|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
| **ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ**межведомственной программы «Новоуральское долголетие»**с 01 по 31 октября 2024 года** |

1. **Культура и искусство:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дата, время** | **Наименование мероприятия,****место проведения** | **Ответственные****конт.тел** | **Доп. информация** |
| 01.10.202418:00 | Лекции директора ДХШ, искусствоведа В.В. Лазаренко по истории искусствМБУ ДО «ДХШ» НГО(ул. Мичурина, д. 20) | Лазаренко Вера Вадимовна 4-05-03 | Вход свободный. Количество участников 50 человек |
| 01.10.2024 18:00 | Открытие концертного сезона Новоуральского филармонического обществаКонцерт, посвященный Международному дню музыки, Международному дню пожилых людейМБУ ДО «ДШИ» НГО(ул. Первомайская, 43) | Журавлева Екатерина Михайловна 9-33-04 | Вход по билетам. Посещение мероприятия гражданами пожилого возраста - по пригласительным билетам |
| 02.10.202411:0014:00 | Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка»«Игры разума»: интеллектуальный тренингЦентральная библиотека (ул. Фрунзе, 13) | Пылаева Елизавета Владимировна9-03-67 | Вход свободный |
| 07.10.202411:00 | Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка» «Фишка»: играем в настольные игрыЦентральная библиотека (ул. Фрунзе, 13) | Морозова Ольга Александровна9-06-60 | Вход свободный |
| 07.10.202411:00 | «Забытый король танго – Оскар Строк»: литературно-музыкальная композиция с использованием электронных ресурсов ГАУ СО «НКЦ СОН ООТ (Дом-интернат для престарелых и инвалидов», ул. Крупской, 8) | Васильева Светлана Владимировна9-06-60 | Проживающие в Доме-интернат для престарелых и инвалидов |
| 07.10.202417:00 | Клуб «Новоуральский краевед»«Святое материнство»: образы Богородицы в мировой культуре, открытие художественной выставки к Году семьи и Дню матери, встреча с духовенством Нижнетагильской епархииЦентральная библиотека (ул. Фрунзе, 13) | Ларионова Анна Ивановна9-05-80 | Вход свободный |
| 08.10.202415:00 | Литературно-музыкальная гостиная«Марк Минков: музыку люблю больше, чем себя»: литературно-музыкальная композиция с электронной презентацией о жизни и творчестве российского композитораЦентральная библиотека (ул. Фрунзе, 13) | Васильева Светлана Владимировна9-06-60 | Вход свободный |
| 08.10.202418:00 | Лекции директора ДХШ, искусствоведа В.В. Лазаренко по истории искусствМБУ ДО «ДХШ» НГО(ул. Мичурина, 20) | Лазаренко Вера Вадимовна 4-05-03 | Вход свободный. Количество участников 50 человек. |
| 09.10.2024 11:00 | «Марк Минков: музыку люблю больше, чем себя»: литературно-музыкальная композиция с электронной презентацией о жизни и творчестве российского композитора ГАУ СО НКЦ СОН (ул. Гагарина, 7) | Васильева Светлана Владимировна9-06-60 | Члены клубов ГАУ СО «НКЦ СОН |
| 09.10.202411:0013:00 | Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка»«Кубышка-Травница»: традиционная русская кукла-оберег. Мастер-классЦентральная библиотека (ул. Фрунзе, 13) | Морозова Ольга Александровна9-06-60 | Вход свободный |
| 09.10.2024 14:30 | Цикл досуговых мероприятий для читателей старшего возраста «Культурная среда»: «Осеннее настроение»: мастер-класс  Модельная библиотека «ФиЛиН» (ул. Тегенцева, 2) | Юзикова Алена Михайловна5-85-46 | Вход свободный |
| 11.10.202417:00 | Клуб садоводов: «Мой сад – огород»«Высадка луковичных цветов, плодовых деревьев и кустарников»: беседаБиблиотека с. Тарасково(ул. Ленина, 36) | Каргапольцева Любовь Анатольевна7-73-15 | Вход свободный |
