**ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ**

межведомственной программы «Новоуральское долголетие»

**с 01 по 31 мая 2024 года**

1. **Культура и искусство:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дата, время** | **Наименование мероприятия,**  **место проведения** | **Ответственные**  **конт.тел** | **Доп. информация** |
| 01.05.2024  14.00 | Народное гуляние "Первомай"   ЦПКиО | Булдаков Олег Геннадьевич 9-53-92 | Вход свободный |
| 02.05.2024 11.30 | Экскурсия по выставке работ художника Мирзы Мамедова "Цвета солнца".  МБУ ДО «ДХШ» НГО (ул. Мичурина, д. 20) | Панкратов Сергей Евгеньевич  4-05-02 | Вход свободный. Количество участников 20 человек |
| 03.05.2024 17.00 | Женский клуб «Остров позитива» «Светлая Пасха»: беседа «Пасха - поделки своими руками»: мастер класс  Библиотека с. Тарасково (Ленина, 36) | Каргапольцева Любовь Анатольевна 7-73-15 | Вход свободный |
| 06.05.2024 19.00 | ВАЛЕРИЙ ГЕРГИЕВ И ОРКЕСТР МАРИИНСКОГО ТЕАТРА XXII Московский Пасхальный фестиваль  Музейно-выставочный центр  (ул.Льва Толстого,2а) | Дудин Яков Владимирович  7-87-83 | Вход свободный. Справки по тел.  7-86-80 (администратор) |
| 06.05.2024 11.00 | Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка» «Игромания»: играем в настольные игры  Центральная библиотека (Фрунзе, 13) | Морозова Ольга Александровна 9-06-60 | Вход свободный |
| 06.05.2024  11.00 | «Мы помним песни о войне»: литературно-музыкальная композиция с использованием электронных ресурсов   ГАУ СО «НКЦ СОН ООТ  (Дом-интернат для престарелых и инвалидов»)(Крупской, 8) | Васильева Светлана Владимировна 9-06-60 | Проживающие в Доме-интернат для престарелых и инвалидов |
| 06.05.2024 12.00 | Концерт для ветеранов и жителей города, посвященный Дню Победы  МБУ ДО "Детская школа искусств" НГО  (ул. Первомайская, 43) | Журавлева Екатерина Михайловна  9-33-04 | Вход свободный 8(34370) 9-33-04 (доб.507) |
| 07.05.2024 18.00 | «Пасхальная симфония» - духовно-просветительский проект учреждений культуры и прихода во имя святого преподобного Серафима Саровского города Новоуральска. Концертная программа, выставка  МБУ ДО "Детская школа искусств" НГО  (ул. Первомайская, 43) | Журавлева Екатерина Михайловна  9-33-04 | Вход по билетам Справки по телефону  8(902) 156-91-64 |
| 07.05.2024 18.00 | 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. |
| 08.05.2024  14.30 | Цикл досуговых мероприятий для читателей старшего возраста «Культурная среда»:  «Цветущий май»: мастер-класс    Модельная библиотека «ФиЛиН»  (Тегенцева,2) | Юзикова Алена Михайловна 5-85-46 | Вход свободный |
| 08.05.2024  11.00 | «Музеи нашей страны»: виртуальное путешествие с использованием электронных ресурсов   ГАУ СО НКЦ СОН (Гагарина, 7) | Васильева Светлана Владимировна 9-06-60 | Члены клубов ГАУ СО «НКЦ СОН |
| 09.04.2024  18.00 | Народное гуляние, посвященное 79-летию Победы в Великой Отечественной Войне,  ЦПКиО | Булдаков Олег Геннадьевич 9-53-92 | Вход свободный |
| 13.05.2024 11.00 | Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка» «Игромания»: играем в настольные игры  Центральная библиотека (Фрунзе, 13) | Морозова Ольга Александровна 9-06-60 | Вход свободный |
