

ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ
межведомственной программы «Новоуральское долголетие»
с 1 по 31 мая 2026 года



1. Культура и искусство:

Дата, время	Наименование мероприятия, место проведения	Ответственные конт.тел	Доп. информация
1. Культура и искусство:			
04.05.2026 11.00	Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка» «Фишка»: играем в настольные игры Центральная библиотека (Фрунзе, 13)	Назарова Марина Сергеевна 9-05-80	Вход свободный
04.05.2026 11.00	«Самый народный композитор -Никита Богословский»: литературно-музыкальная композиция о жизни и творчестве Н.Богословского 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
05.05.2026 15.00	«Музыка! Друзья! Весна!»: концерт с участием вокальной группы «РОСА» Центральная библиотека (Фрунзе, 13)	Васильева Светлана Владимировна 9-06-60	Вход свободный
06.05.2026 11.00	Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка» «Игры разума»: профилактика умственной активности Центральная библиотека (Фрунзе, 13)	Пылаева Елизавета Владимировна 9-03-67	Вход свободный
06.05.2026 11.00	«Жизнь и песни Григория Пономаренко»: литературно-музыкальная композиция о жизни и творчестве советского композитора ГАУ СО НКЦ СОН (Гагарина, 7)	Васильева Светлана Владимировна 9-06-60	Члены клубов ГАУ СО «НКЦ СОН
06.05.2026 16.00	Женский клуб «Остров позитива» «Звезда Победы»: беседа и мастер класс Библиотека с. Тарасково (Ленина, 36)	Каргапольцева Любовь Анатольевна 7-73-15	Вход свободный
07.05.2026 11.30	IX Областная выставка-конкурс детского рисунка "Душа народа" ДХШ (ул. Мичурина, д. 20)	Панкратов Сергей Евгеньевич 4-05-02	Вход свободный. Количество - 20 человек
12.05.2026 11.00	«Голубь мира»: мастер-класс ГАУ СО НКЦ СОН (Гагарина, 7)	Пислегина Любовь Дмитриевна 9-10-70	Члены клубов ГАУ СО «НКЦ СОН

12.05.2026 15.00	Литературно-музыкальная гостиная «Мастер на все времена»: литературно-музыкальная композиция с электронной презентацией о жизни и творчестве русского писателя Михаила Булгакова Центральная библиотека (Фрунзе, 13)	Плотникова Елена Валентиновна 9-10-70	Вход свободный
13.05.2026 11.00	Зарубежный литературный вернисаж «Волшебник из Нюрнберга: жизнь и сказки Эрнста Теодора Амадея Гофмана»: литературно-познавательная беседа с использованием электронных ресурсов ГАУ СО НКЦ СОН (Гагарина, 7)	Назарова Марина Сергеевна 9-05-80	Члены клубов ГАУ СО «НКЦ СОН
13.05.2026 11.00	Клуб «Хочу всё знать» в Совете ветеранов «Малахов – зодчий горнозаводской столицы»: беседа к 245-летию со дня рождения архитектора генерального плана застройки Екатеринбурга Совет общественной организации пенсионеров, ветеранов войны, труда, вооруженных сил и правоохранительных органов (Дудина, 6)	Ларионова Анна Ивановна 9-05-80	Члены клуба Совета
13.05.2026 14.30	Цикл досуговых мероприятий для читателей старшего возраста «Культурная среда» «Майские мелодии»: музыкальный турнир Модельная библиотека «ФиЛиН» (Тегенцева, 2)	Аникина Евгения Геннадьевна 5-85-46	Вход свободный
13.05.2026 15.00	Клуб «Увлечение» «Розы из бисера»: мастер-класс Библиотека д. Починок (Ленина, 15)	Усольцева Алена Павловна 7-72-25	Члены клуба «Увлечение»
14.05.2026 12.00	Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка» «Все свои! Караоке»: встреча любителей советских песен Центральная библиотека (Фрунзе, 13)	Васильева Светлана Владимировна 9-06-60	Вход свободный
18.05.2026 11.00	Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка» «Фишка»: играем в настольные игры Центральная библиотека (Фрунзе, 13)	Назарова Марина Сергеевна 9-05-80	Вход свободный
18.05.2026 11.00	«Самый народный композитор -Никита Богословский»: литературно-музыкальная композиция о жизни и творчестве Н. Богословского Совет общественной организации пенсионеров, ветеранов войны, труда, вооруженных сил и правоохранительных органов (Дудина, 6)	Васильева Светлана Владимировна 9-06-60	Члены клуба Совета