| 14.10.202411:00 | Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка»«Фишка»: играем в настольные игрыЦентральная библиотека (ул. Фрунзе, 13) | Морозова Ольга Александровна9-06-60 | Вход свободный |
| 15.10.2024 11:00 | Экскурсия по художественным мастерским театра кукол "Здесь рождается сказка" (ул. Ленина, 90а) | Карпова Елена Сергеевна9-38-78 | Вход свободный, по предварительной записи (от 5 до 15 человек) |
| 15.10.2024 13:00 | К 210-летию со дня рождения М.Ю. Лермонтова. «Пророк русского народа». МБУ ДО "ДШИ" НГО (ул. Первомайская, 43) | Журавлева Екатерина Михайловна 9-33-04 | Вход по билетам |
| 15.10.202418:00 | Лекции директора ДХШ, искусствоведа В.В. Лазаренко по истории искусств.МБУ ДО «ДХШ» НГО(ул. Мичурина, д. 20) | Лазаренко Вера Вадимовна 4-05-03 | Вход свободный. Количество участников 50 человек. |
| 16.10.202411:00 | «Открыть невидимое взору»: просмотр фильмов с тифлокомментариями для слабовидящих «Бедная Liz»Филиал «Детская библиотека» (Первомайская, 11) | Пислегина Любовь Дмитриевна9-10-70 | Вход свободный |
| 16.10.2024 время уточняется | Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка»«Город, в котором я живу!»: экскурсия в музейНародный музей СССР(ул. Дудина, 6) | Морозова Ольга Александровна9-06-60 | Вход свободный |
| 17.10.2024 11:30 | Экскурсия по выставке Виктора Сысоева "Счастливое детство" МБУ ДО «ДХШ» НГО(ул. Мичурина, д. 20) | Панкратов Сергей Евгеньевич 4-05-02 | Вход свободный. Количество участников 20 человек |
| 17.10.202415:00 | Цикл мероприятий «Школа здоровья»Лекция врача-терапевта, заведующего врачебной амбулаторией Чикунова С.В.Тема определяетсяЦентральная библиотека (ул. Фрунзе, 13) | Назарова Марина Сергеевна9-06-60 | Вход свободный |
| 17.10.202417:30 | Клуб документального кино «Новоуральский киночетверг»«Знаменательные и памятные даты Отечественной военной истории»Центральная библиотека (ул. Фрунзе, 13) | Назарова Марина Сергеевна9-06-60 | Вход свободный |
| 18.10.202417:00 | Женский клуб «Остров позитива»«Счастье в мелочах»: беседа и мастер классБиблиотека с. Тарасково(ул. Ленина, 36) | Каргапольцева Любовь Анатольевна7-73-15 | Вход свободный |
| 21.10.202411:00 | Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка»«Фишка»: играем в настольные игрыЦентральная библиотека (ул. Фрунзе, 13) | Морозова Ольга Александровна9-06-60 | Вход свободный |
| 21.10.202411:00 | «Марк Минков: музыку люблю больше, чем себя»: литературно-музыкальная композиция с электронной презентацией о жизни и творчестве российского композитораСовет общественной организации пенсионеров, ветеранов войны, труда, вооруженных сил и правоохранительных органов(ул. Дудина, 6) | Васильева Светлана Владимировна9-06-60 | Члены клуба Совета |
| 21.10.202411:00 | «Осеннее путешествие на корабле жизни…»: литературно-музыкальная композиция ко Дню пожилого человека ГАУ СО НКЦ СОН (ул. Гагарина, 7) | Плотникова Елена Валентиновна9-10-70 | Члены клубов ГАУ СО «НКЦ СОН |
| 22.10.2024 16:00 | Творческая гостиная «Осенний город». ОП «Искусство театра», «Изобразительное искусство», «Музыкальное искусство»МБУ ДО "ДШИ" НГО (ул. Первомайская,43) | Журавлева Екатерина Михайловна9-33-04 | Вход свободный |
| 22.10.202418:00 | Лекции директора ДХШ, искусствоведа В.В. Лазаренко по истории искусств.МБУ ДО «ДХШ» НГО(ул. Мичурина, д. 20) | Лазаренко Вера Вадимовна 4-05-03 | Вход свободный. Количество участников 50 человек. |
| 23.10.202411:00 | «Осеннее путешествие на корабле жизни…»: литературно-музыкальная композиция ко Дню пожилого человека  ГАУ СО «НКЦ СОН ООТ (Дом-интернат для престарелых и инвалидов»)(ул. Крупской, 8) | Плотникова Елена Валентиновна9-10-70 | Проживающие в Доме-интернат для престарелых и инвалидов |
