

Расписание бесплатных занятий на август 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 | 12-17 лет | ул. Александра Логунова, 17 | Спортивный зал школы №68 | 14.00-17.00 | | 14.00-17.00 | | 14.00-17.00 | | | МАУ ДО СШ "Центр Дзюдо" 32-72-56 | Колдарова Анна Сергеевна |
| 2 | Волейбол | 18-55 лет | ул. Валентины Тофимовой, 10 | Спортивный зал школы №56 | | 18.00-21.00 | 19.00-22.00 | 18.00-21.00 | 19.00-22.00 | 16.00-18.00 19.00-22.00 | 15.30-18.00 19.00-22.00 | МАУ ДО СШ "Центр Дзюдо" 32-72-56 | Ермаков Алексей Юрьевич |
| 3 | 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 |
| 4 | ЛФК и АФК с элементами танцтерапии и скандинавской ходьбы (отпуск с 23 июля по 19 августа) | 18 лет и старше | Ул. Николая Фёдорова, 28 | Сквер "Льва Ровнина" | | | | | | 19.00-22.00 | 15.00-18.00 19.00-22.00 | МАУ ДО СШ "Центр Дзюдо" 32-72-56 | Августа Елена Николаевна |
| 5 | Мини-футбол (отпуск с 19 июля до 15 августа) | 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 |
| 6 | Мини-футбол | 7-17 лет | Ул. Суходольская, 18 | Спортивная площадка | 15:00-19:00 | 15:00-19:00 | 15:00-19:00 | 15:00-19:00 | | 15:00-18:00 19:00-20:00 | 14:00-17:00 18:00-21:00 | МАУ ДО ДЮЦ "Пламя" 33-16-59 | Пириев Атамурад Хуммедович |
| 7 | Мини-футбол, ОФП | 7-17 лет | Ул. Валентины Трофимовой, 10 | Спортивная площадка школы №56 | 9.00-12.00 | | 9.00-12.00 | | 9.00-12.00 | | | МАУ ДО ДЮЦ "Старт" 21-47-15 | Лалин Александр Аркадьевич |
| 8 | ОФП (отпуск с 20 июля по 18 августа) | 7-17 лет | Ул. Евгения Богдановича, 11 кор.3 | Спортивная площадка | | | | 19.00-22.00 | | 19.00-22.00 | 19.00-22.00 | МАУ ДО ДЮЦ "Старт" 21-47-15 | Кодоев Амир Кенжебаевич |
| 9 | ОФП (отпуск до 18 августа) | 30-59 лет | Ул. Николая Фёдорова, 3 | Стадион школы №60 | 10.00-13.00 | 10.00-13.00 | 10.00-13.00 | | | | | МАУ ДО ЦРТДиЮ "Контакт" 37-98-70 | Цыбуцынин Евгений Евгеньевич |
| 10 | ОФП, подвижные игры | 8-15 лет | Ул. Энергостроителей, 9 | Спортивная площадка | 17.00 - 20.00 | | 17.00-20.00 | | 17.00-20.00 | | | МАУ ДО ЦРТДиЮ "Контакт" 37-98-70 | Кугаевская Владислава Олеговна |
| 11 | ОФП | 14-17 лет | ул. Николая Фёдорова, 8 | Спортивная площадка центра дзюдо | 09.00-12.00 | | 09.00-12.00 | | 09.00-12.00 | | | МАУ ДО СШ "Центр Дзюдо" 32-72-56 | Отраднава Анна Федоровна |
| 12 | ОФП с элементами дзюдо | 5-8 лет | ул. Станислава Карнацевича, 4 | Спортивный зал клуба "Ичибан" | | 17.30-20.30 19.00-20.30 | | 17.30-20.30 19.00-20.30 | | 13.00-16.00 14.30.16.00 | | МАУ ДО СШ №1 34-80-98 | Пасынкова Валерия Сергеевна |
| 13 | 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 |
| 14 | 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" 21-31-59 | Рочева Светлана Аркадьевна |
| 15 | Подвижные игры | 15-30 лет | Ул. Михаила Сперанского, 25 | Спортивная площадка | | | | 18:00-21.00 | | | 16:00-21.00 | МАУ ДО ДЮЦ "Град" 21-31-59 | Рочева Светлана Аркадьевна |
| 16 | Подвижные игры | 6-17 лет | Ул. Николая Ростовцева 22 | Спортивная площадка | 18:00-21:00 | | 18:00-21:00 | | 18:00-21:00 | | 12:00-14:00 18:00-21:00 | МАУ ДО ДЮЦ "Пламя" 33-16-59 | Балабанов Руслан Николаевич |
| 17 | Подвижные игры (отпуск с 5 августа по 1 сентября) | 14-17 лет | Ул. Моторостроителей, 7 | Хоккейный корт | 20.00-23.00 | | 20.00-23.00 | | | | 10.00-13.00 | МАУ ДО СШ №2 28-33-51 | Галкин Игорь Сергеевич |
| 18 | Скандинавская ходьба (отпуск с 30 июля по 19 августа) | 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 |

| | | | | | | | | | | | | | |
|----|---|-------------------------------|-----------------------------|--|-------------|----------------------------|-------------|----------------------------|-------------|--|-------------|----------------------------------|-----------------------------|
| 19 | 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 | Хомутина Тамара Дмитриевна |
| 20 | 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 |
| 21 | Спортивные игры, ОФП (отпуск до 18 августа) | 7-17 лет | ул. 30 лет Победы, 48 | Спортивная площадка | 12.00-15.00 | | 12.00-15.00 | 12.00-15.00 | | | | МАУ ДО ЦРТДиЮ "Контакт" 37-98-70 | Тараканов Антон Сергеевич |
| 22 | Шахматы | 10-70 лет (для граждан с ОВЗ) | Ул. 30 лет Победы, 95 кор.2 | Тренажерный зал общества инвалидов ВАО | | 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 |