| 13.05.2024 17.00 | Клуб «Новоуральский краевед» «Наши краеведы – Татьяна Клементьева»: выступает Татьяна Радиевна Жемчугова  Центральная библиотека (Фрунзе, 13) | Ларионова Анна Ивановна 9-05-80 | Вход свободный |
| 13.05.2024 11.00 | Клуб «Хочу всё знать» в Совете ветеранов «Астафьев - мастер военной прозы»: беседа к 100-летию писателя  Совет общественной организации пенсионеров, ветеранов войны, труда, вооруженных сил и правоохранительных органов (Дудина, 6) | Ларионова Анна Ивановна 9-05-80 | Члены клуба |
| 14.05.2024 18.00 | 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. |
| 14.05.2024 15.00 | Литературно-музыкальная гостиная Созвучие таланта и души»: литературно-музыкальная композиция с электронной презентацией о жизни и творчестве русского писателя Виктора Астафьева  Центральная библиотека (Фрунзе, 13) | Печенина Светлана Михайловна 9-10-70 | Вход свободный |
| 15.05.2024 11.00 | «Открыть невидимое взору»: просмотр фильмов с тифлокомментариями для слабовидящих «Офицеры»  Филиал «Детская библиотека»  (Первомайская, 11) | Пислегина Любовь Дмитриевна 9-10-70 | Вход свободный |
| 15.05.2024 13.00 | Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка» «Ура! Каникулы!»: заключительная встреча в учебном году  Центральная библиотека (Фрунзе, 13) | Морозова Ольга Александровна 9-06-60 | Вход свободный |
| 16.05.2024 17.00 | Клуб документального кино «Новоуральский киночетверг» «Вечная Отечественная. Каннибальский план обустройства Востока».  Автор сценария и текста Захар Прилепин  Центральная библиотека (Фрунзе, 13) | Назарова Марина Сергеевна 9-06-60 | Вход свободный |
| 16.05.2024 16.00 | Клуб «Увлечение» «Летняя композиция из воздушного пластилина»: мастер-класс   Библиотека д. Починок (Ленина, 15) | Усольцева Алена Павловна 7-72-25 | Вход свободный |
| 20.05.2024 11.00 | Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка» «Игромания»: играем в настольные игры  Центральная библиотека (Фрунзе, 13) | Морозова Ольга Александровна 9-06-60 | Вход свободный |
| 20.05.2024 11.00 | «Горькая судьба Татьяны Миансаровой»: литературно-музыкальная композиция с использованием электронных ресурсов  Совет общественной организации пенсионеров, ветеранов войны, труда, вооруженных сил и правоохранительных органов (Дудина, 6) | Васильева Светлана Владимировна 9-06-60 | Члены клуба органов |
| 21.05.2024 18.00 | 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. |
| 21.05.2024 19.00 | СИМФО-РОК С МОЛОДЕЖНЫМ ОРКЕСТРОМ Уральский молодежный симфонический оркестр  Музейно-выставочный центр (ул.Л.Толстого, 2а) | Дудин Яков Владимирович 7-87-83 | Вход свободный. Справки по тел.  7-86-80 (администратор) |
| 21.05.2024 11.00 | Экскурсия по художественным мастерским театра кукол "Здесь рождается сказка"  (ул. Ленина, 90-а) | Карпова Елена Сергеевна, 9-38-78 | Вход свободный, по предварительной записи (от 5 до 15 человек) |
| 21.05.2024  11.00 | «Светлокосый солдат: Ю. Друнина»: литературно-музыкальная композиция   ГАУ СО «НКЦ СОН ООТ  (Дом-интернат для престарелых и инвалидов»)(Крупской, 8) | Плотникова Елена Валентиновна 9-10-70 | Проживающие в Доме-интернат для престарелых и инвалидов |
| 22.05.2024 11.00 | «Светлокосый солдат: Ю. Друнина»: литературно-музыкальная композиция  ГАУ СО НКЦ СОН (Гагарина, 7) | Плотникова Елена Валентиновна 9-10-70 | Члены клубов ГАУ СО «НКЦ СОН |