18.05.2026 11.00	«Маршал Рокоссовский. Путь солдата»: 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
18.05.2026 17.30	Клуб «Новоуральский краевед» «Чернобыльская эпопея»: выступает Дмитрий Львович Никаноров Центральная библиотека (Фрунзе, 13)	Ларионова Анна Ивановна 9-05-80	Вход свободный
19.05.2026 11.00	Экскурсия в мастерские театра "Здесь рождается сказка" (ул. Ленина, 90а)	Карпова Елена Сергеевна 9-38-78	Вход свободный по записи
19.05.2026 11.00	«Модные штучки»: мастер-класс ГАУ СО НКЦ СОН (Гагарина, 7)	Пислегина Любовь Дмитриевна 9-10-70	Члены клубов ГАУ СО «НКЦ СОН
20.05.2026 11.00	«Открыть невидимое взору»: просмотр фильмов с тифлокомментариями для слабовидящих «Тамара Лисиан. Непобежденная» Филиал «Детская библиотека» (Первомайская, 11)	Пислегина Любовь Дмитриевна 9-10-70	Вход свободный
20.05.2026 11.00	Маршал Рокоссовский. Путь солдата»: литературно-музыкальная композиция ГАУ СО НКЦ СОН (Гагарина, 7)	Плотникова Елена Валентиновна 9-10-70	Члены клубов ГАУ СО «НКЦ СОН
21.05.2026 19.00	Виртуальный Концертный Зал. Песни о главном 2. ЕВРЕЙСКОЕ СЧАСТЬЕ. Еврейские песни, нигуны, популярные хиты Л. Утёсова и М. Бернеса Музейно-выставочный центр (Л. Толстого, 2А)	Дудин Яков Владимирович 7-87-88	Вход свободный
22.05.2026 10.00	Клуб «Умный дачник» «ТОП-10 главных проблем при выращивании перца»: устный журнал ГАУ СО НКЦ СОН (Гагарина, 7)	Матвеева Татьяна Юрьевна 9-10-70	Члены клубов ГАУ СО «НКЦ СОН
25.05.2026 11.00	Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка» «Фишка»: играем в настольные игры Центральная библиотека (Фрунзе, 13)	Назарова Марина Сергеевна 9-05-80	Вход свободный
25.05.2026 11.00	«Словом и мечом»: литературно-музыкальная композиция о подвиге Православной церкви во время Великой Отечественной войны ГАУ СО «НКЦ СОН ООТ (Дом-интернат для престарелых и инвалидов») (Крупской, 8)	Печенина Светлана Михайловна 9-10-70	Проживающие в Доме-интернат для престарелых и инвалидов

27.05.2026 11.00	«Словом и мечом»: литературно-музыкальная композиция о подвиге Православной церкви во время Великой Отечественной войны ГАУ СО НКЦ СОН (Гагарина, 7)	Печенина Светлана Михайловна 9-10-70	Члены клубов ГАУ СО «НКЦ СОН
28.05.2026 11.30	Выставка дипломных работ выпускников ДХШ (ул. Мичурина, д. 20)	Панкратов Сергей Евгеньевич 4-05-02	Вход свободный. Количество - 20 человек
28.05.2026 12.00	Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка» «Все свои! Караоке»: встреча любителей советских песен Центральная библиотека (Фрунзе, 13)	Васильева Светлана Владимировна 9-06-60	Вход свободный
28.05.2026 16.00	Клуб садоводов: «Мой сад – огород» «Весенние работы в саду»: беседа Библиотека с. Тарасково (Ленина, 36)	Каргапольцева Любовь Анатольевна 7-73-15	Вход свободный

2. Образовательные программы:

