

**Расписание бесплатных занятий на март 2024 года  
для граждан среднего и старшего возраста**

(расписание работы дополнительно уточнять по указанным номерам телефонов, социальных сетях и официальных сайтах учреждений)

№ п/п	Направление деятельности	Возраст занимающихся	Адрес места проведения	Спортивный объект	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье	Учреждение, телефон	Ф.И.О. инструктора по спорту
1	Атлетическая гимнастика (отпуск с 10 по 18 марта)	18-70 лет (для людей с ОВЗ)	Ул. Кедровая, 127 А	Тренажерный зал спортивной школы "Тура"		10:30-13:30		10:30-13:30		09:00-13:00	09:00-13:00	МАУ ДО СШ "Тура" 48-26-23	Феденко Роман Валерьевич
2	Атлетическая гимнастика	50 лет и старше	Ул. Судоремонтная, 2 Б	Тренажерный зал спортивной школы "Водник"		09:00-11:00		09:00-11:00		09:00-11.30		МАУ СШ "Водник" 69-63-44	Ханнанов Ильсур Хамзаевич
3	Баскетбол	20-35 лет	Ул. Валерии Гнаровской, 3 А	Спортивный зал школы №70		19:00-21:00		19:30-21:30				МАУ ДО СШ "НЕГЕ" 48-59-67	Харлов Николай Михайлович
4	Бильярд	40 лет и старше	Ул. Луначарского, 12	Легкоатлетический манеж (2 этаж)						08.00-12.00 13.00-14.00	08.00-12.00	МАУ ДО СШ №2 28-33-51	Кривда Вадим Николаевич
5	Волейбол	18-55 лет	Ул. Валентины Трофимовой, 10	Спортивная площадка		18.00-21.00	19.00-22.00	18.00-21.00	19.00-22.00	16.00-18.00 19.00-22.00	15.30-18.00 19.00-22.00	МАУ ДО СШ "Центр Дзюдо" 32-72-56	Ермаков Алексей Юрьевич
6	Волейбол	18-49 лет	Ул. Шишкова, 15	Спортивный зал школы №9	20.00-22.00	21.00-22.00	20.30-22.00	21.00-22.00	20.30-22.00	11.00-13.00 13.30-15.30		МАУ ДО ДЮЦ "Старт" 21-47-15	Семеняк Александр Валерьевич
7	Волейбол среди ветеранов	40-70 лет	Ул. Белинского, 22/1	Спортивный клуб ВЕТЕРАН		17.00-21.00		16.00-19.00		12.00-16.00		МАУ ДО СШ "Тура" 48-26-23	Платонов Юрий Александрович
8	Волейбол среди ветеранов	40-70 лет	Ул. Кедровая, 125 Б	Спортивный зал спортивной школы "Тура"				20:00-23:00			12.00-16.00	МАУ ДО СШ "Тура" 48-26-23	Платонов Юрий Александрович
9	Возрастная гимнастика	40-80 лет	Ул. Валерии Гнаровской, 1	Спортивная площадка	11.45-13.15	11.30-13.00	11.45-13.15		11.45-13.15			МАУ ДО СШ "Центр Дзюдо" 32-72-56	Хомутина Тамира Дмитриевна
10	Дартс	9-15 лет 18 лет и старше	Ул. Профсоюзная, 52	Кабинет 104 центра "Грант"	09.00-12.00 18.00-22.00		09.00-11.00 18.00-22.00	18.00-22.00	09.00-12.00			ЦРТДиЮ "Грант" 68-53-60	Покацкий Евгений Данилович
11	Йога, ОФП	18 лет и старше	ул. Профсоюзная, 52	204 каб.	12.00-15.00		12.00-15.00		12.00-15.00			МАУ ДО ЦРТДиЮ "Грант" 68-53-60	Мухер Елена Александровна
12	ЛФК и АФК с элементами танцотерапии и скандинавской ходьбы	18 лет и старше	Ул. Николая Фёдорова, 28	Сквер "Льва Ровнина"		15.00-18.00					15.00-18.00 19.00-22.00	МАУ ДО СШ "Центр Дзюдо" 32-72-56	Августа Елена Николаевна
13	Лёгкая атлетика	18 лет и старше	ул. Луначарского, 10	Легкоатлетический манеж		08.00-11.00 18.00-21.00		08.00-11.00 18.00-21.00	18.00-21.00		09.00-12.00	МАУ ДО СШ №2 28-33-51	Кораблев Денис Павлович
14	Мини-футбол	18 лет и старше	Ул. Монтажников, 11	Футбольное поле		19.00-21.00		19.00-21.00	19.00-21.00	19.00-21.00	19.00-21.00	МАУ ДО ДЮЦ "Пламя" 33-16-59	Бахтин Виктор Анатольевич
15	Мини-футбол	21-50 лет	Ул. Судоремонтная, 2 Б	Спортивная площадка		07.00-09.00				07.00-09.00		МАУ СШ "Водник" 69-63-44	Ханнанов Ильсур Хамзаевич
16	Мини-футбол	16 лет и старше	Ул. Игримская, 30	Футбольное поле школы №13		19.00-21.30	20.00-21.30	19.00-22.00	20.00-22.00	11:00-14:00 15:00-18:00	11:00-14:00 15:00-18:30 19:30-20:30	МАУ ДО СШ "Центр Дзюдо" 32-72-56	Дорожкин Илья Борисович
17	Мини-футбол	18-50 лет	Ул. Судоремонтная, 2 Б	Хоккейный корт спортивной школы "Водник"	20.00-22.00	20.00-22.00	21.00-22.00	21.00-22.00	21.00-22.00	20.00-22.00		МАУ СШ "Водник" 69-63-44	Устименко Андрей Владимирович
18	Мини-футбол	30 лет и старше	ул. Арктическая, 3	Спортивный зал гимназии № 4							18.00-21.00	МАУ ДО ДЮЦ "Град" 32-88-09	Смолянский Юрий Владимирович

