

**ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ**  
межведомственной программы «Новоуральское долголетие»  
с 1 по 31 декабря 2025 года



**1. Культура и искусство:**

<b>Дата, время</b>	<b>Наименование мероприятия, место проведения</b>	<b>Ответственные конт.тел</b>	<b>Доп. информация</b>
01.12.2025 11.00	Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка» «Фишка»: играем в настольные игры Центральная библиотека (Фрунзе, 13)	Морозова Ольга Александровна 9-06-60	Вход свободный
01.12.2025 11.00	«За кулисами новогодних хитов»: литературно-музыкальная композиция с использованием электронных ресурсов об истории создания новогодних хитов 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
02.12.2025 19.00	ВИРТУАЛЬНЫЙ КОНЦЕРТНЫЙ ЗАЛ. ВЕБЕР. СТРАВИНСКИЙ. КАСПАРОВ УАФО. Музейно-выставочный центр (Л. Толстого, 2А)	Дудин Яков Владимирович 7-87-83	Вход свободный
02.12.2025 15.00	Лекторий «Школа здоровья» Лекция врача-терапевта, заведующего врачебной амбулаторией Чикунова С.В. Центральная библиотека (Фрунзе, 13)	Назарова Марина Сергеевна 9-05-80	Вход свободный
03.12.2025 11.00 13.00	Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка» «Новогодняя varejka»: мастер-класс по изготовлению открытки к Новому году Центральная библиотека (Фрунзе, 13)	Морозова Ольга Александровна 9-06-60	Для членов клуба «Скрепка»
03.12.2025 11.00	«Лети с приветом, вернись с ответом»: виртуальное путешествие в мир создания новогодних открыток ГАУ СО НКЦ СОН (Гагарина, 7)	Васильева Светлана Владимировна 9-06-60	Члены клубов ГАУ СО «НКЦ СОН
04.12.2025 16.00	Клуб «Увлечение» «Символ года»: мастер-класс Библиотека д. Починок (Ленина, 15)	Усольцева Алена Павловна 7-72-25	Члены клуба «Увлечение»
08.12.2025 11.00	Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка» «Фишка»: играем в настольные игры Центральная библиотека (Фрунзе, 13)	Назарова Марина Сергеевна 9-05-80	Вход свободный
08.12.2025 11.00	«За кулисами новогодних хитов»: литературно-музыкальная композиция с использованием электронных ресурсов об истории создания новогодних хитов Совет общественной организации пенсионеров, ветеранов войны, труда, вооруженных сил и	Васильева Светлана Владимировна 9-06-60	Члены клуба Совета

	правоохранительных органов (Дудина, 6)		
08.12.2025 17.30	Клуб «Новоуральский краевед» «Из питомцев воспитательного дома»: выступает Дмитрий Львович Никаноров Центральная библиотека (Фрунзе, 13)	Ларионова Анна Ивановна 9-05-80	Вход свободный
09.12.2025 15.00	Литературно-музыкальная гостиная «Первая леди английской королевы. Дж. Остин»: литературно-музыкальная композиция Центральная библиотека (Фрунзе, 13)	Плотникова Елена Валентиновна 9-10-70	Вход свободный
10.12.2025 11.00	Зарубежный литературный вернисаж «Уилки Коллинз: женщина в белом»: 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
10.12.2025 14.30	Цикл досуговых мероприятий для читателей старшего возраста «Культурная среда» «Новый год»: праздничный квиз Модельная библиотека «ФиЛиН» (Тегенцева, 2)	Аникина Евгения Геннадьевна 5-85-46	Вход свободный
10.12.2025 17.00	Женский клуб «Остров позитива» «Легко, полезно, вкусно»: беседа все о здоровой пище к праздничному столу Библиотека с. Тарасково (Ленина, 36)	Каргапольцева Любовь Анатольевна 7-73-15	Вход свободный
11.12.2025 12.00	Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка» «Все свои! Караоке»: встреча любителей советских песен Центральная библиотека(Фрунзе, 13)	Морозова Ольга Александровна 9-06-60	Вход свободный
13.12.2025 12.00	ВИРТУАЛЬНЫЙ КОНЦЕРТНЫЙ ЗАЛ. ВОЛШЕБНАЯ МУЗЫКА К РУССКИМ СКАЗКАМ УАФО. Музейно- выставочный центр (Л. Толстого, 2А)	Дудин Яков Владимирович 7-87-83	Вход свободный
15.12.2025 11.00	Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка» «Фишка»: играем в настольные игры Центральная библиотека(Фрунзе, 13)	Назарова Марина Сергеевна 9-05-80	Вход свободный
15.12.2025 11.00	«Снежная канитель»: литературно-музыкальная композиция ГАУ СО «НКЦ СОН ООТ (Дом-интернат для престарелых и инвалидов») (Крупской, 8)	Плотникова Елена Валентиновна 9-10-70	Проживающие в ДOME- интернат для престарелых и инвалидов

