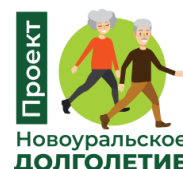


ПЛАН МЕРОПРИЯТИЙ
межведомственной программы «Новоуральское долголетие»
с 1 по 31 октября 2026 года



1. Культура и искусство:

Дата, время	Наименование мероприятия, место проведения	Ответственные конт.тел	Доп. информация
05.10.2026 11.00	Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка» «Фишка»: играем в настольные игры Центральная библиотека (Фрунзе, 13)	Морозова Ольга Александровна 9-06-60	Вход свободный
05.10.2026 11.00	«Великий комик Аркадий Райкин»: литературно-музыкальная композиция о жизни и творчестве А.Райкина. ГАУ СО «НКЦ СОН ООТ (Дом-интернат для престарелых и инвалидов)» (Крупской, 8)	Васильева Светлана Владимировна 9-06-60	Проживающи е в ДOME- интернат для престарелых и инвалидов
06.10.2026 15.00	Лекторий «Школа здоровья» Лекция врача-терапевта, заведующего врачебной амбулаторией Чекунова С.В. Тема: «Профилактика онкологии» Центральная библиотека (Фрунзе, 13)	Назарова Марина Сергеевна 9-05-80	Вход свободный
07.10.2026 11.00	Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка» «Игры разума»: интеллектуальный тренинг Центральная библиотека (Фрунзе, 13)	Пылаева Елизавета Владимировна 9-03-67	Вход только для членов клуба «Скрепка»
07.10.2026 11.00	«Великий комик Аркадий Райкин»: литературно-музыкальная композиция о жизни и творчестве А.Райкина ГАУ СО НКЦ СОН (Гагарина, 7)	Васильева Светлана Владимировна 9-06-60	Члены клубов ГАУ СО «НКЦ СОН
08.10.2026 11.30	Выставка дипломных работ выпускников ДХШ МБУ ДО "ДХШ" НГО (ул. Мичурина, д. 20)	Панкратов Сергей Евгеньевич 4-05-02	Вход свободный. Количество - 20 человек
08.10.2026 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
09.10.2026 15.00	«Мелодии души»: праздничный концерт, посвящённый дню пожилого человека, с участием В.Горчакова Центральная библиотека (Фрунзе, 13)	Васильева Светлана Владимировна 9-06-60	Вход свободный

09.10.2026 16.00	Женский клуб «Остров позитива» «Душою молоды всегда!»: осенние посиделки Библиотека с. Тарасково (Ленина, 36)	Каргапольцева Любовь Анатольевна 7-73-15	Вход свободный
11.10.2026 12.00	Виртуальный концертный зал «КАК МАЛЕНЬКИЕ ОРКЕСТРЫ ХОТЯТ СТАТЬ БОЛЬШИМИ» Симфоническая сказка «Приключения Чиполлино» (муз. К. Хачатуряна) Музейно-выставочный центр (Л. Толстого, 2А)	Булдакова Татьяна Владимировна 7-87-89	Вход свободный
12.10.2026 11.00	Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка» «Фишка»: играем в настольные игры Центральная библиотека (Фрунзе, 13)	Назарова Марина Сергеевна 9-05-80	Вход свободный
12.10.2026 11.00	«Великий комик Аркадий Райкин»: литературно-музыкальная композиция о жизни и творчестве А.Райкина Совет общественной организации пенсионеров, ветеранов войны, труда, вооруженных сил и правоохранительных органов (Дудина, 6)	Васильева Светлана Владимировна 9-06-60	Члены клуба Совета
13.10.2026 11.00	«Осеннее настроение»: мастер-класс Центральная библиотека (Фрунзе, 13)	Пислегина Любовь Дмитриевна 9-10-70	Члены клуба «Добрые встречи» ПОНП
13.10.2026 18.00	Вечер скрипичной музыки. Играют преподаватели детской школы искусств	Журавлева Екатерина Михайловна 7-54-74	Вход по билетам.
13.10.2026 15.00	Литературно-музыкальная гостиная литературно-музыкальная композиция о жизни и творчестве Микаэла Таривердиева Центральная библиотека (Фрунзе, 13)	Васильева Светлана Владимировна 9-06-60	Вход свободный
14.10.2026 11.00	Зарубежный литературный вернисаж 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
14.10.2026 14.30	Цикл досуговых мероприятий для читателей старшего возраста «Культурная среда» «Осенний марафон»: игра-викторина	Аникина Евгения Геннадьевна	Вход свободный