19	Мини-футбол, ОФП	18 лет и старше	Ул. Беляева, 29	Спортивная площадка	19.00-22.00	19.00-22.00	19.00-22.00	19.00-22.00	19.00-22.00	19.00-22.00		МАУ ДО ЦРТДиЮ "Бригантина" 21-33-40	Протопопов Игорь Валерьевич
20	Настольный теннис	45 лет и старше	Ул. Луначарского, 19	Зал колледжа производ. и соц. технологий	17.00-21.00	17.00-21.00	17.00-21.00	17.00-21.00	17.00-19.00			МАУ ДО ДЮЦ "Фортуна" 43-00-51	Лаврись Ольга Александровна
21	Настольные игры, ОФП	18-70 лет (люди с ОВЗ)	Ул. Авторемонтная, 21/3	Зал центра "Фортуна"		13.00-17.00 18.00-20.00		12.00-15.00 16.00-19.00	12.00-15.00 16.00-19.00			МАУ ДО ДЮЦ "Фортуна" 43-00-51	Яковенко Елена Сергеевна
22	Оздоровительный цигун	55 лет и старше	ул. Камчатская, 137А	Зал спортивной школы "Тура"			09.00-11.15		09.00-11.15			ДЮЦ "КДТ им. А.М. Кижеватова" 51-71-95	Красникова Римма Гильмановна
23	ОФП с элементами бокса	18 лет и старше	Ул. Демьяна Бедного, 109/2	Спортивный зал центра "Старт"	19.00-21.00		19.00-21.00		19.00-21.00			МАУ ДО ДЮЦ "Старт" 21-47-15	Косых Михаил Вячеславович
24	ОФП с элементами восточных единоборств "ШОУ - ДАО"	17 лет и старше	ул. Профсоюзная, 52	Кабинеты центра "Грант"		19.00-20.30			18.00-19.30	10.00-12.00		МАУ ДО ЦРТДиЮ "Грант" 68-53-60	Бобов Константин Анатольевич
25	ОФП	55 лет и старше	ул. Карла Маркса, 110А	Спортивный зал центра "Вероника"	13.00-14.00	10.00-14.00	13.00-14.00	10.00-14.00				МАУ ДО ДЮЦ "Вероника" 24-86-49	Седых Алла Владимировна
26	ОФП	18 лет и старше	Ул. Союзная, 135	Спортивная площадка гимназии №83						12.00-15.00		МАУ ДО ДЮЦ "Старт" 21-47-15	Косых Михаил Вячеславович
27	ОФП	50 лет и старше (в том числе с ОВЗ)	ул. Гастелло, 75/1	Спортивный зал центра "Вероника"	12.00-14.00	15.00-17.00	15.00-17.00	12.00-14.00	12.00-14.00			МАУ ДО ДЮЦ "Вероника" 24-86-49	Штейман Николай Александрович
28	ОФП	18-40 лет	Ул. Ставропольская, 19/3	Тренажерный зал центра "Старт"	19.00-20.30	19.00-20.00	19.00-20.30	19.00-20.00	16.00-20.00			МАУ ДО ДЮЦ "Старт" 21-47-15	Бобров Владимир Сергеевич
29	ОФП	18-40 лет	Ул. Судоремонтная, 2 Б	Спортивный зал спортивной школы "Водник"		20.00-22.00	20.00-22.00	20.00-22.00	20.00-22.00	21.00-22.00		МАУ СШ "Водник" 69-63-44	Колотилин Василий Николаевич
30	ОФП	18 лет и старше (люди с ОВЗ)	Ул. Мельничная, 1	Тренажерный зал центра им. А.М. Кижеватова		10.00-12.15		10.00-12.15				МАУ ДО ДЮЦ "КДТ им. А.М. Кижеватова" 51-71-95	Макаревич Елена Алексеевна
