

**Расписание бесплатных занятий на сентябрь 2024 года  
для граждан среднего и старшего возраста**

(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	Атлетическая гимнастика	50 лет и старше	Ул. Судоремонтная, 2 Б	Тренажерный зал спортивной школы "Водник"		09.00-11.00		09.00-11.00		09.00-11.30		МАУ СШ "Водник" 69-63-44	Ханнанов Ильсур Хамзаевич
2	Атлетическая гимнастика	14 лет и старше	ул. Ватутина, 1	Тренажерный зал спортивной школы №1	17.00-20.00	17.00-20.00		17.00-20.00				МАУ ДО СШ №1 34-80-98	Доронин Эдуард Николаевич
3	Атлетическая гимнастика	10-60 лет	ул. Газовиков, 3А	Тренажерный зал школы №2		17.00-18.30		17.00-18.30			17.00-18.30	МАУ ДО СШ №1 34-80-98	Григоренко Евгений Викторович
4	Атлетическая гимнастика	10-60 лет	ул. Газовиков, 3А	Тренажерный зал школы №62		18.40-20.10		18.40-20.10			18.40-20.10	МАУ ДО СШ №1 34-80-98	Григоренко Евгений Викторович
5	Адаптивный фитнес с элементами партнерной гимнастики	18 лет и старше	Ул. Луначарского, 19	Спортивный зал колледжа						16:00-18:00	16:30-18:30	МАУ ДО СШ "Тура" 48-26-23	Штейман Николай Александрович
6	Бильярд	40 лет и старше	Ул. Луначарского, 12	Легкоатлетический манеж (2 этаж)						08.00-12.00 13.00-14.00	08.00-12.00	МАУ ДО СШ №2 28-33-51	Кривда Вадим Николаевич
7	Волейбол	10-40 лет	ул. Пражская, 25А/1	Спортивный зал спортивной школы "Водник"	20.30-22,00	20.30-22,00	20.30-22,00	20.30-22,00	20.30-22,00	20.00-21.30		МАУ СШ "Водник" 69-63-44	Мотовилова Юлия Станиславовна
8	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
9	Волейбол среди ветеранов	40-70 лет	Ул. Белинского, 22/1	Спортивный клуб "ВETERAN"		17.00-21.00		16.00-19.00		12.00-16.00		МАУ ДО СШ "Тура" 48-26-23	Платонов Юрий Александрович
10	Волейбол среди ветеранов	40-70 лет	Ул. Кедровая, 125 Б	Спортивный зал спортивной школы "Тура"				20:00-22:00			12.00-16.00	МАУ ДО СШ "Тура" 48-26-23	Платонов Юрий Александрович
11	Возрастная гимнастика	40-80 лет	Ул. Валерии Гнаровской, 1	Спортивная площадка	13.15-14.45	11.45-13.15	11.45-13.15		13.15-14.45			МАУ ДО СШ "Центр Дзюдо" 32-72-56	Хомутинина Тамара Дмитриевна
12	Лёгкая атлетика	18 лет и старше	ул. Коммуны, 22	Стадион "Геолог"		08.00-11.00 18.00-21.00		08.00-11.00 18.00-21.00	18.00-21.00		09.00-12.00	МАУ ДО СШ №2 28-33-51	Кораблев Денис Павлович
13	Мини-футбол	16 лет и старше	Ул. Игримская, 30	Футбольное поле школы №13		19.00-21.30	20.00-21.30	19.00-22.00	20.00-22.00	11:00-14:00 15.00-18.00	11:00-14:00 15.00-18.30 19:30-20:30	МАУ ДО СШ "Центр Дзюдо" 32-72-56	Дорожкин Илья Борисович
14	Мини-футбол	18-50 лет	Ул. Судоремонтная, 2 Б	Хоккейный корт спортивной школы "Водник"	20.00-22.00	20.00-22.00	21.00-22.00	21.00-22.00	21.00-22.00	20.00-22.00		МАУ СШ "Водник" 69-63-44	Устименко Андрей Владимирович