15.12.2025 11.00	Клуб «Хочу всё знать» в Совете ветеранов «Год за годом. Век за веком»: беседа к 105-летию УРГУ–УРФУ Совет общественной организации пенсионеров, ветеранов войны, труда, вооруженных сил и правоохранительных органов (Дудина, 6)	Ларионова Анна Ивановна 9-05-80	Члены клуба Совета
16.12.2025 11.30	Экскурсия по выставке "Энергия памяти: история через лица" МБУ ДО «ДХШ» НГО (ул. Мичурина, д. 20)	Панкратов Сергей Евгеньевич 4-05-02	Вход свободный. Количество участников 20 человек
16.12.2025 13.00	«Серебряные мелодии зимы»: концертная программа с участием вокального ансамбля «Рябинушка» Центральная библиотека (Фрунзе, 13)	Морозова Ольга Александровна 9-06-60	Вход свободный
16.12.2025 17.00	Клуб садоводов: «Мой сад – огород» «На пороге Нового года»: беседа, подведение итогов года Библиотека с. Тарасково (Ленина, 36)	Каргапольцева Любовь Анатольевна 7-73-15	Вход свободный
16.12.2025 11.00	Экскурсия в мастерские театра "Здесь рождается сказка" МБУК «Новоурядский театр кукол»	Карпова Елена Сергеевна 9-38-78	Вход свободный по записи
17.12.2025 11.00	«Открыть невидимое взору»: просмотр фильмов с тифлокомментариями для слабовидящих «Карнавальная ночь» Филиал «Детская библиотека» (Первомайская, 11)	Пислегина Любовь Дмитриевна 9-10-70	Вход свободный
17.12.2025 11.00	«Снежная канитель»: литературно-музыкальная композиция ГАУ СО НКЦ СОН (Гагарина, 7)	Плотникова Елена Валентиновна 9-10-70	Члены клубов ГАУ СО «НКЦ СОН
17.12.2025 11.00 13.00	Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка» «Игры разума» Центральная библиотека (Фрунзе, 13)	Пылаева Елизавета Владимировна 9-03-67	Вход свободный
18.12.2025 17.00	Женский клуб «Остров позитива» «Новогодний переполох»: беседа, предсказания, гадания, мастер - класс Библиотека с. Тарасково (Ленина, 36)	Каргапольцева Любовь Анатольевна 7-73-15	Вход свободный
21.12.2025 12.00	ВИРТУАЛЬНЫЙ КОНЦЕРТНЫЙ ЗАЛ. РИМСКИЕ КАНИКУЛЫ С БОЛЬШИМ ОРКЕСТРОМ. Концерт в формате Классик-хит-коктейль. Произведения итальянских композиторов, неаполитанские песни, популярная киномузыка.	Дудин Яков Владимирович 7-87-83	Вход свободный

