

**Расписание бесплатных занятий на апрель 2024 года  
Восточного округа**

(расписание работы дополнительно уточнять по указанным номерам телефонов, социальных сетях и официальных сайтах учреждений)

| № п/п | Направление деятельности                                   | Возраст занимающихся         | Адрес места проведения           | Спортивный объект               | Понедельник                | Вторник     | Среда       | Четверг     | Пятница                    | Суббота                    | Воскресенье             | Учреждение, телефон              | Ф.И.О. инструктора по спорту |
|-------|--|------------------------------|----------------------------------|---------------------------------|----------------------------|-------------|-------------|-------------|----------------------------|----------------------------|-------------------------|----------------------------------|------------------------------|
| 1     | Баскетбол  | 20-35 лет                    | Ул. Валерии Гнаровской, 3А       | Спортивный зал школы №70        |                            | 19.00-21.00 |             | 19.30-21.30 |                            |                            |                         | МАУ ДО СШ "НЕГЕ" 48-59-67        | Харлов Николай Михайлович    |
| 2     | Волейбол   | 18-55 лет                    | Ул. Валентины Трофимовой, 10     | Спортивная площадка             |                            | 18.00-21.00 | 19.00-22.00 | 18.00-21.00 | 19.00-22.00                | 16.00-18.00<br>19.00-22.00 | 15.30-18.00 19.00-22.00 | МАУ ДО СШ "Центр Дзюдо" 32-72-56 | Ермаков Алексей Юрьевич      |
| 3     | Волейбол   | 14-18 лет                    | Ул. Валерии Гнаровской, 3А       | Спортивный зал школы №70        | 18.15-20.15                |             |             | 17.30-19.30 |                            | 12.00-14.00                |                         | МАУ ДО СШ "НЕГЕ" 48-59-67        | Харлов Николай Михайлович    |
| 4     | Волейбол, скандинавская ходьба                             | 10-13 лет                    | ул. Пермякова, 39А               | Спортивный зал                  | 07.00-10.00                |             | 07.00-10.00 |             | 17.00-19.00                | 8.00-11.00<br>17.00-19.00  | 17.00-19.00             | МАУ ДО СШ №1 34-80-98            | Прихненко Игорь Юрьевич      |
| 5     | Возрастная гимнастика                                      | 40-80 лет                    | Ул. Валерии Гнаровской, 1        | Спортивная площадка             | 11.45-13.15                | 11.30-13.00 | 11.45-13.15 |             | 11.45-13.15                |                            |                         | МАУ ДО СШ "Центр Дзюдо" 32-72-56 | Хомутина Тамара Дмитриевна   |
| 6     | ЛФК и АФК с элементами танцетерапии и скандинавской ходьбы | 18 лет и старше              | Ул. Николая Фёдорова, 28         | Сквер "Льва Ровнина"            |                            | 15.00-18.00 |             |             |                            |                            | 15.00-18.00 19.00-22.00 | МАУ ДО СШ "Центр Дзюдо" 32-72-56 | Августа Елена Николаевна     |
| 7     | Мини-футбол  | 7-40 лет                     | Ул. Николая Никитина, 2 кор. 1   | Спортивная площадка             |                            |             | 19.00-22.00 |             | 19.00-22.00                | 16.00-18.00<br>19.00-22.00 | 13.00-16.00 18.00-22.00 | МАУ ДО ДЮЦ "Пламя" 33-16-59      | Берснев Юрий Васильевич      |
| 8     | Мини-футбол  | 18 лет и старше              | Ул. Монтажников, 11              | Футбольное поле                 |                            | 19.00-21.00 |             | 19.00-21.00 | 19.00-21.00                | 19.00-21.00                | 19.00-21.00             | МАУ ДО ДЮЦ "Пламя" 33-16-59      | Бахтин Виктор Анатольевич    |
| 9     | Мини-футбол  | 7-17 лет                     | Ул. Монтажников, 11              | Футбольное поле                 |                            | 17.00-19.00 |             | 17.00-19.00 | 17.00-19.00                | 16.30-19.00                |                         | МАУ ДО ДЮЦ "Пламя" 33-16-59      | Бахтин Виктор Анатольевич    |
| 10    | Мини-футбол  | 7-17 лет                     | Ул. Валентины Трофимовой, 10     | Спортивная площадка             |                            |             | 16.00-19.00 |             | 16.00-19.00                |                            | 11.00-14.00             | МАУ ДО ДЮЦ "Старт" 21-47-15      | Лалин Александр Аркадьевич   |
| 11    | Мини-футбол  | 7-17 лет                     | Ул. Пермякова, 69                | Спортивная площадка             |                            |             |             |             | 18.00-21.00                | 18.00-21.00                | 18.00-21.00             | МАУ ДО ДЮЦ "Пламя" 33-16-59      | Пириев Атамурад Хуммедович   |
| 12    | Мини-футбол, ОФП   | 7-17 лет                     | Ул. Монтажников, 15 А            | Спортивная площадка             | 18.00-21.00                |             | 18.00-21.00 |             | 18.00-21.00                |                            |                         | МАУ ДО ДЮЦ "Пламя" 33-16-59      | Милицкий Александр Павлович  |