| 24.05.2024 18.00 | Народный хоровой праздник, посвященный Дню славянской письменности и культуры  МБУ ДО "Детская школа искусств" НГО  (ул. Первомайская, 43) | Журавлева Екатерина Михайловна 9-33-04 | Вход свободный 8(34370) 9-33-04 (доб.507) |
| 24.05.2024 10.00 | Клуб «Умный дачник» «Облепиховая муха: борьба с вредителем»  ГАУ СО НКЦ СОН (Гагарина, 7) | Матвеева Татьяна Юрьевна 9-10-70 | Члены клубов ГАУ СО «НКЦ СОН |
| 28.05.2024 18.00 | 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. |
| 29.05.2024 17.00 | Клуб садоводов: «Мой сад – огород» «Весенние работы в саду»: беседа  Библиотека с. Тарасково (Ленина, 36) | Каргапольцева Любовь Анатольевна 7-73-15 | Вход свободный |
| 30.05.2024 11.30 | Экскурсия по выставке дипломных работ выпускников ДХШ 2023/2024.  МБУ ДО «ДХШ» НГО (ул. Мичурина, д. 20) | Панкратов Сергей Евгеньевич 4-05-02 | Вход свободный. Количество участников 20 человек |
| 30.05.2024 17.00 | "Кулуарные беседы"  МБУК "ТМДК" НГО (Строителей, 13) | Демина Юлия Петровна 4-58-10 | Вход свободный, по предварительной записи |

1. **Образовательные программы:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дата, время** | **Наименование мероприятия,**  **место проведения** | **Ответственные**  **конт.тел** | **Доп. информация** |
| 02.05.2024 07.05.2024 08.05.2024 14.05.2024 15.05.2024 16.05.2024 21.05.2024 22.05.2024 23.05.2024 28.05.2024 29.05.2024 30.05.2024 10.00 11.00 | Школа цифровой и финансовой грамотности  ЦБ ЦОД (Фрунзе, 13) | Шатило Василий Евгеньевич 9-04-67 | По записи |
| 02.05.2024 07.05.2024 08.05.2024 09.05.2024 14.05.2024 15.05.2024 16.05.2024 11.00 | Школа цифровой и финансовой грамотности  «Читай-город» ЦОД (Октябрьская, 6б) | Кичигина Татьяна Валерьевна 3-01-51 | По записи |
| 02.05.2024 07.05.2024 14.05.2024 16.05.2024 10.00 | Час цифровой грамотности «Мой смартфон»  «Читай-город» ЦОД (Октябрьская, 6б) | Кичигина Татьяна Валерьевна 3-01-51 | По записи |
| 08.05.2024 15.05.2024 22.05.2024 12.00 04.05.2024 11.05.2024 18.05.2024 25.05.2024 13.00 | Курсы цифровой грамотности для начинающих.  Компьютерная грамотность.  «Модельная библиотека» ЦОД (Тегенцева, 2) | Никитин Алексей Владимирович 5-85-46 | По записи |
| Дата определяется индивидуально | «Интернет для жизни и общения»: индивидуальные занятия по работе на компьютере, планшете смартфоне  ФДБ (Первомайская, 11) | Куимова Юлия Андреевна 4-75-80 | По записи |
| Дата определяется индивидуально | Курсы цифровой грамотности для начинающих.  Работа с гаджетами: индивидуальные занятия по работе на планшете, смартфоне  «Модельная библиотека» ЦОД (Тегенцева,2) | Никитин Алексей Владимирович 5-85-46 | По записи |
| Дата определяется индивидуально | Школа цифровой и финансовой грамотности  «Библиотека с. Тарасково» (Ленина, 36) | Каргапольцева Любовь Анатольевна 7-73-15 | По записи |
| 14 мая 2024г.,  16.00  (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. |
| 14 мая 2024г.,  16:00  (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. |
| 14 мая 2024г.  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. |
| 15 мая 2024г.,  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. |