	Модельная библиотека «ФиЛиН» (Тегенцева, 2)	5-85-46	
15.10.2026 11.00	«Между строкой и формулой»: квиз о жизни, поэзии и открытиях М.В. Ломоносова Благотворительный фонд «Русь» (Первомайская, 66А)	Мишутушкина Татьяна Владимировна 9-10-70	Благотворительный фонд «Русь»
19.10.2026 17.30	Клуб «Новоуральский краевед» «Мини-Балтика Пинаева»: выступление краеведа Д.Л. Никанорова Центральная библиотека (Фрунзе, 13)	Ларионова Анна Ивановна 9-05-80	Вход свободный
19.10.2026 11.00	Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка» «Фишка»: играем в настольные игры Центральная библиотека (Фрунзе, 13)	Назарова Марина Сергеевна 9-05-80	Вход свободный
19.10.2026 11.00	«Нетерпение сердца Стефана Цвейга»: 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
20.10.2026 18.00	Лекции искусствоведа В.В. Лазаренко по истории искусств. ПОНП УЭХК (ул. Ленина, д. 13.)	Панкратов Сергей Евгеньевич 4-05-02	Вход свободный. Количество - 50 человек.
20.10.2026 11.00	Экскурсия по художественным мастерским театра кукол «Здесь рождается сказка» ул. Ленина, 90а	Карпова Елена Сергеевна, 9-38-78	Вход свободный, по записи (от 5 до 15 человек)
21.10.2026 11.00	«Открыть невидимое взору»: просмотр фильмов с тифлокомментариями для слабовидящих «В слепую на Эльбрус» Филиал «Детская библиотека» (Первомайская, 11)	Пислегина Любовь Дмитриевна 9-10-70	Вход свободный
21.10.2026 11.00	«Нетерпение сердца Стефана Цвейга»: литературно-музыкальная композиция ГАУ СО НКЦ СОН (Гагарина, 7)	Плотникова Елена Валентиновна 9-10-70	Члены клубов ГАУ СО «НКЦ СОН

21.10.2026 12.00	Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка» «Наследие народов России»: интеллектуальная игра Центральная библиотека (Фрунзе, 13)	Морозова Ольга Александровна 9-06-60	Для членов клуба «Скрепка»
21.10.2026 16.00	Клуб садоводов: «Мой сад – огород» «Осенние работы на участке»: обмен опытом Библиотека с. Тарасково (Ленина, 36)	Каргапольцева Любовь Анатольевна 7-73-15	Вход свободный
22.10.2026 11.30	Выставка дипломных работ выпускников ДХШ МБУ ДО "ДХШ" НГО (ул. Мичурина, д. 20)	Панкратов Сергей Евгеньевич 4-05-02	Вход свободный. Количество - 20 человек
23.10.2026 10.00	Клуб «Умный дачник» «Садовая колючка, или все о крыжовнике»: устный журнал. ГАУ СО НКЦ СОН (Гагарина, 7)	Матвеева Татьяна Юрьевна 9-10-70	Члены клубов ГАУ СО «НКЦ СОН
23.10.2026 16.00	Женский клуб «Остров позитива» «Что собрали – сохраним»: рецепты наших бабушек, домашнее консервирование Библиотека с. Тарасково (Ленина, 36)	Каргапольцева Любовь Анатольевна 7-73-15	Вход свободный
26.10.2026 11.00	Интеллектуальный клуб для пенсионеров «Скрепка» «Фишка»: играем в настольные игры Центральная библиотека (Фрунзе, 13)	Назарова Марина Сергеевна 9-05-80	Вход свободный
26.10.2026 11.00	«Наполним музыкой сердца»: литературно- музыкальная композиция о жизни и творчестве Юрия Визбора ГАУ СО «НКЦ СОН ООТ (Крупской, 8)	Печенина Светлана Михайловна 9-10-70	Проживающи е в Доме- интернат
27.10.2026 18.00	Лекции искусствоведа В.В. Лазаренко по истории искусств. ПОНП УЭХК. (ул. Ленина, д. 13.)	Панкратов Сергей Евгеньевич 4-05-02	Вход свободный. Количество - 50 человек.
27.10.2026 19.00	Виртуальный концертный зал Лаборатория современной музыки. ПЕТЕРБУРГСКИЙ РЕНЕССАНС Музейно-выставочный центр (Л. Толстого, 2А)	Булдакова Татьяна Владимировна 7-87-89	Вход свободный