	Музейно-выставочный центр (Л. Толстого, 2А)		
19.12.2025 10.00	Клуб «Умный дачник» «Рождество на даче»: устный журнал ГАУ СО НКЦ СОН (Гагарина, 7)	Матвеева Татьяна Юрьевна 9-10-70	Члены клубов ГАУ СО «НКЦ СОН
22.12.2025 11.00	Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка» «Фишка»: играем в настольные игры Центральная библиотека (Фрунзе, 13)	Назарова Марина Сергеевна 9-05-80	Вход свободный
23.12.2025 11.30	Экскурсия по выставке художественных работ Дмитрия Креля МБУ ДО «ДХШ» НГО (ул. Мичурина, д. 20)	Панкратов Сергей Евгеньевич 4-05- 02	Вход свободный. Количество участников 20 человек
24.12.2025 11.00	«Персидская струна русской поэзии»: литературно- музыкальная композиция о жизни и творчестве В. Жуковского ГАУ СО НКЦ СОН (Гагарина, 7)	Печенина Светлана Михайловна 9-10-70	Члены клубов ГАУ СО «НКЦ СОН
25.12.2025 12.00	Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка» «Все свои! Караоке»: встреча любителей советских песен Центральная библиотека (Фрунзе, 13)	Морозова Ольга Александровна 9-06-60	Вход свободный
29.12.2025 11.00	Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка» «Фишка»: играем в настольные игры Центральная библиотека (Фрунзе, 13)	Назарова Марина Сергеевна 9-05-80	Вход свободный
29.12.2025 11.00	«Персидская струна русской поэзии»: литературно- музыкальная композиция о жизни и творчестве В. Жуковского ГАУ СО «НКЦ СОН ООТ (Дом-интернат для престарелых и инвалидов») (Крупской, 8)	Печенина Светлана Михайловна 9-10-70	Проживающие в ДOME- интернат для престарелых и инвалидов

## 2. Образовательные программы:

02.12.2025 03.12.2025 04.12.2025 09.12.2025 10.12.2025 11.12.2025 16.12.2025 17.12.2025 18.12.2025 23.12.2025 24.12.2025 25.12.2025 30.12.2025 10.00 11.00	Школа цифровой и финансовой грамотности  ЦБ ЦОД (Фрунзе, 13)	Шатило Василий Евгеньевич 9-04-67	По записи
02.12.2025 04.12.2025 09.12.2025 11.12.2025 16.12.2025 18.12.2025 23.12.2025 25.12.2025 11.00	Школа цифровой и финансовой грамотности  «Читай-город» ЦОД (Октябрьская, 6б)	Рыжков Иван Юрьевич 3-01-51	По записи
03.12.2025 10.12.2025 17.12.2025 15.00 04.12.2025 05.12.2025 11.12.2025 12.12.2025 18.12.2025 19.12.2025 10.00 11.00	«Покажем. Научим. Подскажем»: практический всеобуч по цифровой и финансовой грамотности  Филиал «Детская библиотека» ЦОД (Первомайская, 11)	Куимова Юлия Андреевна 4-75-80	По записи
02.12.2025 03.12.2025 04.12.2025 09.12.2025 10.12.2025 11.12.2025 16.12.2025 17.12.2025 18.12.2025 23.12.2025	Час цифровой грамотности «Мой смартфон»  «Читай-город» ЦОД (Октябрьская, 6б)	Рыжков Иван Юрьевич 3-01-51	По записи

24.12.2025 25.12.2025 10.00.			
02.12.2025 09.12.2025 26.12.2025 12.00 06.12.2025 13.12.2025 20.12.2025 13.00	Курсы цифровой грамотности для начинающих. Компьютерная грамотность.  «Модельная библиотека» ЦОД (Тегенцева, 2)	Никитин Алексей Владимирович 5-85-46	По записи
Дата определяет ся индивиду ально	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 определяет ся индивиду ально	«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
Дата определяет ся индивиду ально	Школа цифровой и финансовой грамотности  «Библиотека с. Тарасково» (Ленина, 36)	Каргапольцева Любовь Анатольевна 7-73-15	По записи