15	Мини-футбол	21-50 лет	Ул. Судоремонтная, 2 Б	Спортивная площадка спортивной школы "Водник"		07.00-09.00				07.00-09.00		МАУ СШ "Водник" 69-63-44	Ханнанов Ильсур Хамзаевич
16	Мини-футбол	10-35 лет	Ул. Волгоградская, 109	Хоккейный корт	19.00-21.30		19.00-21.30		19.00-21.30			МАУ СШ "Водник" 69-63-44	Ханнанов Ильсур Хамзаевич
17	Мини-футбол	10-35 лет	Ул. Волгоградская, 109	Хоккейный корт	18.00-22.00				18.00-22.00	12.00-17.00	12.00-17.00	МАУ СШ "Водник" 69-63-44	Пестерев Александр Борисович
18	Мини-футбол, подвижные игры	18 лет и старше	ул. Александра Пушкина, 2	Спортивная площадка		18:00-20:00		18:00-21:00	16:00-18:00	13:00-17:00 18:00-21:00	15:00-17:00 18:00-20:00	МАУ ДО СШ "Старт XXI век" 79-55-17	Киргинцев Сергей Владимирович
19	Мини-футбол, ОФП	18 лет и старше	ул. Беляева, 29	Спортивная площадка	19.00-22.00	19.00-22.00	19.00-22.00	19.00-22.00	19.00-22.00	19.00-22.00		МАУ ДО ЦРТДиЮ "Бригантина" 21-33-40	Протопопов Игорь Валерьевич

20	Настольный теннис ОФП, подвижные игры	18 лет и старше	Ул. Проезд Тихий, 6	Спортивная площадка		19.00-20.00	19.00-21.00	09.00-10.00 19.00-20.00	19.00-22.00	09.00-11.00 18.00-21.00		МАУ ДО ЦРТДиЮ "Бригантина" 21-33-40	Бадгутдинов Денис Альбертович
21	Оздоровительный цигун (отпуск с 9 сентября по 6 октября)	55 лет и старше	ул. Судостроителей, 42	Сквер "30-летия Победы"			09.00-11.15		09.00-11.15			ДЮЦ "КДТ им. А.М. Кижеватова" 51-71-95	Красникова Римма Гильмановна
22	ОФП с элементами бокса	18 лет и старше	Ул. Демьяна Бедного, 109/2	Спортивный зал центра "Старт"	19.00-21.00		19.00-21.00		8.30- 10.00 15.30-17.00 19.00-21.00			МАУ ДО ДЮЦ "Старт" 21-47-15	Косых Михаил Вячеславович
23	ОФП	18-29 лет	Ул. Ставропольская, 19/3	Тренажерный зал центра "Старт"	19.00-20.30	17.00-20.00	19.00-20.30	17.00-20.00	16.00-20.00			МАУ ДО ДЮЦ "Старт" 21-47-15	Бобров Владимир Сергеевич
24	ОФП	18-29 лет	Ул. Ставропольская, 19/3	Тренажерный зал центра "Старт"		10.00-11.30		10.00-11.30	10.00-12.00			МАУ ДО ДЮЦ "Старт" 21-47-15	Бобров Владимир Сергеевич
25	ОФП	5 -17 лет 18-50 лет	Ул. Судоремонтная, 2 Б	Спортивный зал спортивной школы "Водник"	20.00-22.00		20.00-22.00		20.00-22.00		19.00-22.00	МАУ СШ "Водник" 69-63-44	Кореньков Евгений Вячеславович
26	ОФП	18-30 лет	Ул. Беяева, 27/13	Зал фитнес-клуба "Нео-Гум"	10.00-14.00 17.00-18.00	19.00-21.00	10.00-14.00 17.00-18.00	19.00-21.00	19.00-21.00	19.00-21.00		МАУ СШ "Водник" 69-63-44	Соколов Александр Александрович
27	ОФП	30-59 лет	Ул. Николая Фёдорова, 3	Стадион школы №60	13.00-17.00	13.00-17.00	13.00-17.00					МАУ ДО ЦРТДиЮ "Контакт" 37-98-70	Цыбуцынин Евгений Евгеньевич
