

**ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ**  
межведомственной программы «Новоуральское долголетие»  
с 01 по 31 января 2026 года

**1. Культура и искусство:**

Дата, время	Наименование мероприятия, место проведения	Ответственные конт. тел	Доп. информация
2-4.01.2026 11.00	0+ Новогодняя театрализованная программа "За 2 часа до Нового года" ДК "Новоуральский" (Комсомольская, 14)	Белкова Ю.О. 9-15-31, 3-18-33	по билетам
2-4.01.2026 13.00	6+ Новогодняя театрализованная программа с показом спектакля "Снежная королева" "ДК УЭХК" (Крупской, 2)	Белкова Ю.О. 9-15-31, 9-44-79	по билетам
03.01.2026 18.00	Концерт ВИА "Добры молодцы" ДК "Новоуральский" (Комсомольская, 14)	Белкова Ю.О. 9-15-31, 3-18-33	по билетам
6-7.01.2026 16.00	0+ Концерт детских творческих коллективов "Маленькие звездочки чудесного рождества" ДК "Новоуральский" (Комсомольская, 14)	Белкова Ю.О. 9-15-31, 3-18-33	по билетам
12.01.2026 11.00	«Композитор света и радости»: литературно-музыкальная композиция о жизни и творчестве Арно Бабаджаняна 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
12.01.2026 11.00	Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка» «Фишка»: играем в настольные игры Центральная библиотека (Фрунзе, 13)	Морозова Ольга Александровна 9-06-60	Вход свободный
13.01.2026 15.00	Лекторий «Школа здоровья» Лекция врача-терапевта, заведующего врачебной амбулаторией Чикунова С.В. Тема: «Деменция. Как сохранить ментальное здоровье» Центральная библиотека (Фрунзе, 13)	Назарова Марина Сергеевна 9-05-80	Вход свободный
14.01.2026 11.00	«Композитор света и радости»: литературно-музыкальная композиция о жизни и творчестве Арно Бабаджаняна ГАУ СО НКЦ СОН (Гагарина, 7)	Васильева Светлана Владимировна 9-06-60	Члены клубов ГАУ СО «НКЦ СОН
14.01.2026 14.30	Цикл досуговых мероприятий для читателей старшего возраста «Культурная среда» «Зимние фантазии»: мастер-класс Модельная библиотека «ФиЛиН» (Тегенцева, 2)	Аникина Евгения Геннадьевна 5-85-46	Вход свободный

14.01.2026 17.00	Женский клуб «Остров позитива» «Международный день чайного гриба»: тематическая беседа Библиотека с. Тарасково (Ленина, 36)	Каргапольцева Любовь Анатольевна 7-73-15	Вход свободный
15.01.2026 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 - 20 человек
16.01.2026 10.00	Клуб «Умный дачник» «Звезды тенистого сада»: устный журнал ГАУ СО НКЦ СОН (Гагарина, 7)	Матвеева Татьяна Юрьевна 9-10-70	Члены клубов ГАУ СО «НКЦ СОН
18.01.2026 13.00	Дискуссионный православный кино клуб «Святость где-то рядом» Просмотр и обсуждение короткометражных документальных фильмов Центральная библиотека (Фрунзе, 13)	Назарова Марина Сергеевна 9-05-80	Вход свободный
19.01.2026 11.00	Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка» «Фишка»: играем в настольные игры Центральная библиотека (Фрунзе, 13)	Морозова Ольга Александровна 9-06-60	Вход свободный
19.01.2026 11.00	«Первая леди английской литературы: Дж. Остин»: 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
20.01.2026 15.00	Литературно-музыкальная гостиная «Композитор света и радости»: литературно-музыкальная композиция о жизни и творчестве Арно Бабаджаняна Центральная библиотека (Фрунзе, 13)	Васильева Светлана Владимировна 9-06-60	Вход свободный
20.01.2026 16.00	Клуб садоводов: «Мой сад – огород» «Зимний уход и защита деревьев и кустарников»: беседа - рекомендация Библиотека с. Тарасково (Ленина, 36)	Каргапольцева Любовь Анатольевна 7-73-15	Вход свободный
21.01.2026 11.00	Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка» Интеллектуальный позитив»: профилактика умственной активности Центральная библиотека (Фрунзе, 13)	Пылаева Елизавета Владимировна 9-03-67	Вход свободный
21.01.2026 11.00	«Открыть невидимое взору»: просмотр фильмов с тифлокомментариями для слабовидящих «Счастливого пути» Филиал «Детская библиотека» (Первомайская, 11)	Пислегина Любовь Дмитриевна 9-10-70	Вход свободный
21.01.2026 11.00	«Первая леди английской литературы: Дж. Остин»: литературно-музыкальная композиция ГАУ СО НКЦ СОН (Гагарина, 7)	Плотникова Елена Валентиновна 9-10-70	Члены клубов ГАУ СО «НКЦ СОН