| 13    | ОФП  | 7-17 лет                     | Ул. Евгения Богдановича, 11кор.3 | Спортивная площадка             |                            |             |             | 19.00-22.00 |                            | 19.00-22.00                | 19.00-22.00             | МАУ ДО ДЮЦ "Старт" 21-47-15      | Кодов Амир Кенжебаевич       |
| 14    | ОФП  | 14-17 лет<br>30 лет и старше | Ул. Николая Фёдорова, 8          | Спортивная площадка             |                            |             | 14.00-17.00 | 14.00-17.00 | 14.00-17.00                |                            |                         | МАУ ДО СШ "Центр Дзюдо" 32-72-56 | Отраднова Анна Федоровна     |
| 15    | ОФП  | 30-59 лет                    | Ул. Николая Фёдорова, 3          | Стадион школы №60               | 13:00-17:00                | 13:00-17:00 | 13:00-14:00 |             |                            |                            |                         | МАУ ДО ЦРТДиЮ "Контакт" 37-98-70 | Цыбуцынин Евгений Евгеньевич |
| 16    | ОФП  | 7-14 лет                     | Ул.Станционная, 22               | Спортивный зал центра "Контакт" | 10.30-12.00<br>14.00-15.30 |             | 14.00-17.00 |             | 09.00-10.30<br>14.00-15.30 |                            |                         | ЦРТДиЮ "Контакт" 37-98-70        | Витовская Вера Богдановна    |
| 17    | ОФП с элементами дзюдо                                     | 5-8 лет                      | ул. Станислава Карнацевича, 4    | Спортивный зал клуба "Ичибан"   |                            | 17.30-20.30 |             | 17.30-20.30 |                            | 13.00-16.00                |                         | МАУ ДО СШ №1 34-80-98            | Пасынкова Валерия Сергеевна  |
| 18    | Пилатес, растяжка  | 20-50 лет                    | ул. Широтная, 23/2               | Спортивный зал центра "Контакт" | 18:00-21:00                | 18:00-21:00 | 18:00-21:00 | 18:00-21:00 | 18:00-21:00                |                            | 18:00-21:00             | МАУ ДО ЦРТДиЮ "Контакт" 37-98-70 | Воложанина Оксана Андреевна  |
| 19    | Подвижные игры   | 6-17 лет                     | ул. Николая Ростовцева, 22       | Спортивная площадка             | 18.00-21.00                |             | 18.30-21.00 |             | 18.00-21.00                |                            | 12.00-14.00 18.00-21.00 | МАУ ДО ДЮЦ "Пламя" 33-16-59      | Балабанов Руслан Николаевич  |

|    |   |                               |                              |   |                            |                            |                            |                            |                            |                            |             |                                  |                                 |
|----|---|-------------------------------|------------------------------|---|----------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|----------------------------|-------------|----------------------------------|---------------------------------|
| 20 | Подвижные игры                                  | 15-30 лет                     | Ул. Николая Ростовцева, 8    | Спортивная площадка                             |                            | 18:00-21:00                |                            |                            | 17:00-21:00                | 16:00-21:00                |             | МАУ ДО ДЮЦ "Град" 32-88-09       | Рочева Светлана Аркадьевна      |
| 21 | Подвижные игры                                  | 15-30 лет                     | Ул. Михаила Сперанского, 25  | Спортивная площадка                             |                            |                            |                            | 18:00-21:00                |                            |                            | 16:00-21:00 | МАУ ДО ДЮЦ "Град" 32-88-09       | Рочева Светлана Аркадьевна      |
| 22 | Подвижные игры, знакомство с туризмом           | 7-12 лет                      | ул. Александра Логунова, 15  | Спортивная площадка школы №68                   |                            | 12.00-14.00                | 12.00-14.00                |                            | 12.00-14.00                |                            |             | МАУ ДО ДЮЦ "Авангард" 51-60-64   | Копцев Андрей Валерьевич        |
| 23 | Подвижные игры                                  | 14 лет и старше               | Ул. Моторостроителей, 7      | Хоккейный корт                                  | 21.00-23.00                |                            | 21.00-23.00                |                            |                            | 11.00-13.00                | 19.00-22.00 | МАУ ДО СШ №2 28-33-51            | Галкин Игорь Сергеевич          |
| 24 | Проект "Танцуй на здоровье"                     | 16-65 лет                     | Ул. Широтная, 116            | Класс хореографии школы №65                     |                            | 19.00-22.00                |                            | 19.00-22.00                |                            | 16.00-19.00                |             | МАУ СШ "ЦСТ" 20-05-53            | Куликова Александра Игоревна    |