28	ОФП (отпуск с 3 по 30 сентября)	50 лет и старше	Ул. Хохрякова, 88	Зал спортивной школы № 2	10.30-14.00 14.30-18.00	11.00-13.00 13.00-15.00	10.00-11.30 11.30-13.00	11.00-13.00 13.00-15.00				МАУ ДО СШ №2 28-33-51	Аржиловская Татьяна Сергеевна
29	ОФП	30 лет и старше	ул. Александра Протозанова, 10 кор.1 помещ.3	Соседский центр "Преображенский"	12.00-13.00		12.00-13.00		12.00-13.00			МАУ ДО СШ №2 28-33-51	Мейер Татьяна Валентиновна
30	ОФП, суставная гимнастика	18 лет и старше	ул. Демьяна Бедного, 83	Тренажерный зал, спортивная площадка спортивной школы "Тура"		16:00-18:30		16:00-18:30	17:00-21:00			МАУ ДО СШ "Тура" 48-26-23	Агапов Леонид Геннадьевич
31	Оздоровительный цигун (отпуск с 9 сентября по 6 октября)	55 лет и старше	Ул. Мельничная, 1	Танцевальный зал центра им. А.М. Кижеватова		08.30-10.45		08.30-10.45				ДЮЦ "КДТ им. А.М. Кижеватова" 51-71-95	Красникова Римма Гильмановна
32	Психоэмоциональн ая релаксация (отпуск с 6 по 19 сентября)	35 лет и старше	Ул. Мельничная, 1	Танцевальный зал центра им. А.М. Кижеватова		12.30-14.15			12.30-14.15		09.30-10.30	ДЮЦ "КДТ им. А.М. Кижеватова" 51-71-95	Яркова Наталья Петровна
33	Пилатес, стретчинг, кроссфит, йога	30 лет и старше	ул. Александра Протозанова, 10 кор.1 помещ.3	Зал соседского центра "Преображенский"	13.00-15.00		13.00-15.00		13.00-15.00			МАУ ДО СШ №2 28-33-51	Мейер Татьяна Валентиновна
34	Пилатес, стретчинг, кроссфит, йога	40 лет и старше	ул. Василия Подшибякина, 21, помещ.1	Зал соседского центра "Гармония"	09.00-10.00		09.00-10.00		09.00-10.00			МАУ ДО СШ №2 28-33-51	Мейер Татьяна Валентиновна
35	Пилатес, растяжка	20-50 лет	ул. Широкая, 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
36	Пилатес, растяжка, танцевальные разминки, йога.	50 лет и старше	ул. Станционная, 22	Спортивный зал центра "Контакт"		10.00-13.00 13.30-16.30		10.00-13.00 13.30-16.30		10.00-16.00		МАУ ДО ЦРТДиЮ "Контакт" 37-98-70	Мирошниченко Татьяна Агафоновна
37	Проект " Танцы на здоровье"	14 -55 лет	ул. Бориса Житкова,1	Танцевальный зал школы №65				19.30-21.30		16.00-20.00	14.00-18.00	МАУ ДО СШ "ЦСТ" города Тюмени	Куликова Александра Игоревна
38	Проект " Танцы на здоровье"	15 -70 лет	ул. Проезд Геологоразведчиков, 19	Танцевальный зал	19.30-21.30	14.30-16.30	19.30-21.30			12.00-15.00		МАУ ДО СШ "ЦСТ"	Мутьянов Юрий Андреевич
39	Проект "Танцы на здоровье"	7-17 лет 25 лет и старше	ул. Демьяна Бедного, 83	Танцевальный зал спортивной школы "Тура"	19.30-21.30		19.30-21.30		19.30-21.30	14.45-16.45 16.45-17.45		МАУ ДО СШ "Тура" 48-26-23	Малашенко Екатерина Владимировна

40	Скандинавская ходьба (отпуск с 27 августа по 5 сентября)	30 лет и старше	Ул. Одесская, 52	Сквер "Александра Моисеенко"		19.00-21.00	19.00-21.00					ДЮЦ "КДТ им. А.М. Кижеватова" 51-71-95	Макаревич Елена Алексеевна