21.01.2026 16.00	Женский клуб «Остров позитива» «Крещение: традиции и символы»: беседа Библиотека с. Тарасково (Ленина, 36)	Каргапольцева Любовь Анатольевна 7-73-15	Вход свободный
22.01.2026 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
22.01.2026 16.00	Клуб «Увлечение» «Поделки из бисера»: мастер-класс Библиотека д. Починок (Ленина, 15)	Усольцева Алена Павловна 7-72-25	Члены клуба «Увлечение»
26.01.2026 11.00	Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка» «Фишка»: играем в настольные игры Центральная библиотека (Фрунзе, 13)	Морозова Ольга Александровна 9-06-60	Вход свободный
26.01.2026 11.00	«Добрый свет Рождества»: литературно-музыкальная композиция 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
27.01.2026 11.00	Зарубежный литературный вернисаж «Кто придумал Мэри Поппинс»: 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
28.01.2026 11.00	«Добрый свет Рождества»: литературно-музыкальная композиция ГАУ СО НКЦ СОН (Гагарина, 7)	Печенина Светлана Михайловна 9-10-70	Члены клубов ГАУ СО «НКЦ СОН
29.01.2026 11.30	Экскурсия по выставке Дмитрия Креля "Графика, параллели" МБУ ДО «ДХШ» НГО (ул. Мичурина, д. 20)	Панкратов Сергей Евгеньевич 4-05- 02	Вход свободный. Количество - 20 человек
29.01.2026 17.00	"Кулуарные беседы" МБУК "ТМДК" НГО (Строителей, 13)	Демина Юлия Петровна 4-58-10	Вход свободный по предварительной записи
29.01.2026 19.00	ВИРТУАЛЬНЫЙ КОНЦЕРТНЫЙ ЗАЛ Песни о главном. ИТАЛЬЯНСКОЕ СОЛНЦЕ. Арии из итальянских опер, неаполитанские песни Музейно- выставочный центр (Л. Толстого, 2А)	Дудин Яков Владимирович 7-87-88	Вход свободный

## 2. Образовательные программы:

Дата, время	Наименование мероприятия, место проведения	Ответственные конт. тел	Доп. информация
-------------	---	----------------------------	-----------------