**МАДОУ детский сад "Росинка"**

1 раз в неделю, вторник 02.12., 09.12, 16.12, 23.12 с 17-30	Занятия с музыкально-поэтическим коллективом «Росиночка», Социальный коворкинг МАДОУ детский сад №2 ул.Юбилейная, 5а	Пономарёва Эльвира Евгеньевна, 89089152838	12 человек
29 декабря с 12-00 до 13- 30	Мастер-класс по созданию новогодних композиций «Новогоднее настроение» Детский сад № 6 "Дельфин", Советская, 14	Лариса Петровна, заведующий 3-31-42	по предварительной записи
03 декабря 2025г. 16.45 – 17. 45	Мастер-класс: «Связь поколений» для воспитанников детского сада и их бабушек, и дедушек «Счастье в дом в 2026» Детский сад №3 «Серебряное копытце», Комсомольская, 11а	Коновалова Марина Евгеньевна 8 950 192 68 69	10 семей

**МАДОУ детский сад "Росток"**

09 декабря 2025г., 16:00 (регулярные) (регулярные)	«Серебряные конструкторы» - совместное конструирование воспитанников детских садов, их бабушек/дедушек 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.
09 декабря 2025г., 16:00 (регулярные)	«Серебряные конструкторы» - совместное конструирование воспитанников детских садов, их бабушек/дедушек 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.
17 декабря 2025г., 11:00 (регулярные)	«Добрые руки» - совместные художественное творчество воспитанников детских садов, их бабушек/дедушек 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.
18 декабря 2024г., 16:00 (регулярные)	«Серебряная физкультура» - физкультурно-оздоровительное мероприятия д/с № 36, ул. Фрунзе, 11а	Зырянова Анна Сергеевна, +7 953 600 82 82 Федякова Лариса Николаевна, +7 912676 34 28	Парная гимнастика с воспитанниками и их бабушками и дедушками. Занятия бесплатные. Единовременное количество занимающихся на одном занятии –20 чел.
18 декабря 2025г., 17:00 (регулярные)	Мастерская «Мои родные — мастеровые!» совместное творчество воспитанников детских садов, их бабушек/дедушек 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 декабря 2025г., 17:00	Студия «Музыкальный экспромт», совместное музыкальное	Азоркина Надежда Викторовна, +7 922 113 51 67	Студия вокала и музицирования.

(регулярные)	творчество воспитанников детских садов, их бабушек/дедушек д/с № 47, ул. Автозаводская, 30а		Занятия бесплатные. Единовременное количество занимающихся на одном занятии – 12 чел.
--------------	---	--	---

**МАДОУ детский сад "Гармония"**

18.12.2025г. 16.00 - 17.00	Клуб по интересам «Золотое время» для бабушек/дедушек совместно с воспитанниками детского сада. детский сад № 10 «Теремок», ул. Гастелло, 4	Костюкова Наталия Юрьевна (89041770149)	Занятия бесплатные. - «Музыкальная вернисаж» игры, хороводы. караоке и др.; - «Волшебная ручка» (изготовление подарков, сувениров с помощью 3D ручки); - «Творческая мастерская» (изготовление новогодних открыток, сувениров, и др.).
18.12.2025г. 16.00 - 17.00	Клуб по интересам «Золотое время» для бабушек/дедушек совместно с воспитанниками детского сада. детский сад № 22 «Надежда», ул. Мичурина, ба	Медовщикова Надежда Анатольевна (89089107063)	Занятия бесплатные. - «Новогодние Игры нашего детства» Игры в спортивном зале (наличие спортивной формы или одежды удобной для движения); -Изобразительно-прикладная мастерская «СоТворчество».
18.12.2025г. 16.00 - 17.00	Клуб по интересам «Золотое время» для бабушек/дедушек совместно с воспитанниками детского сада. детский сад № 49 «Дом радости», ул. М.Горького, 14	Фасолько Ольга Евгеньевна (89538219601)	Занятия бесплатные. - «Умелые ручки» изготовление новогодних открыток. сувениров; -«Музыкальная вернисаж» игры, хороводы. караоке и др.
18.12.2025г. 16.00 - 17.00	Клуб по интересам «Золотое время» для бабушек/дедушек совместно с воспитанниками детского сада. детский сад № 51 «Лесовичок», ул. Чурина, 14/1	Потапова Татьяна Владимировна (89220256043)	Занятия бесплатные. -Изобразительно-прикладная мастерская (изготовление новогодних игрушек, сувениров, открыток); - предновогодние посиделки в музее