28.10.2026 11.00	«Наполним музыкой сердца»: литературно-музыкальная композиция о жизни и творчестве Юрия Визбора ГАУ СО НКЦ СОН (Гагарина, 7)	Печенина Светлана Михайловна 9-10-70	Члены клубов ГАУ СО «НКЦ СОН
29.10.2026 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
29.10.2026 17.00	"Кулуарные беседы", Театр музыки, драмы и комедии НГО, (Строителей,13)	Демина Юлия Петровна 4-58-10	Вход свободный по записи
2. Образовательные программы:			
01.10.2026 06.10.2026 07.10.2026 08.10.2026 13.10.2026 14.10.2026 15.10.2026 20.10.2026 21.10.2026 22.10.2026 27.10.2026 28.10.2026 29.10.2026 10.00 11.00	Школа цифровой и финансовой грамотности ЦБ ЦОД (Фрунзе, 13)	Шатило Василий Евгеньевич 9-04-67	По записи
01.10.2026 06.10.2026 08.10.2026 13.10.2026 15.10.2026 20.10.2026 22.10.2026 27.10.2026 29.10.2026 10.00	Школа цифровой и финансовой грамотности «Читай-город» ЦОД (Октябрьская, 6б)	Волкова Алёна Дмитриевна 3-01-51	По записи
01.10.2026 06.10.2026 08.10.2026 13.10.2026	Час цифровой грамотности «Мой смартфон» «Читай-город» ЦОД (Октябрьская, 6б)	Волкова Алёна Дмитриевна 3-01-51	По записи

15.10.2026 20.10.2026 22.10.2026 27.10.2026 29.10.2026 11.00			
06.10.2026 13.10.2026 20.10.2026 27.10.2026 12.00 03.10.2026 10.10.2026 24.10.2026 31.10.2026 13.00	Курсы цифровой грамотности для начинающих. Компьютерная грамотность. «Модельная библиотека» ЦОД (Тегенцева, 2)	Никитин Алексей Владимирович 5-85-46	По записи
14.10.2026 21.10.2026 28.10.2026 15.00 15.10.2026 16.10.2026 22.10.2026 23.10.2026 29.10.2026 30.10.2026 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
Дата определяется индивидуальн о	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 индивидуальн о	Школа цифровой и финансовой грамотности «Библиотека с. Тарасково» (Ленина, 36)	Каргапольцева Любовь Анатольевна 7-73-15	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
МАДОУ детский сад "Росинка"			
06,13,20,27 октября 2026 г. еженедельно	Занятия с музыкально-поэтическим коллективом «Росиночка», Социальный коворкинг МАДОУ детский сад «Росинка», ул.Юбилейная, 5а	Пономарёва Эльвира Евгеньевна, 89089152838	12 человек
1 октября 2026 в 16.30	День пожилого человека (концерт) Детский сад № 11 "Малахитовая шкатулка" Октябрьская 5а	Полякова Елена, Валерьевна 89222917898	15 человек
5 октября 2026 в 15.30	Праздник, посвященный Дню пожилого человека, Дню воспитателя и всех дошкольных работников, Дню учителя на базе МАОУ СОШ № 54 "Элексир молодости"	Пономарёва Эльвира Евгеньевна, 89089152838	30 человек
2 октября 2026 10.00	«Новоуральское долголетие» Музыкальная гостиная ко Дню пожилого человека Детский сад №2 «Золотая рыбка» Юбилейная 5а	Мельникова Т.Н., музыкальный руководитель д/с №2 Сложеникина И.Б., Музыкальный руководитель д/с №2	
МАДОУ детский сад "Росток"			
14 октября 2026г., 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 Шорохова Альфия Минабутдиновна +7 950 209 26 36	Мастер-класс с использованием конструкторов в ТИКО. Занятия бесплатные. Единовременное количество занимающихся на одном занятии – 12 чел.