19.01.2026 20.01.2026 21.01.2026 22.01.2026 27.01.2026 28.01.2026 29.01.2026 10.00 11.00	Школа цифровой и финансовой грамотности  ЦБ ЦОД (Фрунзе, 13)	Шатило Василий Евгеньевич 9-04-67	По записи
13.01.2026 15.01.2026 20.01.2026 22.01.2026 27.01.2026 29.01.2026 23.01.2026 25.01.2026 11.00	Школа цифровой и финансовой грамотности  «Читай-город» ЦОД (Октябрьская, 6б)	Рыжков Иван Юрьевич 3-01-51	По записи
13.01.2026 14.01.2026 15.01.2026 20.01.2026 21.01.2026 22.01.2026 27.01.2026 28.01.2026 29.01.2026 23.01.2026 24.01.2026 25.01.2026 11.00	Час цифровой грамотности «Мой смартфон»  «Читай-город» ЦОД (Октябрьская, 6б)	Рыжков Иван Юрьевич 3-01-51	По записи
20.01.2026 27.01.2026 12.00 17.01.2026 24.01.2026 31.01.2026 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	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	«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
<b>МАДОУ детский сад "Росинка"</b>			
1 раз в неделю, вторник 13.01., 20.01, 27.01 с 17-30	Занятия с музыкально-поэтическим коллективом «Росиночка», Социальный коворкинг МАДОУ детский сад «Росинка», ул.Юбилейная, 5а	Пономарёва Эльвира Евгеньевна, 89089152838	12 человек
21 января 2025г.	Творческая мастерская «Зимняя сказка» Детский сад № 50 "Кубик-Рубик" ул. Сергея Дудина, 12	Солохова Вера Дмитриевна 89630330007	10 человек
<b>МАДОУ детский сад "Росток"</b>			
14 января 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.
14 января 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.
15 января 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.
23 января 2026г., 16:00 (регулярные)	«Серебряная физкультура» - физкультурно-оздоровительное мероприятия МАДОУ детский сад «Росток» 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.

15 января 2026г., 17:00 (регулярные)	Мастерская «Мои родные — мастеровые!» совместное творчество воспитанников детских садов, их бабушек/дедушек МАДОУ детский сад «Росток» д/с № 47, ул. Автозаводская, 30а	Ячменева Наталья 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.
15 января 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.
<b>МАДОУ детский сад "Гармония"</b>			
28.01.2026г. 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>	Костюкова Наталья Юрьевна (89041770149)	Занятия бесплатные. - «Музыкальная вернисаж» игры, хороводы. караоке и др.; - Изобразительно- прикладная мастерская «СоТворчество».
22.01.2026г. 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, 6а</u>	Медовщикова Надежда Анатольевна (89089107063)	Занятия бесплатные. - «Подвижные игры наших детей» Игры в спортивном зале (наличие спортивной формы или одежды удобной для движения); -Изобразительно- прикладная мастерская «СоТворчество».
22.01.2026г. 16.00 - 17.00	<u>Клуб по интересам «Золотое время» для бабушек/дедушек совместно с воспитанниками детского сада. МАДОУ детский сад «Гармония» детский сад № 49 «Дом радости», ул. М.Горького, 14</u>	Фасолько Ольга Евгеньевна (89538219601)	Занятия бесплатные. - «Умелые ручки» изготовление сувениров, поделок; -«Музыкальная вернисаж» игры, хороводы. караоке и др.
20.01.2026г. 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. - Изобразительно- прикладная мастерская "СОТворчество"; - тематические посиделки в музее детского сада.
<b>МАДОУ детский сад "Страна чудес"</b>			

20 января 2026 г., 16:30	"Вечер настольных игр" (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.
20 января 2026 г., 9:00	Утренняя зарядка "Заряд бодрости" (для бабушек и дедушек воспитанников д/с) МАДОУ детский сад "Страна чудес", д/с № 13, Савчука, 10	Маточкина Анна Анатольевна, 8(34370) 61547	Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись. Для участия желательна спортивная форма или удобная одежда.
21 января 2026 г., 16:00	Мастер-класс по нейрогимнастике 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.
16 января 2026 г., 16:00	Игротека "Игры нашего двора" для воспитанников с бабушками и дедушками МАДОУ детский сад "Страна чудес" д/с № 15, ул.Ленина 152	Зверева Любовь Вадимовна, 8(34370) 69481, +79221394084	Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись.
27 января 2026 г., 16:00	Дыхательная гимнастика Цигун. МАДОУ детский сад «Страна чудес» д/с № 33, ул. Ленина, 93	Манина Марина Петровна 8(34370) 6-14-58	Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись.
16 января 2026 г., 9:00	"Игры для здоровья - нам с бабушкой подпорье" , 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.
14 января 2026 г., 13:00	Играем вместе" клубный час с Нейроиграми для бабушек и дедушек воспитанников. 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.
14 января 2026 г., 9:00	"Старый Новый год в песочных картинках " "Нейро игры возле ёлки" 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.
<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.
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>			
20.01.2026	Эко-мастерская "Сувенир" МАОУ СОШ №49	Пантелеева Ирина Николаевна	Мероприятие бесплатное. Группа набрана
<b>МАУ ДО "ЦВР"</b>			
27.01.2026 г. 11.00 - 12.00	Творческая мастерская «Песни нашей молодости»	Русинова Александра Николаевна 3-92-74 Хайдаршина Ляузя 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
Вторник, пятница 11.00 – 12.00  по средам: 14.01.2026 16.01.2026 21.01.2026 28.01.2026	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»
13.01.2026  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
16.01.2026	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