| 24.10.202411:00 | Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка»«Караоке»: встреча любителей советских песенЦентральная библиотека (Фрунзе, 13) | Морозова Ольга Александровна9-06-60 | Вход свободный |
| 24.10.202411:30 | Экскурсия по выставке "Пленэр имени В.И. Шишигина"МБУ ДО «ДХШ» НГО(ул. Мичурина, д. 20) | Панкратов Сергей Евгеньевич 4-05-02 | Вход свободный. Количество участников 20 человек |
| 24.10.2024 16:00 | Кулуарные беседыМБУК "ТМДК"(ул. Строителей, 13) | Демина Юлия Петровна 4-58-10 | Вход свободный, по предварительной записи |
| 24.10.202416:00 | Клуб «Увлечение»«Бисероплетение - цветы»: мастер-класс Библиотека д. Починок (Ленина, 15) | Усольцева Алена Павловна7-72-25 | Вход свободный |
| 25.10.202410:00 | Клуб «Умный дачник»«Колоновидные яблони: иметь или не иметь»ГАУ СО НКЦ СОН(ул. Гагарина, 7) | Матвеева Татьяна Юрьевна9-10-70 | Члены клубов ГАУ СО «НКЦ СОН |

1. **Образовательные программы:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дата, время** | **Наименование мероприятия,****место проведения** | **Ответственные****конт.тел** | **Доп. информация** |
| 01.10.202402.10.202403.10.202408.10.202409.10.202410.10.202415.10.202416.10.202417.10.202422.10.202423.10.202424.10.202429.10.202430.10.202431.10.202410:0011:00 | Школа цифровой и финансовой грамотностиЦБ ЦОД(ул. Фрунзе, 13) | Шатило Василий Евгеньевич9-04-67 | По записи |
| 01.10.202402.10.202403.10.202408.10.202409.10.202410.10.202415.10.202416.10.202417.10.202422.10.202423.10.202424.10.202429.10.202431.10.202411:00 | Школа цифровой и финансовой грамотности«Читай-город» ЦОД(ул. Октябрьская, 6б) | Кичигина Татьяна Валерьевна3-01-51 | По записи |
| 01.10.202403.10.202408.10.202410.10.202415.10.202417.10.202422.10.202424.10.202429.10.202431.10.202410:00 | Час цифровой грамотности «Мой смартфон»«Читай-город» ЦОД(ул. Октябрьская, 6б) | Кичигина Татьяна Валерьевна3-01-51 | По записи |
| 16.10.202423.10.202430.10.202415:0017.10.202418.10.202424.10.202425.10.202431.10.202410:0011:00 | «Покажем. Научим. Подскажем»: практический всеобуч по цифровой и финансовой грамотностиФилиал «Детская библиотека» ЦОД (ул. Первомайская, 11) | Куимова Ю.А.4-75-80 | По записи |
| 08, 15, 22, 29 октября 2024г., в 18:00(регулярно) | Занятия вокально-поэтического ансамбля "Росиночка" КМЦ "Спеленок" (ул. Юбилейная, 5А) | Пономарёва Эльвира Евгеньевна, 8 908-915-28-38 | Максимальное количество человек 12бесплатно |
| 01.10.2024 15:00 | «Поет душа, танцует осень» для горожан серебряного возраста совместное мероприятие МАДОУ «Росинка» и МАОУ "СОШ №54" МАОУ «СОШ № 54»(ул. Юбилейная,7А) | Пономарёва Эльвира Евгеньевна, 8 908-915-28-38 | Максимальное количество человек 50бесплатно |
| 01.10.2024 15:40 | «Нейроигры» - 60+ для бабушек и дедушек воспитанников д/сМАДОУ детский сад «Страна чудес» д/с № 33, ул. Ленина, 93 | Манина Марина Петровна,+7912-645-19-718(34370)6-14-58 | Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись. |
| 02.10.202408:00 | "Зарядка с бабушками и дедушками"(для бабушек и дедушек воспитанников д/с и всех желающих)МАДОУ детский сад «Страна чудес» д/с№ 15, Ленина, 152, спортивный участок | Бойкова Юлия Борисовна, 8(34370) 69481, +79501959057 | Мероприятие бесплатное. Особые условия участия: наличие спортивной формы или одежды удобной для движения. |
| 02.10. 2024 10:00 | "На зарядку становись!" - физкультурно-оздоровительное мероприятия с бабушками и дедушками воспитанниковМАДОУ детский сад «Страна чудес» д/с № 37, ул. Ленина, 101 | Овчинникова Ольга Анатольевна, Долгорукова Ольга Николаевна8(34370)60960 | Мероприятие бесплатное. Особые условия участия: наличие спортивной формы или одежды удобной для движения. |
