

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	Морозова Ольга Александровна 9-06-60	Вход свободный

	Центральная библиотека (Фрунзе, 13)		
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

2. 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 Наталья 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 Наталья 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	<u>Клуб по интересам «Золотое время»:</u> - «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 Эль- вира Евгеньевна, сот. 8 908 915 28 38	Ветераны МАДОУ дет- ский 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 Эль- вира Евгеньевна, сот. 8 908 915 28 38	Максимальное количе- ство до 50 человек бесплатно

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 необходи- мыми функциями пер- сонального 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.
<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, ср (1 группа)</u> 17.00-18.00 <u>вт, пт (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>Пн</u> 10.00-11.00 - 1 гр. 11.00-12.00 - 2 гр. <u>сб</u> 10.00-11.00 - 3 гр.	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>вт</u> 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