| 23 мая 2024г.,  16:00  (регулярные) | «Серебряная физкультура» - физкультурно-оздоровительное мероприятия  МАДОУ детский сад «Росток» д/с № 47, ул.Победы, 6 | Жигалова Мария Михайловна,  +7 951 956 46 74 | Парная гимнастика с воспитанниками и их бабушками и дедушками.  Занятия бесплатные. Единовременное количество занимающихся на одном занятии –  20 чел. |
| 13.05.2024   17.00 | Мастер-класс "Душевный подарок" (для бабушек и дедушек воспитанников д/с)  МАДОУ детский сад «Страна чудес» (детский сад № 12, ул. Корнилова, 13/3) | Записаться можно по телефону: 8 (34370) 66526 Винокурова Наталия Владимировна | Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись. |
| 03.05.2024  11.30 | «Музыкальная гостиная: песни военных лет» (для бабушек и дедушек воспитанников д/с)  МАДОУ детский сад «Страна чудес» (детский сад № 13, ул. Савчука, 10) | Записаться можно по телефонам: 8(34370) 66393 Косова Людмила Владимировна | Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись. |
| 17.05.2024  16.00 | Мастер -класс «Подарки своими руками" (для бабушек и дедушек воспитанников д/с)  МАДОУ детский сад «Страна чудес» (детский сад № 14, Парковый проезд, д. 3) | Записаться можно по телефону: 8(34370)61181 Акиньшина Вероника Владимировна | Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись. |
| 7.05.2024 и 8.05.2024 в 11.00 | Праздничный концерт "Мы помним! Мы гордимся!" (для бабушек и дедушек воспитанников д/с и всех желающих)  МАДОУ детский сад «Страна чудес» (детский сад № 15, Ленина, 152, музыкальный зал) | Записаться можно по телефонам: 8(34370) 69510 Калинина Валентина Михайловна | Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись. |
| 22.05.2024  15.40 | «Движению все возрасты покорны!» (Организация зарядок, флешмобов, двигательных игротек 60+ для бабушек и дедушек воспитанников д/с)  МАДОУ детский сад «Страна чудес» (детский сад № 33, ул. Ленина, 93) | Записаться можно по телефону: +7(912)209-21-36 Буренок Наталия Валентиновна | Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись. |
| 23.05.2024  15.40 | «Бабушкин сундучок сказок» (Организация литературных часов для детей с приглашением поколения 60+ )  МАДОУ детский сад «Страна чудес» (детский сад № 43, ул. Ленина, д.74) | Записаться можно по телефону: +7(963)038-11-25 Абдуллова Елена Александровна | Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись. |
| 07.05.2024  9.30 | «Подвиг наших дедов нами не забыт!» (музыкальная гостиная для "серебряного возраста")  МАДОУ детский сад «Страна чудес» (детский сад № 52, ул. Тегенцева, 6/1) | Записаться можно по телефонам:  8 (34370) 6-78-49 Лысенкова Светлана Анатольевна  8 (34370) 6-79-06 Переседова Надежда Петровна | Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись. |
| 13.05.2024   17.00 | Мастер-класс "Душевный подарок" (для бабушек и дедушек воспитанников д/с)  МАДОУ детский сад «Страна чудес» (детский сад № 12, ул. Корнилова, 13/3) | Записаться можно по телефону: 8 (34370) 66526 Винокурова Наталия Владимировна | Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись. |
| 03.05.2024  11.30 | «Музыкальная гостиная: песни военных лет»  (для бабушек и дедушек воспитанников д/с)  МАДОУ детский сад «Страна чудес» (детский сад № 13, ул. Савчука, 10) | Записаться можно по телефонам: 8(34370) 66393 Косова Людмила Владимировна | Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись. |