			детского сада.
<b>МАДОУ детский сад "Страна чудес"</b>			
11.12.2025г. 16:00	Музыкальная гостиная для воспитанников с бабушками и дедушками "Снежная нежность", детский сад №12 "Солнечная полянка", ул.Корнилова, 13/3	Винокурова Наталия Владимировна, 8 (34370) 66526	Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись.
19.12.2025г. 11:00	Художественная мастерская (для бабушек и дедушек воспитанников д/с) детский сад №13 "Золотой ключик", ул. Савчука, 10	Властова Анастасия Алексеевна, 8(34370) 61547	Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись.
19.12.2025г. 16:00	Мастер-класс "Су-Джок" для бабушек и дедушек воспитанников детский сад № 14 "Берегиня", Парковый проезд, 3	Акиньшина Вероника Владимировна, 8 (34370) 6-11-81	Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись. Особые условия участия: вторая сменная обувь.
10.12.2025г. 16:00	"Вспомним детство..." речевая игротка для воспитанников с бабушками и дедушками детский сад № 15 "Жемчужина", ул.Ленина, 152	Масалкина Светлана Сергеевна, 8 (34370) 6-95-10	Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись. Особые условия участия: наличие сменной обуви
19.12.2025г. 11:00	Посещение ГАУ Новоуральского центра социального обслуживания населения, дома инвалидов и престарелых	Ошуркова Миляуш Фаридовна, Багарякова Светлана Юрьевна, 8 992 014 41 31	Мероприятие бесплатное.
15.12.2025г. 10:00	"Мастерская Деда мороза приглашает...". Вместе с бабушками делаем новогодние елочные игрушки" детский сад № 37 "Лесная сказка", ул. Ленина, 101	Ямилова Марина Аркадьевна, 8(34370)60960	Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись.
11.12 2025г. 13:00	"Играем вместе" клубный час с Нейроиграми для бабушек и дедушек воспитанников. детский сад № 43 "Зайчик", ул. Ленина, 74	Плотникова Алёна Дмитриевна, 89530550871, 93134	Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись.
05.12.2025г. 11:00	Творческая мастерская "Новогодние фантазии из солёного теста" детский сад № 52 "Улыбка", ул. Тегенцева, 6/1	Лысенкова Светлана Анатольевна, 8 (34370) 6-78-49	Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная

			запись.
<b>МАОУ "СОШ № 40"</b>			
четверг в 17.00	Свободное плавание в бассейне МАОУ "СОШ №40" ул. Корнилова 7/1	Садовникова Юлия Владимировна 51688	Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись. (группа набрана)
среда, четверг в 16.00	"Английский 60+" МАОУ "СОШ №40" Корнилова, 7/1	Садовникова Юлия Владимировна 51688	Мероприятие бесплатное. Есть свободные места Требуется предварительная запись.
вторник, в 15.15	Занятие йогой МАОУ "СОШ №40" пр. Корнилова 7/1	Садовникова Юлия Владимировна 51688	Мероприятие бесплатное. Есть свободные места Требуется предварительная запись.
<b>МАОУ "СОШ № 48"</b>			
понедельник 15.00-16.00	Свободное плавание в бассейне МАОУ "СОШ №48"	Каюмов Михаил Михайлович 89122212458	Мероприятие бесплатное (группа набрана).
<b>МАОУ "СОШ "49"</b>			
08.12, 22.12.2025 вторник 14.30-15.30	Эко-мастерская "Сувенир" МАОУ СОШ №49	Красноселова Юлия Валерьевна 24437	Мероприятие бесплатное. Группа набрана
05.12, 19.12.2025 пятница 13.15-14.15	Гуру интернета (занятия по обучению компьютерной грамотности)	Красноселова Юлия Валерьевна 24437	Мероприятие бесплатное. Есть свободные места Требуется предварительная запись.
<b>МАУ ДО "ЦВР"</b>			
9.12.2025 г., 23.12.2025 г. 11.00 - 12.00	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.