05.05.2026 06.05.2026 07.05.2026 12.05.2026 13.05.2026 14.05.2026 19.05.2026 20.05.2026 21.05.2026 26.05.2026 27.05.2026 28.05.2026 10.00 11.00	Школа цифровой и финансовой грамотности ЦБ ЦОД (Фрунзе, 13)	Шатило Василий Евгеньевич 9-04-67	По записи
05.05.2026 07.05.2026 12.05.2026 14.05.2026 26.05.2026 28.05.2026 10.00	Школа цифровой и финансовой грамотности «Читай-город» ЦОД (Октябрьская, 6б)	Рыжков Иван Юрьевич 3-01-51	По записи
05.05.2026 12.05.2026 19.05.2026 26.05.2026 12.00 16.05.2026 23.05.2026	Курсы цифровой грамотности для начинающих. Компьютерная грамотность. «Модельная библиотека» ЦОД (Тегенцева, 2)	Никитин Алексей Владимирович 5-85-46	По записи

30.05.2026 13.00			
Дата - 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 - индивидуально	Час цифровой грамотности «Мой смартфон» «Читай-город» ЦОД (Октябрьская, 6б)	Рыжков Иван Юрьевич 3-01-51	По записи
Дата - индивидуально	Школа цифровой и финансовой грамотности «Библиотека с. Тарасково» (Ленина, 36)	Каргапольцева Любовь Анатольевна 7-73-15	По записи
Дата - индивидуально	«Интернет для жизни и общения»: индивидуальные занятия по работе на компьютере, планшете смартфоне Филиал «Детская библиотека» ЦОД (Первомайская, 11)	Куимова Юлия Андреевна 4-75-80	По записи

МАДОУ детский сад "Росинка"

1 раз в неделю, понедельник 05.05., 12.05, 19.05, 26.05 с 17-30	Занятия с музыкально-поэтическим коллективом «Росиночка», Социальный коворкинг МАДОУ детский сад «Росинка», ул.Юбилейная, 5а	Пономарёва Эльвира Евгеньевна, 89089152838	12 человек
20 мая 2026 г. в 13.00	Игротека «Быстрее, выше, сильнее», детский сад №50 "Кубик Рубик" Сергея Дудина, 12	Корюкова В.А., инструктор по ФК 3-81- 01	10 человек
20 мая 2026 г. в 15.30	Мастер-класс «Гжельские узоры», Детский сад №2 «Золотая рыбка» Юбилейная, 5а	Косых И.В., заведующий ОСП д/с №2, тел. 2-34-41	10 человек
28 мая 2026 г. в 13.00	Мастер-класс «Пластилинография», Детский сад №2 «Золотая рыбка» Юбилейная 5а	Швец Д.Д., воспитатель по художественно- эстетическому развитию, Анчикова Т.А., педагог- психолог тел. 2-34-41	10 человек
14 мая 2026 г. в 13.00	Игротека «Мир головоломок» Детский сад № 11 "Малахитовая шкатулка" Октябрьская 5а	Воспитатели Ипатова А.А, Есенова С.С 9089277961	10 человек
04 мая 2026 г. в 11.00	Музыкально-литературная гостиная " Мы внуки Победы" Детский сад № 9 "Золотой петушок", Промышленная 5б	"Пономарёва Эльвира Евгеньевна, 89089152838 Матвеева Екатерина Валерьевна, 3-60-47	10 человек

05 мая 2026 г. в 11.00	Музыкально-литературная гостиная " Мы внуки Победы" Детский сад №2 «Золотая рыбка» Юбилейная, 5а	Пономарёва Эльвира Евгеньевна, 89089152838 Косых И.В., заведующий ОСП д/с №2, тел. 2-34-41	10 человек
07 мая 2026 г. в 11.00	Музыкально-литературная гостиная " Мы внуки Победы" Детский сад №3 «Серебряное копытце», Комсомольская, 11а	Пономарёва Эльвира Евгеньевна, 89089152838 Лисицына Ольга Николаевна 3-85- 57	10 человек
06 мая 2026 г. в 15.15	Музыкально-литературная гостиная " Мы внуки Победы" МАДОУ СОШ № 54	Пономарёва Эльвира Евгеньевна, 89089152838	50 человек
МАДОУ детский сад "Росток"			
12 мая 2026г., 16:00 (регулярные) (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 Шорохова Альфия Минабутдиновна +7 950 209 26 36	Мастер-класс с использованием конструкторов ТИКО. Занятия бесплатные. Единовременное количество занимающихся на одном занятии – 12 чел.
12 мая 2026г., 16:00 (регулярные)	«Серебряные конструкторы» - совместное конструирование воспитанников детских садов, их бабушек/дедушек МАДОУ детский сад «Росток» д/с № 48, ул. Победы, 28б	Кальсина Юлия Валентиновна, +7 904 161 28 67	Мастер-класс с использованием разных видов конструкторов. Занятия бесплатные. Единовременное количество занимающихся на одном занятии – 12 чел.
20 мая 2026г., 11:00 (регулярные)	«Добрые руки» - совместные художественное творчество воспитанников детских садов, их бабушек/дедушек МАДОУ детский сад «Росток» д/с № 35, ул. Победы, 6	Ватолина Светлана Георгиевна, +7 950 194 19 11	Художественная мастерская по рисованию. Занятия бесплатные. Единовременное количество занимающихся на одном занятии – 12 чел.
28 мая 2026г., 16:00 (регулярные)	«Серебряная физкультура» - физкультурно-оздоровительное мероприятия МАДОУ детский сад «Росток» д/с № 36,	Зырянова Анна Сергеевна, +7 953 600 82 82 Федякова Лариса Николаевна, +7 912676	Парная гимнастика с воспитанниками и их бабушками и дедушками.