| 02.10.202415:40 | «Бабушкин сундучок сказок» - литературный час для детей с приглашением поколения 60+ МАДОУ детский сад «Страна чудес» д/с № 43, ул. Ленина, д.74 | Колюшенкова Ксения Александровна,+7950-191-51-50 | Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись. |
| 03.10.2024 11:00 | Литературно-музыкальная гостиная "Бабушка моя, милая, любимая" МАДОУ детский сад «Страна чудес» д/с № 52, ул. Тегенцева, 6/1 | Лысенкова Светлана Анатольевна, 8 (34370) 6-78-49 | Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись. |
| 03.10.2024 11:00 | "Есть только миг" - музыкальная гостиная, посвященная песням А.Зацепина, с бабушками и дедушкамиМАДОУ детский сад "Страна чудес" д/с №13, ул. Савчука, 10 | Махинова Наталья Владимировна,8 (34370) 61547 | Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись. |
| 04.10 2024  8:00 | "Зарядка с бабушкой" - физкультурно-оздоровительное мероприятия с бабушками и дедушками воспитанников МАДОУ детский сад «Страна чудес» д/с № 14, Парковый проезд, д. 3 | Акиньшина Вероника Владимировна,8 (34370) 6-11-81 | Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись. |
| 08.10.202416:00(регулярные) | «Серебряные конструкторы» - совместное конструирование воспитанников детских садов, их бабушек/дедушек МАДОУ детский сад «Росток» д/с № 35, (ул.Победы, 6) | Зайцева Валерия Валентиновна,+7 919 386 52 76 | Мастер-класс с использованием конструкторов ТИКО. Занятия бесплатные. Единовременное количество занимающихся на одном занятии – 12 чел. |
| 08.10.202416:00(регулярные) | «Серебряные конструкторы» - совместное конструирование воспитанников детских садов, их бабушек/дедушек МАДОУ детский сад «Росток» д/с № 47(ул. Автозаводская, 30А) | Снигирева Александра Юрьевна,+7 912 236 68 48 | Мастер-класс с использованием конструкторов CUBORO. Занятия бесплатные. Единовременное количество занимающихся на одном занятии – 12 чел. |
| 08.10.2024 16:00(регулярные) | «Серебряные конструкторы» - совместное конструирование воспитанников детских садов, их бабушек/дедушек МАДОУ детский сад «Росток» д/с № 48(ул. Победы, 28Б) | Юнязова Татьяна Франтишековна, +7 953 048 86 75 | Мастер-класс с использованием конструкторов LEGO. Занятия бесплатные. Единовременное количество занимающихся на одном занятии – 12 чел. |
| 08.10. 2024 11:00 | "Я-чувствую, я-рисую", художественная мастерская для бабушек и дедушек воспитанников детского сада МАДОУ детский сад «Страна чудес» д/с № 12, ул. Корнилова, 13/ | Винокурова НаталияВладимировна, 8 (34370) 66526 | Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись |
| 08.10.2024 11.00 | Творческая мастерская «Песни наше молодости»МАУ ДО "ЦВР(1л. Свердлова, 1А) | Русинова Александра Николаевна3-92-74Хайдаршина Ляузя Магсумовна, ПДО Филякина Ирина Юрьевна, концертмейстер | Занятие бесплатное. Продолжительность занятия 1 час |
| 10.10.2024 14:00 | «Серебряные посиделки», мастер-класс, рисование в технике «Эбру» Детский сад № 50 "Кубик-Рубик" (ул. Сергея Дудина, 13) | Забродская Римма Камалитдиновна, 895-21-469-206 | Максимальное количество 10 человек бесплатно |
| 16.10.2024 11:00(регулярные) | "Добрые руки" - совместные художественное творчество воспитанников детских садов, их бабушек/дедушек МАДОУ детский сад «Росток» д/с № 36, (ул. Фрунзе, 11А) | Сибирева Тамара Алексеевна,+7 912 203 85 50 | Художественная мастерская по рисованию. Занятия бесплатные. Единовременное количество занимающихся на одном занятии – 12 чел. |
