------------|-----|---------------|------|----|------|
|                                         |                                                                                                          | Экза мен         | Зачет с оц. | КР | Контр. | Трудо- емкость    | По плану | Конт. раб. | Конс | СР  | ПАТТ |          |        | Пр. подгот | Обяз. часть | Вар. часть | Семестр 1 [17 нед] |     |               |       |       | Семестр 2 [23 2/6 нед] |                |     |               |      |    |      |
|                                         |                                                                                                          |                  |             |    |        |                   |          |            |      |     |      |          |        |            | Итого       | Лек        | Лек пр. подгот     | Пр  | Пр пр. подгот | СР    | Итого | Лек                    | Лек пр. подгот | Пр  | Пр пр. подгот | Конс | СР | ПАТТ |
| МДК.01.03                               | МДК.01.03 Выполнение косметических услуг по уходу за телом, эстетической коррекции тела клиента          | 5                |             |    |        | 196               | 196      | 164        | 6    | 26  | 6    | 94       | 176    | 20         |             |            |                    |     |               |       |       |                        |                |     |               |      |    |      |
| УП.01.02                                | Учебная практика по ПМ.01                                                                                |                  | 4           |    |        | 144               | 144      | 144        |      |     |      | 144      | 72     | 72         |             |            |                    |     |               |       |       |                        |                |     |               |      |    |      |
| УП.01.03                                | Учебная практика по ПМ.01                                                                                |                  | 5           |    |        | 144               | 144      | 144        |      |     |      | 144      | 36     | 108        |             |            |                    |     |               |       |       |                        |                |     |               |      |    |      |
| ПМ.01.ЭК                                | Экзамен по модулю ПМ.01                                                                                  | 5                |             |    |        | 18                | 18       |            |      | 12  | 6    |          | 18     |            |             |            |                    |     |               |       |       |                        |                |     |               |      |    |      |
| ПМ.02                                   | ПМ.02 Предоставление маникюрных и педикюрных услуг                                                       | 6                | 6666        |    |        | 420               | 420      | 362        |      | 52  | 6    | 302      | 342    | 78         |             |            |                    |     |               |       |       |                        |                |     |               |      |    |      |
| МДК.02.01                               | МДК.02.01 Предоставление маникюрных услуг                                                                |                  | 6           |    |        | 140               | 140      | 120        |      | 20  |      | 86       | 120    | 20         |             |            |                    |     |               |       |       |                        |                |     |               |      |    |      |
| МДК.02.02                               | МДК.02.02 Предоставление педикюрных услуг                                                                |                  | 6           |    |        | 118               | 118      | 98         |      | 20  |      | 72       | 96     | 22         |             |            |                    |     |               |       |       |                        |                |     |               |      |    |      |
| УП.02.01                                | Учебная практика по ПМ.02                                                                                |                  | 6           |    |        | 72                | 72       | 72         |      |     |      | 72       | 72     |            |             |            |                    |     |               |       |       |                        |                |     |               |      |    |      |
| УП.02.02                                | Учебная практика по ПМ.02                                                                                |                  | 6           |    |        | 72                | 72       | 72         |      |     |      | 72       | 36     | 36         |             |            |                    |     |               |       |       |                        |                |     |               |      |    |      |
| ПМ.02.ЭК                                | Экзамен по модулю ПМ.02                                                                                  | 6                |             |    |        | 18                | 18       |            |      | 12  | 6    |          | 18     |            |             |            |                    |     |               |       |       |                        |                |     |               |      |    |      |
| ПМ.03                                   | ПМ.03 Выполнение работ по одной или нескольким профессиям рабочих, должностям служащих: 16437 Парикмахер | 44               | 344         |    |        | 528               | 528      | 478        | 6    | 38  | 12   | 364      | 234    | 294        |             |            |                    |     |               |       |       |                        |                |     |               |      |    |      |
| МДК.03.01                               | МДК.03.01 Выполнение стрижек и укладок волос                                                             |                  | 3           |    |        | 38                | 38       | 36         |      | 2   |      | 18       |        | 38         |             |            |                    |     |               |       |       |                        |                |     |               |      |    |      |
| МДК.03.02                               | МДК.03.02 Выполнение окрашивания волос                                                                   |                  | 4           |    |        | 40                | 40       | 36         |      | 4   |      | 18       |        | 40         |             |            |                    |     |               |       |       |                        |                |     |               |      |    |      |
| МДК.03.03                               | МДК.03.03 Выполнение классических и современных причёсок                                                 | 4                |             |    |        | 144               | 144      | 118        | 6    | 20  | 6    | 76       |        | 144        |             |            |                    |     |               |       |       |                        |                |     |               |      |    |      |