	ул. Фрунзе, 11а	34 28	Занятия бесплатные. Единовременное количество занимающихся на одном занятии – 20 чел.
18 мая 2026г., 17:00 (регулярные)	Мастерская «Мои родные — мастера!» совместное творчество воспитанников детских садов, их бабушек/дедушек МАДОУ детский сад «Росток» д/с № 47, ул. Автозаводская, 30а	Ячменева Наталия Михайловна, +7 902 583 16 34 Бобков Даниил Алексеевич, +7 912 276 16 47	Мастерская с использованием оборудования ресурсного центра «Фабрика юного инженера» Занятия бесплатные. Единовременное количество занимающихся на одном занятии – 6 чел.
18 мая 2026г., 17:00 (регулярные)	Студия «Музыкальный экспромт», совместное музыкальное творчество воспитанников детских садов, их бабушек/дедушек МАДОУ детский сад «Росток» д/с № 47, ул. Автозаводская, 30а	Азоркина Надежда Викторовна, +7 922 113 51 67	Студия вокала и музицирования. Занятия бесплатные. Единовременное количество занимающихся на одном занятии – 12 чел.
МАДОУ детский сад "Гармония"			
07.05.2026г. 16.00 - 17.00	<u>Клуб по интересам «Золотое время» для бабушек/дедушек совместно с воспитанниками детского сада. МАДОУ детский сад «Гармония» детский сад № 10 «Теремок», ул. Гастелло, 4</u>	Потапова Татьяна Владимировна (89220256043)	Занятия бесплатные. - «Музыкальная гостинная - Вечер памяти»; - Изобразительно-прикладная мастерская «СоТворчество».
21.05.2026г. 16.00 - 17.00	<u>Клуб по интересам «Золотое время» для бабушек/дедушек совместно с воспитанниками детского сада. МАДОУ детский сад «Гармония» детский сад № 22 «Надежда», ул. Мичурина, ба</u>	Медовщикова Надежда Анатольевна (89089107063)	Занятия бесплатные. - «Музыкальная гостинная»; - «Нейрографика» (художественное рисование с педагогом-психологом).
21.05.2026г. 16.00 - 17.00	<u>Клуб по интересам «Золотое время» для бабушек/дедушек совместно с воспитанниками детского сада.</u> МАДОУ детский сад «Гармония»	Фасолько Ольга Евгеньевна (89538219601)	Занятия бесплатные. - Изобразительно-прикладная мастерская