| 25 | Скандинавская ходьба                            | 45 лет и старше               | Ул. Олимпийская, 9           | Сквер "Депутатов"                               | 07.30-09.30<br>14.00-15.00 |                            | 07.30-09.30<br>14.00-15.00 |                            | 07.30-09.30<br>14.00-15.00 |                            |             | МАУ ДО ДЮЦ "Пламя" 33-16-59      | Милицкий Александр Павлович     |
| 26 | Скандинавская ходьба                            | 35 лет и старше               | ул. Широтная, 263            | лесопарк Войновка                               |                            | 08.00-11.00                | 08.00-11.00                | 08.00-11.00                |                            |                            |             | МАУ ДО ДЮЦ "Пламя" 33-16-59      | Брускова Нина Витальевна        |
| 27 | Скандинавская ходьба                            | 40-80 лет                     | Ул. Александра Логунова, 17  | Спортивная площадка                             | 08.00-09.30                | 08.00-09.30                | 08.00-09.30                | 08.00-09.30                | 08.00-09.30                |                            |             | МАУ ДО СШ "Центр Дзюдо" 32-72-56 | Хомутинина Тамара Дмитриевна    |
| 28 | Скандинавская ходьба, суставная гимнастика      | 25-55 лет                     | Ул. Валерии Гнаровской, 3    | Сквер "Победы"                                  | 07:00-10:00                | 07:00-10:00                | 07:00-10:00                | 07:00-10:00                | 07:00-10:00                |                            | 07:00-10:00 | МАУ ДО ЦРТДиЮ "Контакт" 37-98-70 | Воложанина Оксана Андреевна     |
| 29 | Суставная гимнастика, скандинавская ходьба, ОФП | 45-70 лет (в том числе с ОВЗ) | Ул. Энергостроителей, 13     | Сквер "Серебряные ключи"                        | 09.00-11.00                |                            | 09.00-11.00                |                            | 10.00-12.00                |                            |             | МАУ ДО ЦРТДиЮ "Контакт" 37-98-70 | Мирошниченко Татьяна Агафоновна |
| 30 | Суставная гимнастика, скандинавская ходьба, ОФП | 45-70 лет (в том числе с ОВЗ) | Ул. Станционная, 22          | Спортивный зал Центра "Контакт"                 |                            | 10.00-13.00                |                            | 10.00-13.00                |                            | 10.00-14.00<br>14.30-16.30 |             | МАУ ДО ЦРТДиЮ "Контакт" 37-98-70 | Мирошниченко Татьяна Агафоновна |
| 31 | Спортивные игры                                 | 7-17 лет                      | Ул. Энергостроителей, 9      | Спортивная площадка                             | 17.00-20.00                | 18.00-21.00                |                            | 18.00-21.00                |                            |                            |             | МАУ ДО ЦРТДиЮ "Контакт" 37-98-70 | Фаттахов Ренат Ахьяфович        |
| 32 | Спортивные игры                                 | 7-17 лет                      | Ул. Бориса Житкова, 1        | Стадион школы, Спортивный зал №65               | 09.00-12.00                |                            | 09.00-12.00                |                            | 09.00-12.00                |                            |             | МАУ ДО ЦРТДиЮ "Контакт" 37-98-70 | Фаттахов Ренат Ахьяфович        |
| 33 | Спортивные игры, ОФП                            | 7-17 лет                      | Ул. Николая Федорова, 3      | Хоккейный корт                                  | 15:00-18:00                |                            | 15:00-18:00                | 15:00-18:00                |                            |                            |             | МАУ ДО ЦРТДиЮ "Контакт" 37-98-70 | Тараканов Антон Сергеевич       |
| 34 | Спортивные игры, ОФП                            | 7-17 лет                      | Ул. Николая Зелинского, 22   | Спортивная площадка, спортивный зал школы №92   | 16.00-20.00                | 16.00-19.00                | 16.00-20.00                | 16.00-20.00                | 16.15-18.15                | 10.00-11.00                |             | МАУ ДО ЦРТДиЮ "Контакт" 37-98-70 | Баденов Евгений Геннадьевич     |
| 35 | Шахматы   | 7-12 лет                      | Ул. Валентины Трофимовой, 10 | Учебный класс школы №56                         | 09.00-13.00                |                            | 11.00-13.00                | 11.00-13.00                | 11.00-12.00                |                            |             | МАУ ДО СШ "Ладья" 21-51-61       | Томских Алексей Николаевич      |
| 36 | Шахматы   | 7-16 лет                      | ул. Широтная, 181А           | Учебный класс школы № 63                        | 12.20-16.50                |                            |                            |                            | 12.00-16.30                |                            |             | МАУ ДО СШ "Ладья" 21-51-61       | Сахаров Сергей Николаевич       |
| 37 | Шахматы   | 10-70 лет (для граждан с ОВЗ) | Ул. 30 лет Победы, 95 кор.2  | Тренажерный зал "Восточного общества инвалидов" |                            | 11.00-12.30<br>13.00-16.00 |                            | 11.00-12.30<br>13.00-16.00 |                            |                            |             | МАУ ДО ДЮЦ "Старт" 21-47-15      | Печенёв Дмитрий Сергеевич       |