| 17.10.2024 10:00 | Литературно-музыкальная гостиная «Музыка для души» для горожан серебряного возраста Детский сад № 3 "Серебряное копытце" (ул. Комсомольская, 11 А) | Жукова Ольга Анатольевна,8 952-729-85-81 | Максимальное количество человек 30бесплатно |
| 17.10.2024 16:00 | Клуб по интересам «Золотое время» для бабушек/дедушек для бабушек/дедушек совместно с воспитанниками детского сада. МАДОУ детский сад «Гармония» детский сад № 22 «Надежда», ул. Мичурина, 6А | Медовщикова Надежда Анатольевна(89089107063) | Занятия бесплатные. - «Игры нашего детства» Подвижные игры в спортивном зале (наличие спортивной формы или одежды удобной для движения);-Изобразительно-прикладная мастерская «СоТворчество»; - Клуб «Ассорти» (изготовление поделок с помощью ЗD ручки);-Арт-терапия «Мое настроение». |
| 17.10.2024 16:00 | Клуб по интересам «Золотое время» для бабушек/дедушек для бабушек/дедушек совместно с воспитанниками детского сада. МАДОУ детский сад «Гармония» детский сад № 51 «Лесовичок»(ул. Чурина, 14/1) | Потапова Татьяна Владимировна(89220256043) | Занятия бесплатные. -Изобразительно-прикладная мастерская;- «Счастливый Йожик» низкоинтенсивная тренировка для всего тела (наличие спортивной формы или одежды удобной для движения), самомассаж стоп; - «Волшебная ручка» ( изготовление поделок с помощью 3D ручки). |
| 22.10.2024г. 11:00 | Творческая мастерская «Песни наше молодости»МАУ ДО "ЦВР(1л. Свердлова, 1А) | Русинова Александра Николаевна3-92-74Хайдаршина Ляузя Магсумовна, ПДО Филякина Ирина Юрьевна, концертмейстер | Занятие бесплатное. Продолжительность занятия 1 час. |
| 23.10.2024г. в 16:00 | Клуб по интересам «Золотое время» для бабушек/дедушек для бабушек/дедушек совместно с воспитанниками детского сада. | Костюкова Наталия Юрьевна(89041770149) | Занятия бесплатные. - «Музыкальная шкатулка» музыкальные игры, караоке и др.;- «Волшебная ручка» (изготовление брелков, сувениров с помощью 3D ручки);- «Творческая мастерская» (изготовление сувениров, открыток и др.). |
| 24.10.202416:00 (регулярные) | «Серебряная физкультура» - физкультурно-оздоровительное мероприятия МАДОУ детский сад «Росток» д/с № 47 (ул. Автозаводская, 30А) | Ермакова Светлана Павловна,+7 912 657 33 37 | Парная гимнастика с воспитанниками и их бабушками и дедушками. Занятия бесплатные. Единовременное количество занимающихся на одном занятии – 20 чел. |
| 29.10.2024 16:00 | Клуб по интересам «Золотое время» для бабушек/дедушек совместно с воспитанниками детского сада. МАДОУ детский сад «Гармония» детский сад № 49 «Дом радости»(ул. М.Горького, 14) | Фасолько Ольга Евгеньевна(89538219601) | Занятия бесплатные. 1. «Умелые ручки» изготовление броши «Триколор»;2. «Заряд энергии» низкоинтенсивная тренировка для всего тела (наличие спортивной формы или одежды удобной для движения). |
| Дата определяется индивидуально | Курсы цифровой грамотности для начинающих. Работа с гаджетами: индивидуальные занятия по работе на планшете, смартфоне«Модельная библиотека» ЦОД(Тегенцева,2) | Юзикова Алена Михайловна5-85-46 | По записи |
| Дата определяется индивидуально | «Интернет для жизни и общения»: индивидуальные занятия по работе на компьютере, планшете смартфонеФилиал «Детская библиотека» ЦОД (Первомайская, 11) | Куимова Юлия Андреевна4-75-80 | По записи |
| Дата определяется индивидуально | Школа цифровой и финансовой грамотности«Библиотека с. Тарасково»(Ленина, 36) | Каргапольцева Любовь Анатольевна7-73-15 | По записи |

1. **Социальная политика**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дата, время** | **Наименование мероприятия,****место проведения** | **Ответственные****конт. тел** | **Доп. информация** |