	<u>детский сад № 49 «Дом радости», ул. М.Горького, 14</u>		«Умелые ручки» изготовление сувениров, поделок; -«Путешествие в мир русской живописи» в рамках федерального инновационного проекта «Картинная галерея в детском саду».
07.05.2026г. 16.00 - 17.00	<u>Клуб по интересам «Золотое время» для бабушек/дедушек совместно с воспитанниками детского сада. МАДОУ детский сад «Гармония» детский сад № 51 «Лесовичок», ул. Чурина, 14/1</u>	Потапова Татьяна Владимировна (89220256043)	Занятия бесплатные. - «Музыкальная гостинная - Вечер памяти»;
МАДОУ детский сад "Страна чудес"			
07 мая 2026 г., 11:00	Концерт "Помним, гордимся и чтим!" (для бабушек и дедушек воспитанников д/с). МАДОУ детский сад "Страна чудес" д/с № 12, ул. Корнилова 13/3	Винокурова Наталия Владимировна, 8 (34370) 66526	Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись.
07 мая 2026 г., 11:00	Музыкальная гостиная "Мы помним!" (для бабушек и дедушек воспитанников д/с). МАДОУ детский сад "Страна чудес" д/с № 13, ул. Савчука, 10	Зелютина Анастасия Егоровна, 89995627146	Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись.
07 мая 2026 г., 16:00	"Мастерская здоровья" для бабушек и дедушек воспитанников. МАДОУ детский сад "Страна чудес" д/с № 14, ул. Парковый проезд, 3	Акиньшина Вероника Владимировна, 8 (34370) 6-11-81	Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись.
07 мая 2026 г., 10:30	Праздничный концерт (для бабушек и дедушек воспитанников д/с и всех желающих) МАДОУ детский сад «Страна чудес» д/с № 15, Ленина, 152, музыкальный зал	Снигирева Ирина Николаевна, 89043848286	Мероприятие бесплатное.
13 мая 2026 г., 13:30	Посадка цветов на территории детского сада вместе с бабушками. МАДОУ детский сад «Страна чудес» д/с № 33, ул. Ленина, 93	Манина Марина Петровна, 6-14-58, 9126451971	Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись.

14 мая 2026 г., 10:00	"Бабушки в строю - весенняя мобилизации бодрости". МАДОУ детский сад «Страна чудес» д/с № 37, ул. Ленина, 101	Долгорукова Ольга Николаевна, Овчинникова Ольга Анатольевна 8(34370)60960	Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись.
19 мая 2026 г., 10:30	Творческая мастерская "Секреты бабушкиного мастерства". МАДОУ детский сад «Страна чудес» д/с № 43, ул. Ленина, 74	Мартынова Елена Сергеевна, 8(34370) 9-31-34, +7950-655-60-45	Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись.
06 мая 2026 г., 16:30	Мастер - класс на тему: "Голубь мира - птица Победы" с использованием 3Д ручки. 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.

МАУ ДО "ЦВР"

5 мая, 19 мая 2026 г. 11:00	Творческая мастерская «Песни нашей молодости»	Русинова Александра Николаевна 3-92-74 Хайдаршина Ляузья Магсумовна, ПДО Филякина Ирина Юрьевна, концертмейстер	Занятие бесплатное. Продолжительность занятия 1 час.
--------------------------------	---	---	---

МАОУ "СОШ № 40"

среда, четверг в 16.00	"Английский 60+" МАОУ "СОШ №40" Корнилова, 7/1	Садовникова Юлия Владимировна 51688	Мероприятие бесплатное.
вторник, в 15.15	Занятие йогой МАОУ "СОШ №40" пр. Корнилова 7/1	Садовникова Юлия Владимировна 51688	Мероприятие бесплатное.

3. Социальная политика

Дата, время	Наименование мероприятия, место проведения	Ответственные конт. тел	Доп. информация
Вторник, пятница 11.00 – 12.00 по средам: 06.05.2026 13.05.2026 20.05.2026 27.05.2026	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»
19.05.2026 10.00 – 11.00	Школа пожилого возраста, направление «Краеведение» ГАУСО СО «Новоуральский КЦСОН»	Клементьева Светлана Юрьевна 8(34370) 5-40-88	Занятия бесплатные, предварительная запись не требуется.

	ул. Гагарина, д. 7А, правый подъезд, 3 этаж, кабинет 301	доб. 406	Виртуальные экскурсии
26.05.2026 10.00 – 11.00	Школа пожилого возраста, направление «Активное долголетие» 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 привычек к ЗОЖ. Занятие проводит Новоуральский филиал ГБПОУ «Свердловский областной медицинский колледж»
15.05.2026 10.00 – 11.00	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
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

4. Физическая культура:

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)	5-19-00, доб. 403 (администратор) 5-19-00, доб. 404 (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)	5-19-00, доб. 308 (администратор) 5-19-00, доб. 305 (инструкторы-методисты)	Занятия бесплатные, проводятся под руководством тренера, обязательно наличие мед. допуска, спортивной формы
вт 10.00-11.00 11.30 – 12.30 пт 11.00 – 12.00 12.30 – 13.30	Общая физическая подготовка (аэробика, фитнес, суставная гимнастика) Центр тестирования «ГТО» (ул. Фрунзе, 7 А)	5-19-00, доб. 606 (администратор, инструктор-методист)	Занятия бесплатные, проводятся под руководством инструктора, обязательно наличие мед. допуска, спортивной формы
пн, вт, ср, чт 09.00-10.00 вт, чт 1 группа: 09.00-10.00 2 группа: 10.00 - 11.00	Общая физическая подготовка (аэробика, фитнес, суставная гимнастика) ФОК «Кедр Южный» ул. Ленина, 136 А	5-19-00, доб. 308 (администратор) 5-19-00, доб. 305 (инструкторы-методисты)	Занятия бесплатные, проводятся под руководством тренера, обязательно наличие мед. допуска, спортивной формы

<p>пн - пт 10.00 – 11.00 11.00 – 12.00 12.00 – 13.00</p>	<p>Настольный теннис Стрелковый тир (ул. Ольховая, 69)</p>	<p>5-19-00, доб.508 (администратор) 5-19-00, доб.501 (инструкторы-методисты)</p>	<p>Занятия бесплатные, проводятся самостоятельно без сопровождения инструктора, при себе иметь спортивную форму, теннисный мячик, ракетки.</p>
<p>вт, чт 10.00 – 13.00</p>	<p>Бильярд Стрелковый тир (ул. Ольховая, 69)</p>	<p>5-19-00, доб.508 (администратор) 5-19-00, доб.501 (инструкторы-методисты)</p>	<p>Занятия бесплатные, проводятся самостоятельно без сопровождения инструктора, при себе иметь спортивную форму</p>
<p>вторник 08.30 – 10.00 четверг 08.30 – 11.00</p>	<p>Настольный теннис Центр тестирования «ГТО» (ул. Фрунзе, 7 А)</p>	<p>5-19-00, доб. 606 (администратор, инструктор-методист)</p>	<p>Занятия бесплатные, проводятся самостоятельно без сопровождения инструктора, при себе иметь спортивную форму, теннисный мячик, ракетки.</p>
<p>пн, пт 11.00 – 12.30</p>	<p>Волейбол Дворец спорта «Дельфин» (ул. Фурманова, 28)</p>	<p>5-19-00, доб. 403 (администратор) 5-19-00, доб.404 (инструкторы-методисты)</p>	<p>Занятия бесплатные, проводятся с участием ветеранов волейбола, при себе иметь спортивную форму</p>
<p><u>пн, ср, пт</u> 08:00-09:00 09:00-10:00</p>	<p>Атлетическая гимнастика (тренажерный зал) МАУ «КСК» НГО ул. Сведлова, 6</p>	<p>3-11-88 (инструкторы-методисты)</p>	<p>Занятия бесплатные, проводятся под руководством тренера, при себе иметь спортивную форму, справка от терапевта о допуске к занятиям</p>
<p><u>пн-пт</u> 09.00 – 10.00 10.00 – 11.00 11.00 – 12.00</p>	<p>Настольный теннис (фойе 1 этаж) МАУ «КСК» НГО ул. Свердлова, 6</p>	<p>7-44-70 (администратор)</p>	<p>Занятия бесплатные, проводятся самостоятельно без сопровождения инструктора</p>
<p><u>пн, ср (1 группа)</u> 17:00-18:00 <u>вт, чт (2 группа)</u> 12:00-13:00</p>	<p>Танцевальные занятия (зал 2 этаж) МАУ «КСК» НГО ул. Свердлова, 6</p>	<p>3-11-88 (инструкторы-методисты)</p>	<p>Занятия бесплатные, проводятся под руководством тренера, при себе иметь спортивную форму</p>
<p><u>ср</u> 10:30-11:30 - 1 группа 11:30-12:30 - 2 группа</p>	<p>Йога (Зал хореографии) МАУ «КСК» НГО ул. Свердлова,6</p>	<p>3-11-88 (инструкторы-методисты)</p>	<p>Занятия бесплатные, проводятся под руководством тренера, при себе иметь спортивную форму, справка от терапевта о допуске к занятиям</p>
<p><u>среда</u> 14.00 – 15.00</p>	<p>Музыкальные занятия Конференц-зал МАУ КСК» НГО ул. Свердлова, 6</p>	<p>3-11-88 (инструкторы-методисты)</p>	<p>Занятия бесплатные, проводятся с звукорежиссером</p>

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