14 октября 2026г., 16:00 (регулярные)	«Серебряные конструкторы» - совместное конструирование воспитанников детских садов, их бабушек/дедушек МАДОУ детский сад «Росток» д/с № 48, ул. Победы, 28б	Медведева Юлия Леонидовна, +7 953 386 06 97	Мастер-класс с использовани ем разных видов конструкторо в. Занятия бесплатные. Единовремен ное количество занимающихс я на одном занятии – 12 чел.
14 октября 2026г., 16:00 (регулярные)	«Серебряные конструкторы» - совместное конструирование воспитанников детских садов, их бабушек/дедушек МАДОУ детский сад «Росток» д/с № 47, ул. Автозаводская, 30а	Кальсина Юлия Валентиновна, +7 904 161 28 67	Мастер-класс с использовани ем конструкторо в ТИКО. Занятия бесплатные. Единовремен ное количество занимающихс я на одном занятии – 12 чел.
20 октября 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	Художественн ая мастерская по рисованию. Занятия бесплатные. Единовремен ное количество занимающихс я на одном занятии – 12 чел.
20 октября 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 Наталия Михайловна, +7 902 583 16 34 Бобков Даниил	Мастерская с использовани ем оборудования ресурсного центра

		Алексеевич, +7 912 276 16 47	«Фабрика юного инженера» Занятия бесплатные. Единовремен ное количество занимающихся на одном занятии – 6 чел.
20 октября 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 музицировани я. Занятия бесплатные. Единовремен ное количество занимающихся на одном занятии – 12 чел.
МАДОУ детский сад "Гармония"			
07.10.2026г. 16.00 - 17.00	Клуб по интересам «Золотое время» для бабушек/дедушек совместно с воспитанниками детского сада. МАДОУ детский сад «Гармония» детский сад № 10 «Теремок», ул. Гастелло, 4	Потапова Татьяна Владимировна (89220256043)	Занятия бесплатные. - Музыкальная гостиная «От всей души»; - Изобразитель но- прикладная мастерская «СоТворчеств о»
23.10.2026г. 16.00 - 17.00	Клуб по интересам «Золотое время» 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. - «Музыкальна я гостиная»; - Изобразитель но- прикладная мастерская «СоТворчеств

			о»
22.10.2026г. 16.00 - 17.00	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. - Изобразитель но- прикладная мастерская «Умелые ручки» изготовление сувениров, поделок; - «Путешествие в мир русской живописи» в рамках федерального инновационно го проекта «Картинная галерея в детском саду».
23.10.2026г. 16.00 - 17.00	Клуб по интересам «Золотое время» для бабушек/дедушек совместно с воспитанниками детского сада. МАДОУ детский сад «Гармония» детский сад № 29 «Одуванчик», ул. Ленина, 24	Дедюхина Наталия Владимировна (89049870108)	Занятия бесплатные. - Изобразитель но- прикладная мастерская «Умелые ручки» изготовление сувениров, поделок.
МАДОУ детский сад "Страна чудес"			
01 октября 2026 г., 11:30	"Осенняя мелодия" - концерт для бабушек и дедушек воспитанников детского сада МАДОУ детский сад «Страна чудес» д/с № 12, ул. Корнилова, 13/3	Винокурова Наталия Владимировна, 8 (34370) 66526	Мероприятие бесплатное. Требуется предваритель ная запись.
28 октября 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 предваритель ная запись. Для участия желательна спортивная

			форма или удобная одежда.
01 октября 2026 г., 10:00	"Праздничный концерт для бабушек и дедушек" МАДОУ детский сад «Страна чудес» д/с № 14, Парковый проезд, д. 3	Бызова Александра Александровна, 8 (34370)6-11-81	Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись.
01 октября 2026 г., 8:00	Утренняя зарядка (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, инструктор по физической культуре 8(34370) 69481, +79501959057	Мероприятие бесплатное. Особые условия участия: наличие спортивной формы или одежды удобной для движения на улице
01 октября 2026 г., 8:00	Утренняя зарядка "Вместе с бабушками и дедушками" МАДОУ детский сад «Страна чудес» д/с № 33, ул. Ленина, 93	Бызова Александра Александровна, 8(34370)61458	Особые условия участия: наличие спортивной формы или одежды удобной для движения
01.10.2026 г., 9:30	«Золотые бабушкины руки» - совместные мастерские по изготовлению открыток, выпечке печенья. МАДОУ детский сад «Страна чудес» д/с № 37, ул. Ленина 101	Ямилова Марина Аркадьевна 8(34370)61016	Мероприятие бесплатное. Особые условия участия: наличие спортивной формы или одежды удобной для движения
01 октября 2026 г., 13:30	Мастер-класс "Нетрадиционная роспись подносов" (с использованием бросового материала) МАДОУ детский сад «Страна чудес» д/с № 43, ул. Ленина, д.74	Ермилова Наринэ Гургеновна, 8(922)612 78 86	Мероприятие бесплатное. Требуется предварительная запись. Сменная обувь.
06 октября 2026 г., 9:00	Сказочная кухня "Печём вместе" - совместное приготовление яблочного пирога	Лысенкова Светлана	Мероприятие бесплатное.