| Понедельник, пятница14.00 - 15.00 | Кружок «Виртуальный мир»ГАУСО СО «Новоуральский КЦСОН»ул. Гагарина, д. 7А, правый подъезд, 3 этаж, кабинет 301 | Морозова Оксана Григорьевна8(34370) 5-40-88 доб. 406 | Занятия бесплатные, требуется предварительная запись.Обучение уверенному владению необходимыми функциями персонального компьютера, телефона. |
| Вторник, пятница11:00 – 12:00по средам: 04.09.202418.09.202425.09.2024 | Школа пожилого возраста, направление «Творческая и прикладная деятельность»ГАУСО СО «Новоуральский КЦСОН»ул. Гагарина, д. 7А, правый подъезд, 3 этаж, кабинет 301 | Клементьева Светлана Юрьевна8(34370) 5-40-88 доб. 406 | Занятия бесплатные.Формирование практических умений и навыков в области разных видов декоративно-прикладного творчества.По средам занятия с ведущими специалистами МБУК «Публичная библиотека» |
| 08.10.202422.10.202410:00 – 11:00 | Школа пожилого возраста, направление «Краеведение»ГАУСО СО «Новоуральский КЦСОН»ул. Гагарина, д. 7А, правый подъезд, 3 этаж, кабинет 301 | Клементьева Светлана Юрьевна8(34370) 5-40-88 доб. 406 | Занятия бесплатные, предварительная запись не требуется.Виртуальные экскурсии |
| 11.10.2024 | Школа пожилого возраста, направление «Садоводство и огородничество»ГАУСО СО «Новоуральский КЦСОН»ул. Гагарина, д. 7А, правый подъезд, 3 этаж, кабинет 301 | Клементьева Светлана Юрьевна8(34370) 5-40-88 доб. 406 | Занятия бесплатные, предварительная запись не требуется.Обучение практическим навыкам и методам ведения садоводства |
| 16.10.2024 | Школа пожилого возраста, направление «Правовая и экономическая культура»ГАУСО СО «Новоуральский КЦСОН»ул. С. Дудина, д. 6,  | Цыранова Любовь Валентиновна8(34370) 5-40-88 доб. 409 | Занятия бесплатные, предварительная запись не требуется.Информирование о правах и льготах |
| понедельник – пятница 08.30 – 17.30 | Школа пожилого возраста, направление «Обучение навыкам ухода» | Фризен Анна Владимировна8(34370) 5-40-88 доб. 409 | Занятия бесплатные, требуется предварительная запись. Обучение пользованию техническими средствами реабилитации |

**4. Физическая культура и спорт:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дата, время** | **Наименование мероприятия,****место проведения** | **Ответственные****конт.тел, ФИО** | **Доп. информация** |
| 01 октября09:00 | Спортивный праздник для занимающихся в группах «долголетия», посвященный дню пожилого человекаФОК «Кедр Южный»ул. Ленина, 136 А | 5-26-92 (инструкторы-методисты) | Обязательно наличие спортивной формы и обуви |
| 01 октября11:00 – 13:00 | Фестиваль «Новоуральское долголетие»Площадка «СК «Кедр»:1. консультация по услугам программы «Новоуральское долголетие»2. консультация по комплексу ВФСК «ГТО»3. мастер-класс по физ.упражнениямМАУ «КСК» НГО(ул. Свердлова, 6) | 5-26-93Болотова Алина Владимировна |  |
| пн, ср09:00 – 10:0010:00 – 11:00 | Атлетическая гимнастика(тренажерный зал)Дворец спорта «Дельфин»(ул. Фурманова, 28) | 6-14-74 (администратор)6-14-59 (инструкторы-методисты) | Занятия бесплатные, проводятся под руководством тренера, обязательно наличие мед. допуска, спортивной формы |
| вт, чт09:00 – 10:1510:15 – 11:30 | Атлетическая гимнастика(тренажерный зал)ФОК «Кедр Южный»(ул. Ленина, 136 А) | 5-85-41 (администратор)5-85-19 (инструкторы-методисты) | Занятия бесплатные, проводятся под руководством тренера, обязательно наличие мед. допуска, спортивной формы |