41	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
42	Скандинавская ходьба (отпуск с 17 по 30 сентября)	50 лет и старше	Ул. Дружбы	Парк имени Гагарина		08.00-11.00	08.00-11.00	08.00-11.00	08.00-11.00	08.00-12.00 12.30-14.30		МАУ ДО СШ №2 28-33-51	Воронцова Вера Владимировна
43	Скандинавская ходьба	40 лет и старше	Ул. Красина	Набережная реки Тура		09.00-10.30		09.00-10.30		09.00-10.30		МАУ ДО СШ №2 28-33-51	Бородина Наталия Вениаминовна
44	Скандинавская ходьба	40 лет и старше	Ул. Даудельная, 1	Парк "Аптекарский сад"		18.30-20.00		18.30-20.00		13.00-14.30		МАУ ДО СШ №2 28-33-51	Бородина Наталия Вениаминовна
45	Скандинавская ходьба	30 лет и старше	ул. Александра Протозанова, 10 кор.1	Дворовая территория	15.30-19.30		15.30-19.30		15.30-19.30	09.00-12.00		МАУ ДО СШ №2 28-33-51	Мейер Татьяна Валентиновна
46	Скандинавская ходьба, ОФП	50 лет и старше	Ул. Аккумуляторная, 15	Экопарк "Затюменский"	08.30-11.30 12.00-13.30		08.30-11.30 12.00-13.30	08.30-11.30 12.00-13.30		08.30-11.30 12.00-13.30		МАУ ДО СШ №2 28-33-51	Новопашина Нина Борисовна
47	Скандинавская ходьба	50 лет и старше	Ул. Федюнинского, 5	Пруд "Южный"	08.00-12.00		08.00-12.00		08.00-12.00			МАУ ДО ДЮЦ "Старт" 21-47-15	Романькова Кристина Олеговна
48	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	08.00-09.30		МАУ ДО СШ "Центр Дзюдо" 32-72-56	Хомутина Тамира Дмитриевна
49	Скандинавская ходьба	40 лет и старше	ул. Изумрудная, 27	Лесопарк	07.00-10.00		07.00-10.00			08.00-11.00		МАУ ДО СШ №1 34-80-98	Прихненко Игорь Юрьевич
50	Скандинавская ходьба	55-90 лет	Ул. Барнаульская	ЭКОпарк "Затюменский"			19.30-21.00		19.30-21.00	10.00-11.30		МАУ ДО ДЮЦ "Фортуна" 43-00-51	Кед Тамара Леонидовна
51	Скандинавская ходьба	50 лет и старше	ул. Андрея Бушуева, 4 к.1	Спортивная площадка, скверы	11.00-12.00		11.00-12.00		11.00-12.00			МАУ ДО СШ №1 34-80-98	Булышева Екатерина Дмитриевна
52	Скандинавская ходьба (отпуск с 9 сентября по 6 октября)	55 лет и старше	ул. Холодильная, 51	Сквер "Гимназистов"		12.00-14.15		12.00-14.15				ДЮЦ "КДТ им. А.М. Кижеватова" 51-71-95	Красникова Римма Гильмановна
53	Скандинавская ходьба (отпуск с 9 сентября по 6 октября)	55-70 лет	ул. Судостроителей, 42	Сквер "30-летия Победы"			18.00-20.00		18.00-20.00			ДЮЦ "КДТ им. А.М. Кижеватова" 51-71-95	Красникова Римма Гильмановна
54	Скандинавская ходьба	30 лет и старше	ул. Щербакова	Парк "Заречный" площадка		8.00-12.00		8.00-11.00		8.00-10.00		МАУ ДО ЦРТДиЮ "Бригантина" 21-33-40	Шишкин Анатолий Васильевич
55	Скандинавская ходьба	16 лет и старше	Тараскуль ул. Санаторная 6	Спортивная площадка школы № 88	08:00-10:30		08:00-10:30					МАУ ДО САШ "НЕГЕ" 48-59-67	Бортников Геннадий Викторович