| 17.05.2024  16.00 | Мастер -класс «Подарки своими руками" (для бабушек и дедушек воспитанников д/с)  МАДОУ детский сад «Страна чудес» (детский сад № 14, Парковый проезд, д. 3) | Записаться можно по телефону: 8(34370)61181 Акиньшина Вероника Владимировна | Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись. |
| 16.05.2024г.,  16.00-17.00 | Клуб по интересам «Золотое время»:  - «Магия музыки» Упражнения на снятие напряжения и отрицательных эмоций, стимулирование физической активности.  - «Народные промыслы» Изготовление сувениров в технике валяние из шерсти.  - «Волшебный мир Эбру» рисование на воде.  - «Счастливый Йожик» низкоинтенсивная тренировка для всего тела, самомассаж стоп. | Фасолько Ольга Евгеньевна  (89538219601) | Кожухова Ирина Михайловна  (89045412367) |
| 7 мая,  14 мая,  21 мая,  28 мая  в 18.00 | Занятия вокально-поэтического ансамбля "Росиночка"  в КМЦ "Спеленок"  по адресу: Юбилейная, 5А. | Пономарёва Эльвира Евгеньевна,  сот. 8 908 915 28 38 | Максимальное количество человек 12  бесплатно |
| 7.05.2024г  в 10.00 | Музыкально - поэтическая гостиная «Мы - наследники Победы»  детский сад №9 «Золотой петушок» МАДОУ «Росинка» | Пономарёва Эльвира Евгеньевна,  сот. 8 908 915 28 38 | Ветераны МАДОУ детский сад «Росинка»  бесплатно |
| 13.05.2024  в 11.00 | Музыкально - литературная гостиная для горожан серебряного возраста «Весна Победы»  по адресу: Комсомольская 21,  помещение НРИЦ | Пономарёва Эльвира Евгеньевна,  сот. 8 908 915 28 38 | Максимальное количество до 50 человек  бесплатно |

1. **Социальная политика**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дата, время** | **Наименование мероприятия,**  **место проведения** | **Ответственные**  **конт. тел** | **Доп. информация** |
| Понедельник, пятница  14.00 - 15.00 | Кружок «Виртуальный мир»  ГАУСО СО «Новоуральский КЦСОН»  ул. Гагарина, д. 7А, правый подъезд, 3 этаж, кабинет 301 | Морозова Оксана Григорьевна  8(34370) 5-40-88 доб. 406 | Занятия бесплатные, требуется предварительная запись.  Обучение уверенному владению необходимыми функциями персонального компьютера, телефона. |
| Вторник, пятница  11.00 – 12.00  по средам: 08.05.2024  22.05.2024  29.05.2024 | Школа пожилого возраста, направление «Творческая и прикладная деятельность»  ГАУСО СО «Новоуральский КЦСОН»  ул. Гагарина, д. 7А, правый подъезд, 3 этаж, кабинет 301 | Клементьева Светлана Юрьевна  8(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» |
| 07.05.2024  21.05.2024  10.00 – 11.00 | Школа пожилого возраста, направление «Краеведение»  ГАУСО СО «Новоуральский КЦСОН»  ул. Гагарина, д. 7А, правый подъезд, 3 этаж, кабинет 301 | Клементьева Светлана Юрьевна  8(34370) 5-40-88 доб. 406 | Занятия бесплатные, предварительная запись не требуется.  Виртуальные экскурсии |
| 17.05.2024 | Школа пожилого возраста, направление «Садоводство и огородничество»  ГАУСО СО «Новоуральский КЦСОН»  ул. Гагарина, д. 7А, правый подъезд, 3 этаж, кабинет 301 | Клементьева Светлана Юрьевна  8(34370) 5-40-88 доб. 406 | Занятия бесплатные, предварительная запись не требуется.  Обучение практическим навыкам и методам ведения садоводства |
