

**Расписание бесплатных занятий на октябрь 2023 года Восточного АО**

(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, 3 А	Спортивный зал школы №70		19.00-21.00		19.30-21.30				МАУ ДО САШ "НЕГЕ" 48-59-67	Харлов Николай Михайлович
2	Волейбол	18-55 лет	Ул. Федюнинского, 62	Спортивная площадка		18.00-21.00	18.00-21.00	19.00-22.00	19.00-22.00	16.00-18.00 19.00-21.00	15.30-18.00 19.00-21.00	МАУ ДО СШ "Центр Дзюдо" 32-72-56	Ермаков Алексей Юрьевич
3	Волейбол	14-18 лет	Ул. Валерии Гнаровской, 3 А	Спортивный зал школы №70	16.00-18.00		16.00-18.00	16.00-18.00				МАУ ДО САШ "НЕГЕ" 48-59-67	Харлов Николай Михайлович
4	Волейбол	10-13 лет	ул. Пермякова, 39А	Спортивный зал					17.00-19.00	16.00-18.00	17.00-19.00	МАУ ДО СШ №1 города Тюмени	Прихненко Игорь Юрьевич
5	Возрастная гимнастика	40-80 лет	Ул. Валерии Гнаровской, 1	Спортивная площадка	10.00-11.30	10.00-11.30	10.00-11.30		10.00-11.30			МАУ ДО СШ "Центр Дзюдо" 32-72-56	Хомутинина Тамара Дмитриевна
6	ЛФК и АФК с элементами танцетерапии и скандинавской ходьбы	18 лет и старше	Ул. Николая Фёдорова, 28	Сквер "Льва Ровнина"						11.00-14.00 15.00-18.00 19.00-22.00	11.00-14.00 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 19.00-22.00	13.00-16.00 18.00-22.00	МАУ ДО ДЮЦ "Пламя" 33-16-59	Берсенов Юрий Васильевич
8	Мини-футбол (отпуск с 10 по 24 октября)	18 лет и старше	Ул. Широтная, 129	Футбольное поле			19.00-21.00		19.00-21.00			МАУ ДО ДЮЦ "Пламя" 33-16-59	Бахтин Виктор Анатольевич
9	Мини-футбол (отпуск с 10 по 24 октября)	7-17 лет	Ул. Широтная, 129	Футбольное поле		17.00-21.00	17.00-19.00		17.00-21.00	16.30-21.00	15.00-18.00 19.00-22.00	МАУ ДО ДЮЦ "Пламя" 33-16-59	Бахтин Виктор Анатольевич
10	Мини-футбол	7 лет и старше	Ул. Валентины Трофимовой, 10	Спортивная площадка школы №56			16.00-19.00		16.00-19.00		11.00-14.00	МАУ ДО ДЮЦ "Старт" 21-47-15	Лапин Александр Аркадьевич
11	Мини-футбол	7-17 лет	Ул. Широтная, 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	15.30-18.30		15.30-18.30		15.30-18.30			МАУ ДО ДЮЦ "Пламя" 33-16-59	Милицкий Александр Павлович
13	Мини-футбол	9-15 лет 16 лет и старше	Ул. Павла Шарова, 1	Хоккейный корт	10.30-12.30 12.45-13.45	10.30-12.30 12.45-13.45	10.30-12.30 12.45-13.45	10.30-12.30 12.45-13.45	10.30-12.30 12.45-13.45			МАУ СШ "Водник" 69-63-44	Теплоухов Антон Сергеевич
14	ОФП	7-17 лет	Ул. Евгения Богдановича, 11к3	Спортивная площадка				19.00-22.00		19.00-22.00	19.00-22.00	МАУ ДО ДЮЦ "Старт" 21-47-15	Кодолев Амир Кенжебаевич
15	ОФП	14 лет и старше	Ул. Николая Фёдорова, 8	Спортивная площадка спортивной школы "Центр Дзюдо"			14.00-17.00	14.00-17.00	14.00-17.00			МАУ ДО СШ "Центр Дзюдо" 32-72-56	Отраднова Анна Федоровна
16	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
17	ОФП	10-70 лет (для граждан с ОВЗ)	Ул. 30 лет Победы, 95 кор.2	Тренажерный зал "Восточного общества инвалидов"		11.00-12.30 13.00-16.00		11.00-12.30 13.00-16.00				МАУ ДО ДЮЦ "Старт" 21-47-15	Печенёв Дмитрий Сергеевич
18	ОФП	10-70 лет (дети и родители)	Ул. Валерии Гнаровской, 3 / ул. Широтная, 23/2	Сквер "Победы" / Спортивный зал центра "Контакт"	07:00-10:00 18:00-21:00	07:00-10:00 18:00-21:00	07:00-10:00 18:00-21:00	07:00-10:00 18:00-21:00	07:00-10:00 18:00-21:00		07:00-10:00 18:00-21:00	МАУ ДО ЦРТДиЮ "Контакт" 37-98-70	Воложанина Оксана Андреевна
19	ОФП	7-14 лет	Ул. Станционная, 22	Спортивный зал	10.30-12.00 14.00-15.30		14.00-17.00		09.00-10.30 14.00-15.30			ЦРТДиЮ "Контакт" 37-98-70	Витовская Вера Богдановна
20	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
21	Подвижные игры	6-50 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

22	Подвижные игры	6-50 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
23	Подвижные игры	14 лет и старше	Ул. Моторостроителей, 7	Хоккейный корт		20.00-22.00		20.00-22.00		11.00-13.00	19.00-22.00	МАУ ДО СШ №2 28-33-51	Галкин Игорь Сергеевич
24	Проект "Танцуй на здоровье"	16-55 лет	Ул. Широтная, 116	Класс хореографии школы №65		19.00-21.00		19.00-22.00		16.00- 20.00		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 14.00-15.00		07.30-09.30 14.00-15.00		07.30-09.30 14.00-15.00			МАУ ДО ДЮЦ "Пламя" 33-16-59	Милицкий Александр Павлович
26	Северная 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	Хомуткина Тамара Дмитриевна
27	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 14.30-16.30		МАУ ДО ЦРТДиЮ "Контакт" 37-98-70	Мирошниченко Татьяна Агафоновна
28	Спортивные игры	7-17 лет	Ул. Бориса Житкова, 1	Стадион школы №65	09.00-12.00		09.00-12.00		09.00-12.00			МАУ ДО ЦРТДиЮ "Контакт" 37-98-70	Фаттахов Ренат Ахияфович
29	Спортивные игры, ОФП	7-17 лет	Ул. 30 лет Победы, 48	Спортивная площадка	15.00-18.00		15.00-18.00	15.00-18.00				МАУ ДО ЦРТДиЮ "Контакт" 37-98-70	Тараканов Антон Сергеевич
30	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
31	Шахматы	7-12 лет	Ул. Валентины Трофимовой,10	Учебный класс школы №56	10.00-13.00	11.00-13.00	11.00-13.00	11.00-13.00				МАУ ДО СШ "Ладья" 21-51-61	Казанцев Олег Александрович
32	Шахматы	7-16 лет	уд.Широтная 181а	Учебный класс школы №63 корпус 2	12.20-16.50				12.20-16.50			МАУ СШ "Ладья" 62-28-30	Сахаров Сергей Николаевич