56	Скандинавская ходьба	30 лет и старше	ул. Одесская, 52	Сквер имени Александра Моисеенко	08.15-10.15	08.15-10.15	08.15-10.15	08.15-10.15	08.15-10.15			МАУ ДО ДЮЦ "КДТ им. А.М. Кижеватова" города Тюмени	Соколова Елена Викторовна
57	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	07:00-10:00	МАУ ДО ЦРТДиЮ "Контакт" 37-98-70	Воложанина Оксана Андреевна
58	Скандинавская ходьба	50 лет и старше	ул. Широтная, 83	Сквер "Депутатов"	07:00-08:00	07:00-08:00	07:00-08:00	07:00-08:00 09:00-10:00	07:00-10:00	07:00-09:00		МАУ ДО САШ "НЕГЕ" 48-59-67	Печенёв Дмитрий Сергеевич
59	Суставная гимнастика (отпуск 19 августа по 15 сентября)	55-70 лет	Ул. Мельничная, 1	Танцевальный зал центра им. А.М. Кижеватова			17.00-19.15				13.00-15.15	ДЮЦ "КДТ им. А.М. Кижеватова" 51-71-95	Дурцева Екатерина Юрьевна

60	Суставная гимнастика	50 лет и старше	ул. Текстильная, 21	Зал хореографии центра "Авангард"	12.30-14.00		12.30-14.00					МАУ ДО ДЮЦ "Авангард" 51-60-64	Бембеева Елена Павловна
61	Спортивная ходьба, лёгкая атлетика	10-80 лет	Ул. Московский тракт, 22	Спортивная площадка в сквере "Косомольский")	18.30-21.30	18.30-21.30	18.30-21.30	18.30-21.30	18.30-21.30		10.00-13.00	МАУ ДО ЦРТДиО "Контакт" 37-98-70	Дробунин Алексей Викторович
62	Тайский бокс	7-17 лет 18-50 лет	Ул. Мельникайте, 116 кор.1	Спортивный зал клуба "Раджа Файт"		08.30-11.30 16.00-19.00		08.30-11.30 16.00-19.00		08.30-11.30 16.00-19.00		МАУ ДО ДЮЦ "Старт" 21-47-15	Габриелян Лёва Генрикович
63	Фитнес	50 лет и старше	Ул. Ставропольская, 19/3	Спортивный зал	12.00-14.00		12.00-14.00					МАУ ДО ДЮЦ "Старт" 21-47-15	Романькова Кристина Олеговна
64	Фитнес	50 лет и старше	Ул. Демьяна Бедного, 109/2	Спортивный зал						13.00-15.00		МАУ ДО ДЮЦ "Старт" 21-47-15	Романькова Кристина Олеговна
65	Фитнес	50 лет и старше	ул. Карла Маркса, 110А	Спортивный зал центра "Вероника"	09.00-12.00		09.00-12.00			09.00-13.00		МАУ ДО ДЮЦ "Вероника" 24-86-49	Седых Алла Владимировна
66	Фитнес	50 лет и старше	ул. Гастелло, 75/1	Спортивный зал центра "Вероника"	13.00-14.00	10.00-14.00	13.00-14.00	10.00-14.00				МАУ ДО ДЮЦ "Вероника" 24-86-49	Седых Алла Владимировна
67	Функциональное многоборье	18 лет и старше	Ул. Володарского, 50	Зал фитнес-клуба "Нефть"	09.00-12.00		09.00-12.00			09.00-12.00		МАУ ДО СШ №2 28-33-51	Гаврилов Денис Евгеньевич
68	Шахматы	18 лет и старше	ул. Мельничная, 17	Учебный класс общества слепых (для граждан с ОВЗ)		10.00-14.00				10.00-12.00 12.30-15.30		МАУ ДО СШ "Ладья" 21-51-61	Елтышев Серафим Георгиевич
69	Шахматы, настольный теннис, бильярд	30 лет и старше	Ул. Кедровая, 127 А	Фойе спортивной школы "Тура"	15:00-19:00	15:00-19:00	15:00-19:00	16:00-20:00	15:00-17:00			МАУ ДО СШ "Тура" 48-26-23	Хлынов Николай Васильевич