| 15.05.2024 | Школа пожилого возраста, направление «Правовая и экономическая культура»  ГАУСО СО «Новоуральский КЦСОН»  ул. С. Дудина, д. 6, | Цыранова Любовь Валентиновна  8(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 Владимировна  8(34370) 5-40-88 доб. 409 | Занятия бесплатные, требуется предварительная запись. Обучение пользованию техническими средствами реабилитации |
| четверг  09.00 – 12.00 | Школа пожилого возраста, направление «Активное долголетие»  ГАУСО СО «Новоуральский КЦСОН»  ул. Гагарина, д. 7А, правый подъезд, 3 этаж, кабинет 304 | Психолог  Елисеева Надежда Афанасьевна  8(34370) 5-40-88 доб. 304 | Занятия бесплатные, требуется предварительная запись.  Направление занятий:  - «Внимание, мышление, память»;  - Познай себя и свой потенциал»;  - «Арт-терапия». |
| вторник  15.00 – 17.00  среда  9.00 – 12.00  пятница  15.00 – 16.30 | Занятия в Сенсорной комнате  ГАУСО СО «Новоуральский КЦСОН»  ул. Гагарина, д. 7А, правый подъезд, 3 этаж, кабинет 304 | Психолог  Елисеева Надежда Афанасьевна  8(34370)5-40-88 доб.304 | Занятия бесплатные, требуется предварительная запись. |

**4. Физическая культура и спорт:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Дата, время** | **Наименование мероприятия,**  **место проведения** | **Ответственные**  **конт.тел, ФИО** | **Доп. информация** |
| пн, ср  09.00 – 10.00  10.00 – 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, чт  09.00 – 10.15  10.15 – 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 |
| вторник  10.30 – 11.30  пятница  11.30 – 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 |
| пн - пт  10.00 – 11.00  11.00 – 12.00  12.00 – 13.00 | Настольный теннис  Стрелковый 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, чт  10.00 – 13-00 | Бильярд  Стрелковый 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 |
| вторник  8.30 – 10.00  четверг  8.30 – 11.00 | Настольный теннис  Центр тестирования «ГТО»  (ул. Фрунзе, 7) | 9-85-10 (администратор, инструктор-методист) | Занятия бесплатные, проводятся самостоятельно без сопровождения инструктора, при себе иметь спортивную форму |
| пн, пт  11.00 – 12.30 | Волейбол  Дворец спорта «Дельфин»  (ул. Фурманова, 28) | 6-14-59  (инструкторы-методисты) | Занятия бесплатные, проводятся с участием ветеранов волейбола, при себе иметь спортивную форму |
| вт, чт  08.30 – 10.00  10.00 – 11.30 | Аэробика  Зал игровых видов спорта  (ул. Автозаводская, 23) | 2-29-95  (администратор) | Занятия **ПЛАТНЫЕ**, проводятся под руководством тренера (Самойлова Ксения Юрьевна), обязательно наличие мед. допуска, спортивной формы  Стоимость:  1 занятие – 135 руб;  Абонемент на 4 занятия - 435 руб;  Абонемент на 8 занятий – 745 руб. |
| пн, ср, пт  08:00-09:00  09:00-10:00 | 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)  17.00-18.00  вт, 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-пт  09.00 – 10.00  10.00 – 11.00  11.00 – 12.00 | Настольный теннис  (фойе 1 этаж)  МАУ «КСК» НГО  ул. Свердлова, 6 | 7-44-70 (администратор) | Занятия бесплатные, проводятся самостоятельно без сопровождения инструктора |
| Пн  10.00-11.00 - 1 гр.  11.00-12.00 - 2 гр.  сб  10.00-11.00 - 3 гр. | 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 |
| вт  14.00 – 15.00 | Музыкальные занятия (караоке)  Конференц-зал  МАУ 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