| вт, чт1 группа:9:00-10:002 группа:10:00-11:00 | Общая физическая подготовка(аэробика, фитнес, суставная гимнастика)ФОК «Кедр Южный»ул. Ленина, 136 А | 5-26-91 (администратор)5-26-92 (инструкторы-методисты) | Занятия бесплатные, проводятся под руководством тренера, обязательно наличие мед. допуска, спортивной формы |
| вторник10:30 – 11:30пятница11:30 – 12:30 | Общая физическая подготовка(аэробика, фитнес, суставная гимнастика)Центр тестирования «ГТО»(ул. Фрунзе, 7) | 9-85-10 (администратор, инструктор-методист) | Занятия бесплатные, проводятся под руководством инструктора, обязательно наличие мед. допуска, спортивной формы |
| вторник, четверг15.00 – 16.0016.00 – 17.00 | Общая физическая подготовка(аэробика, фитнес, суставная гимнастика)Городской клуб «Альфа»(ул. Мичурина, 3) | + 7-919-361-51-10Воронцова Ольга Михайловна(тренер) | Занятия бесплатные, проводятся под руководством тренера, обязательно наличие мед. допуска, спортивной формы |
| пн - пт10:00 – 11:0011:00 – 12:0012:00 – 13:00 | Настольный теннисСтрелковый тир(ул. Ольховая, 69) | 3-97-10 (администратор)3-99-77 (инструкторы-методисты) | Занятия бесплатные, проводятся самостоятельно без сопровождения инструктора, при себе иметь спортивную форму |
| вт, чт10:00 – 13:00 | БильярдСтрелковый тир(ул. Ольховая, 69) | 3-97-10 (администратор)3-99-77 (инструкторы-методисты) | Занятия бесплатные, проводятся самостоятельно без сопровождения инструктора, при себе иметь спортивную форму |
| вторник8:30 – 10:00четверг8:30 – 11:00 | Настольный теннисЦентр тестирования «ГТО»(ул. Фрунзе, 7) | 9-85-10 (администратор, инструктор-методист) | Занятия бесплатные, проводятся самостоятельно без сопровождения инструктора, при себе иметь спортивную форму |
| пн, пт11:00 – 12:30 | ВолейболДворец спорта «Дельфин»(ул. Фурманова, 28) | 6-14-59(инструкторы-методисты) | Занятия бесплатные, проводятся с участием ветеранов волейбола, при себе иметь спортивную форму |
| вт, чт08:30 – 10:0010:00 – 11:30 | АэробикаЗал игровых видов спорта(ул. Автозаводская, 23) | 2-29-95(администратор) | Занятия **ПЛАТНЫЕ**, проводятся под руководством тренера (Самойлова Ксения Юрьевна), обязательно наличие мед. допуска, спортивной формыСтоимость:1 занятие – 135 руб;Абонемент на 4 занятия - 435 руб;Абонемент на 8 занятий – 745 руб. |
| пн, ср, пт08:00-09:0009:00-10:00 | Атлетическая гимнастика (тренажерный зал)МАУ «КСК» НГО(ул. Сведлова, 6) | 3-11-88(инструкторы-методисты) | Занятия бесплатные, проводятся под руководством тренера, при себе иметь спортивную форму, справка от терапевта о допуске к занятиям |
| пн, ср (1 группа)17:00-18:00вт, пт (2 группа)12:00-13:00 | Танцевальное занятие(зал 2 этаж)МАУ «КСК» НГО(ул. Свердлова, 6) | 3-11-88(инструкторы-методисты) | Занятия бесплатные, проводятся под руководством тренера, при себе иметь спортивную форму |
| пн-пт09:00 – 10:0010:00 – 11:0011:00 – 12:00 | Настольный теннис(фойе 1 этаж)МАУ «КСК» НГО(ул. Свердлова, 6) | 7-44-70 (администратор) | Занятия бесплатные, проводятся самостоятельно без сопровождения инструктора |
| Ср, чт, пт10:30-11:30 | Иога(Зал хореографии)МАУ «КСК» НГО(ул. Свердлова,6) | 3-11-88(инструкторы-методисты) | Занятия бесплатные, проводятся под руководством тренера, при себе иметь спортивную форму, справка от терапевта о допуске к занятиям |
| вт14:00 – 15:00 | Музыкальные занятия (караоке)Конференц-залМАУ КСК» НГО(ул. Свердлова, 6) | 3-11-88(инструкторы-методисты) | Занятия бесплатные, проводятся с звукорежиссером с системой караоке |

Больше информации:

Сайт: https://www.новоуральское-долголетие.рф/

Социальные сети:

ВКонтакте «Новоуральское долголетие»: https://vk.com/dolgoletie\_novo

Одноклассники «Новоуральское долголетие»: https://ok.ru/dolgoletienovo

Тел. 5-26-95