### 3. 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: 03.12.2025 10.12.2025 17.12.2025 24.12.2025	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»
23.12.2025  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
12.12.2025	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 и спорт:

<p>пн, ср 09.00 – 10.00 10.00 – 11.00</p>	<p>Атлетическая гимнастика (тренажерный зал) Дворец спорта «Дельфин» (ул. Фурманова, 28)</p>	<p><b>5-19-00, доб. 403</b> (администратор) <b>5-19-00, доб. 404</b> (инструкторы-методисты)</p>	<p>Занятия бесплатные, проводятся под руководством тренера, обязательно наличие мед. допуска, спортивной формы</p>
<p>вт, чт 09.00 – 10.15 10.15 – 11.30</p>	<p>Атлетическая гимнастика (тренажерный зал) ФОК «Кедр Южный» (ул. Ленина, 136 А)</p>	<p><b>5-19-00, доб. 308</b> (администратор) <b>5-19-00, доб. 305</b> (инструкторы-методисты)</p>	<p>Занятия бесплатные, проводятся под руководством тренера, обязательно наличие мед. допуска, спортивной формы</p>
<p>вт 10.00-11.00 11.30 – 12.30</p> <p>пт 11.00 – 12.00 12.30 – 13.30</p>	<p>Общая физическая подготовка (аэробика, фитнес, суставная гимнастика) Центр тестирования «ГТО» (ул. Фрунзе, 7 А)</p>	<p><b>5-19-00, доб. 606</b> (администратор, инструктор-методист)</p>	<p>Занятия бесплатные, проводятся под руководством инструктора, обязательно наличие мед. допуска, спортивной формы</p>
<p>пн, вт, ср, чт 09.00-10.00 вт, чт 1 группа: 09.00-10.00 2 группа: 10.00 - 11.00</p>	<p>Общая физическая подготовка (аэробика, фитнес, суставная гимнастика) ФОК «Кедр Южный» ул. Ленина, 136 А</p>	<p><b>5-19-00, доб. 308</b> (администратор) <b>5-19-00, доб. 305</b> (инструкторы-методисты)</p>	<p>Занятия бесплатные, проводятся под руководством тренера, обязательно наличие мед. допуска, спортивной формы</p>
<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><b>5-19-00, доб. 508</b> (администратор) <b>5-19-00, доб. 501</b> (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><b>5-19-00, доб. 508</b> (администратор) <b>5-19-00, доб. 501</b> (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><b>5-19-00, доб. 606</b> (администратор, инструктор-методист)</p>	<p>Занятия бесплатные, проводятся самостоятельно без сопровождения инструктора, при себе иметь спортивную форму, теннисный мячик, ракетки.</p>

пн, пт 11.00 – 12.30	Волейбол Дворец спорта «Дельфин» (ул. Фурманова, 28)	<b>5-19-00, доб. 403</b> (администратор) <b>5-19-00, доб.404</b> (инструкторы-методисты)	Занятия бесплатные, проводятся с участием ветеранов волейбола, при себе иметь спортивную форму
<u>пн, ср, пт</u> 08:00-09:00 09:00-10:00	Атлетическая гимнастика (тренажерный зал) 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
<u>пн, ср (1 группа)</u> 17.00-18.00 <u>вт, чт (2 группа)</u> 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
<u>пн-пт</u> 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
<u>воскресенье</u> 10:00-11:00 - 1 группа 11.00-12.00 – 2 группа	Йога (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
<u>среда</u> 15.30 – 16.30	Музыкальные занятия 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](https://vk.com/dolgoletie_novo)

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

Тел. 5-26-95