понеделник – 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
--	--	--	---

### 3. Физическая культура:

Дата, время	Наименование мероприятия, место проведения	Ответственные конт. тел, ФИО	Доп. информация
С 12 января пн, ср 09.00 – 10.00 10.00 – 11.00	Атлетическая гимнастика (тренажерный зал) 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 под руководством тренера, обязательно наличие мед. допуска, спортивной формы
С 12 января вт, чт 09.00 – 10.15 10.15 – 11.30	Атлетическая гимнастика (тренажерный зал) ФОК «Кедр Южный» (ул. Ленина, 136 А)	<b>5-19-00, доб. 308</b> (администратор) <b>5-19-00, доб. 305</b> (инструкторы- методисты)	Занятия бесплатные, проводятся под руководством тренера, обязательно наличие мед. допуска, спортивной формы
С 12 января 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)	<b>5-19-00, доб. 606</b> (администратор, инструктор- методист)	Занятия бесплатные, проводятся под руководством инструктора, обязательно наличие мед. допуска, спортивной формы
С 12 января 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	<b>5-19-00, доб. 308</b> (администратор) <b>5-19-00, доб. 305</b> (инструкторы- методисты)	Занятия бесплатные, проводятся под руководством тренера, обязательно наличие мед. допуска, спортивной формы
С 12 января пн - пт 10.00 – 11.00 11.00 – 12.00 12.00 – 13.00	Настольный теннис Стрелковый тир (ул. Ольховая, 69)	<b>5-19-00, доб. 508</b> (администратор) <b>5-19-00, доб. 501</b> (инструкторы- методисты)	Занятия бесплатные, проводятся самостоятельно без сопровождения инструктора, при себе иметь спортивную форму, теннисный мячик, ракетки.
С 12 января вт, чт 10.00 – 13.00	Бильярд Стрелковый тир (ул. Ольховая, 69)	<b>5-19-00, доб. 508</b> (администратор) <b>5-19-00, доб. 501</b> (инструкторы- методисты)	Занятия бесплатные, проводятся самостоятельно без сопровождения инструктора, при себе иметь спортивную форму

С 12 января вторник 08.30 – 10.00 четверг 08.30 – 11.00	Настольный теннис Центр тестирования «ГТО» (ул. Фрунзе, 7 А)	<b>5-19-00, доб. 606</b> (администратор, инструктор- методист)	Занятия бесплатные, проводятся самостоятельно без сопровождения инструктора, при себе иметь спортивную форму, теннисный мячик, ракетки.
С 12 января 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
Со 2 января Пн, ср, пт 15:00 – 17:00	Прокат лыж Лыжная база (ул. Фурманова, 30)	<b>5-19-00, доб. 604</b>	Бесплатный прокат лыж
<u>с 12.01.2026</u> <u>пн, ср, пт</u>  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
<u>с 12.01.2026</u> <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

Больше информации:

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

Социальные сети:

ВКонтакте «Новоуральское долголетие»: [https://vk.com/dolgoletie\\_novo](https://vk.com/dolgoletie_novo)

Телефон: 5-26-95