| УП.03                                   | Учебная практика по ПМ.03                                                                                |                  | 4           |    |        | 288               | 288      | 288        |      |     |      | 252      | 216    | 72         |             |            |                    |     |               |       |       |                        |                |     |               |      |    |      |
| ПМ.03.ЭК                                | Квалификационный экзамен                                                                                 | 4                |             |    |        | 18                | 18       |            |      | 12  | 6    |          | 18     |            |             |            |                    |     |               |       |       |                        |                |     |               |      |    |      |
| ГИА.Государственная итоговая аттестация |                                                                                                          |                  |             |    |        | 216               | 216      | 216        |      |     |      |          | 216    |            |             |            |                    |     |               |       |       |                        |                |     |               |      |    |      |
| ГИА.01                                  | Подготовка выпускной квалификационной работы                                                             |                  |             |    |        | 144               | 144      | 144        |      |     |      |          | 144    |            |             |            |                    |     |               |       |       |                        |                |     |               |      |    |      |
| ГИА.02                                  | Демонстрационный экзамен "КОД 43.02.17-3-2028"                                                           |                  |             |    |        | 72                | 72       | 72         |      |     |      |          | 72     |            |             |            |                    |     |               |       |       |                        |                |     |               |      |    |      |
|                                         | Итого акад. часов (без факультативов)                                                                    |                  |             |    |        | 4428              | 4428     | 4010       | 54   | 346 | 72   | 1882     | 69.74% | 30.26%     | 612         | 318        |                    | 272 |               | 22    | 864   | 370                    |                | 394 |               | 24   | 52 | 24   |
|                                         | Учебные практики, акад. часов                                                                            |                  |             |    |        | 720 [20 нед.]     |          |            |      |     |      |          |        |            |             |            |                    |     |               |       |       |                        |                |     |               |      |    |      |
|                                         | Производственные практики, акад. часов                                                                   |                  |             |    |        |                   |          |            |      |     |      |          |        |            |             |            |                    |     |               |       |       |                        |                |     |               |      |    |      |
|                                         | Производственная практика (преддипломная), акад. часов                                                   |                  |             |    |        |                   |          |            |      |     |      |          |        |            |             |            |                    |     |               |       |       |                        |                |     |               |      |    |      |
|                                         | Недельная нагрузка в периодах обучения (акад. час/нед)                                                   |                  |             |    |        |                   |          |            |      |     |      |          | 36     |            |             |            |                    |     |               |       |       |                        |                |     |               |      | 36 |      |
|                                         | Контактная работа (акад. час/нед)                                                                        |                  |             |    |        |                   |          |            |      |     |      |          | 34.71  |            |             |            |                    |     |               | 33.78 |       |                        |                |     |               |      |    |      |

| Курс 2             |     |                |     |               |    |                        |     |                |     |               |      |    | Курс 3                 |       |     |                |     |               |      |                        |      |       |     |                |     |               |     |                |      |    |      |
|--------------------|-----|----------------|-----|---------------|----|------------------------|-----|----------------|-----|---------------|------|----|------------------------|-------|-----|----------------|-----|---------------|------|------------------------|------|-------|-----|----------------|-----|---------------|-----|----------------|------|----|------|
| Семестр 3 [13 нед] |     |                |     |               |    | Семестр 4 [13 4/6 нед] |     |                |     |               |      |    | Семестр 5 [12 4/6 нед] |       |     |                |     |               |      | Семестр 6 [15 2/6 нед] |      |       |     |                |     |               |     |                |      |    |      |
| Итого              | Лек | Лек пр. подгот | Пр  | Пр пр. подгот | СР | Итого                  | Лек | Лек пр. подгот | Пр  | Пр пр. подгот | Конс | СР | ПАТТ                   | Итого | Лек | Лек пр. подгот | Пр  | Пр пр. подгот | Конс | СР                     | ПАТТ | Итого | Лек | Лек пр. подгот | Пр  | Пр пр. подгот | КРП | КРП пр. подгот | Конс | СР | ПАТТ |
|                    |     |                |     |               |    | 48                     | 22  |                | 20  | 10            |      | 6  |                        | 148   | 32  |                | 84  | 84            | 6    | 20                     | 6    |       |     |                |     |               |     |                |      |    |      |
| 72                 |     |                | 72  | 72            |    | 72                     |     |                | 72  | 72            |      |    |                        |       |     |                |     |               |      |                        |      |       |     |                |     |               |     |                |      |    |      |
|                    |     |                |     |               |    | 72                     |     |                | 72  | 72            |      |    |                        | 72    |     |                | 72  | 72            |      |                        |      |       |     |                |     |               |     |                |      |    |      |