	воспитанниками детского сада вместе с бабушками и дедушками. МАДОУ детский сад «Страна чудес» д/с № 52, ул. Тегенцева, 6/1	Анатольевна, 8 (34370) 6-78-49	Требуется предварительная запись.
МАУ ДО "ЦВР"			
13.10.2026 г., 27.10.2026 г. 11.00	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.
МАОУ "СОШ № 48"			
понедельник 15.00-16.00	Свободное плавание в бассейне МАОУ "СОШ №48"	Каюмов Михаил Михайлович 89122212458	Занятие платное. (50% от установленной стоимости) Заявки по т. 89022642721 Людмила Владимировна
МАОУ "СОШ № 49"			
14.10.2026 в 14.30 28.10.2026 в 14.30	Эко-мастерская "Сувенир" МАОУ СОШ №49	Пантелеева Ирина Николаевна 89041791128	Мероприятие бесплатное. Группа набрана
МАОУ "СОШ №40"			
	Свободное плавание в бассейне МАОУ "СОШ №40"	Садовникова Юлия Владимировна р.т. 51688	Занятие платное. (50% от установленной стоимости), заявки по телефону 51684 Ульяна Александровна, Светлана Геннадьевна. Запись 28.09.2026
вторник 15.00	Оздоровительная йога	Садовникова	

		Юлия Владимировна р.т. 51688	
среда 16.00 - 18.30	Обучение английскому языку "Английский 60+"	Садовникова Юлия Владимировна р.т. 51688	

3. Социальная политика

Дата, время	Наименование мероприятия, место проведения	Ответственные конт. тел	Доп. информация
Вторник, пятница 11.00 – 12.00 по средам: 07.10.2026 14.10.2026 21.10.2026 28.10.2026	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»
23.10.2026 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
13.10.2026 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 ЦМСЧ № 31
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
<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>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>пн, ср (1 группа)</u> 17:00-18:00 <u>вт, чт (2 группа)</u> 12:00-13:00	Танцевальные занятия (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>ср</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> 14.00 – 15.00	Музыкальные занятия Конференц-зал МАУ КСК» НГО ул. Свердлова, 6	3-11-88 (инструкторы-методисты)	Занятия бесплатные, проводятся с звукорежиссером

<u>пн, ср</u> 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
<u>вт, чт</u> 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

<u>2.10.2026</u> 10.00-11.00 11.30 – 12.30 с <u>19.10.26-31.10.26</u> 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 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
пн - пт 10.00 – 11.00 11.00 – 12.00 12.00 – 13.00	Настольный теннис Стрелковый тир (ул. Ольховая, 69)	5-19-00, доб.508 (администратор) 5-19-00, доб.501 (инструкторы- методисты)	Занятия бесплатные, проводятся самостоятельно без сопровождения инструктора, при себе иметь спортивную форму, теннисный мячик, ракетки.
вт, чт 10.00 – 13-00	Бильярд Стрелковый тир (ул. Ольховая, 69)	5-19-00, доб.508 (администратор) 5-19-00, доб.501 (инструкторы- методисты)	Занятия бесплатные, проводятся самостоятельно без сопровождения инструктора, при себе иметь спортивную форму
вторник 08.30 – 10.00 четверг 08.30 – 11.00	Настольный теннис Центр тестирования «ГТО» (ул. Фрунзе, 7 А)	5-19-00, доб. 606 (администратор, инструктор- методист)	Занятия бесплатные, проводятся самостоятельно без сопровождения инструктора, при себе иметь спортивную форму, теннисный мячик, ракетки.
пн, пт 11.00 – 12.30	Волейбол Дворец спорта «Дельфин» (ул. Фурманова, 28)	5-19-00, доб. 403 (администратор) 5-19-00, доб.404 (инструкторы- методисты)	Занятия бесплатные, обязательно наличие мед. допуска, при себе иметь спортивную форму

Больше информации: Тел. 5-26-95

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

Социальные сети: ВКонтakte «Новоуральское долголетие»: https://vk.com/dolgoletie_novo