|                    |     |                |     |               |    |                        |     |                |     |               |      |    |                        | 18    |     |                |     |               |      | 12                     | 6    |       |     |                |     |               |     |                |      |    |      |
|                    |     |                |     |               |    |                        |     |                |     |               |      |    |                        | 196   | 30  |                | 152 | 152           |      | 14                     |      | 224   | 28  |                | 152 | 150           |     |                |      | 38 | 6    |
|                    |     |                |     |               |    |                        |     |                |     |               |      |    |                        | 70    | 18  |                | 44  | 44            |      | 8                      |      | 70    | 16  |                | 42  | 42            |     |                |      | 12 |      |
|                    |     |                |     |               |    |                        |     |                |     |               |      |    |                        | 54    | 12  |                | 36  | 36            |      | 6                      |      | 64    | 12  |                | 38  | 36            |     |                |      | 14 |      |
|                    |     |                |     |               |    |                        |     |                |     |               |      |    |                        | 36    |     |                | 36  | 36            |      |                        |      | 36    |     |                | 36  | 36            |     |                |      |    |      |
|                    |     |                |     |               |    |                        |     |                |     |               |      |    |                        | 36    |     |                | 36  | 36            |      |                        |      | 36    |     |                | 36  | 36            |     |                |      |    |      |
|                    |     |                |     |               |    |                        |     |                |     |               |      |    |                        |       |     |                |     |               |      |                        | 18   |       |     |                |     |               |     |                | 12   | 6  |      |
| 166                | 36  |                | 118 | 118           | 12 | 362                    | 36  |                | 282 | 246           | 6    | 26 | 12                     |       |     |                |     |               |      |                        |      |       |     |                |     |               |     |                |      |    |      |
| 38                 | 18  |                | 18  | 18            | 2  |                        |     |                |     |               |      |    |                        |       |     |                |     |               |      |                        |      |       |     |                |     |               |     |                |      |    |      |
|                    |     |                |     |               |    | 40                     | 18  |                | 18  | 18            |      | 4  |                        |       |     |                |     |               |      |                        |      |       |     |                |     |               |     |                |      |    |      |
| 56                 | 18  |                | 28  | 28            | 10 | 88                     | 18  |                | 48  | 48            | 6    | 10 | 6                      |       |     |                |     |               |      |                        |      |       |     |                |     |               |     |                |      |    |      |
| 72                 |     |                | 72  | 72            |    | 216                    |     |                | 216 | 180           |      |    |                        |       |     |                |     |               |      |                        |      |       |     |                |     |               |     |                |      |    |      |
|                    |     |                |     |               |    | 18                     |     |                |     |               |      | 12 | 6                      |       |     |                |     |               |      |                        |      |       |     |                |     |               |     |                |      |    |      |
|                    |     |                |     |               |    |                        |     |                |     |               |      |    |                        |       |     |                |     |               |      |                        | 216  |       |     | 216            |     |               |     |                |      |    |      |
|                    |     |                |     |               |    |                        |     |                |     |               |      |    |                        |       |     |                |     |               |      |                        | 144  |       |     | 144            |     |               |     |                |      |    |      |
|                    |     |                |     |               |    |                        |     |                |     |               |      |    |                        |       |     |                |     |               |      |                        | 72   |       |     | 72             |     |               |     |                |      |    |      |
| 612                | 250 |                | 306 |               | 56 | 864                    | 172 |                | 610 |               | 6    | 64 | 12                     | 612   | 100 |                | 424 |               | 6    | 70                     | 12   | 864   | 130 |                | 590 |               | 20  |                | 18   | 82 | 24   |
| 144 [4 нед.]       |     |                |     |               |    | 360 [10 нед.]          |     |                |     |               |      |    | 144 [4 нед.]           |       |     |                |     |               |      | 72 [2 нед.]            |      |       |     |                |     |               |     |                |      |    |      |
|                    |     |                |     |               |    |                        |     |                |     |               |      |    |                        |       |     |                |     |               |      |                        |      |       |     |                |     |               |     |                |      |    |      |
| 36                 |     |                |     |               |    | 36                     |     |                |     |               |      |    | 36                     | 36    |     |                |     |               |      |                        | 36   | 36    |     |                |     |               |     |                |      |    | 36   |
| 31.7               |     |                |     |               |    | 31.32                  |     |                |     |               |      |    | 30.48                  |       |     |                |     |               |      | 30.66                  |      |       |     |                |     |               |     |                |      |    |      |