31	ОФП	18-30 лет	Ул. Беляева, 27/13	Зал фитнес-клуба "Neo-Gym"	10.00-14.00 17.00-18.00	19.00-21.00	10.00-14.00 17.00-18.00	19.00-21.00	19.00-21.00	19.00-21.00		МАУ СШ "Водник" 69-63-44	Соколов Александр Александрович
32	ОФП	30-59 лет	Ул. Николая Фёдорова, 3	Стадион школы №60	13.00-17.00	13.00-17.00	13.00-14.00					МАУ ДО ЦРТДиЮ "Контакт" 37-98-70	Цыбуцкий Евгений Евгеньевич
33	ОФП	50 лет и старше	Ул. Хохрякова, 88	Зал спортивной школы № 2	11.30-14.30 15.00-18.00		11.00-14.00 14.30-17.30	10.00-13.00 13.30-16.30				МАУ ДО СШ №2 28-33-51	Аржиловская Татьяна Сергеевна
34	ОФП с элементами тяжелой атлетики	18-60 лет	ул. Володарского, 50	Спортивный зал Neft Crossfit	08.00-09.30		09.30-11.00		08.00-09.30			МАУ ДО СШ №1 34-80-98	Кичаков Дмитрий Владимирович
35	ОФП элементами кардио	18-60 лет	ул. Володарского, 50	Спортивный зал Neft Crossfit	09.30-11.00		11.00-12.30		09.30-11.00			МАУ ДО СШ №1 34-80-98	Кичаков Дмитрий Владимирович
36	Оздоровительный цигун	55 лет и старше	Ул. Мельничная, 1	Танцевальный зал центра им. А.М. Кижеватова		09.30-11.45		09.30-11.45				МАУ ДО ДЮЦ "КДТ им. Кижеватова" 51-71-95	Красникова Римма Гильмановна
37	Оздоровительная гимнастика	55 лет и старше	ул. 50 лет Октября, 47	Зал фитнес-клуба "Антей"		9.00-12.00		9.00-12.00	9.00-12.00			МАУ ДО ДЮЦ "Град" 32-88-09	Шорохов Сергей Тимофеевич
38	Психоэмоциональная релаксация	35 лет и старше	Ул. Мельничная, 1	Танцевальный зал центра им. А.М. Кижеватова		12.30-14.15			12.30-14.15		10.00-11.00	ДЮЦ "КДТ им. А.М. Кижеватова" 51-71-95	Яркова Наталья Петровна
39	Пилатес, стретчинг, кроссфит, йога	30 лет и старше	ул. Александра Протозанова, 10 кор.1 помещ.3	Зал соседского центра "Преображенский"			13.00-15.00		13.00-15.00			МАУ ДО СШ №2 28-33-51	Мейер Татьяна Валентиновна

40	Пилатес, стретчинг, кроссфит, йога	40 лет и старше	ул. Василия Подшибякина, 21, помещ.1	Зал соседского центра "Гармония"	09.00-10.00							МАУ ДО СШ №2 28-33-51	Мейер Татьяна Валентиновна
41	Пилатес, растяжка	20-50 лет	ул. Широкая, 23/2	Спортивный зал центра "Контакт"	18:00-21:00	18:00-21:00	18:00-21:00	18:00-21:00	18:00-21:00		18:00-21:00	МАУ ДО ЦРТДиЮ "Контакт" 37-98-70	Воложанина Оксана Андреевна
42	Проект "Танцуй на здоровье"	15-65 лет	Ул. Пархоменко. 60	Класс хореографии гимназии № 49		19.00-21.30		19.00-21.30		15.30-18.30		МАУ СШ "ЦСТ" 20-05-53	Мутьянов Юрий Андреевич
43	Проект "Танцуй на здоровье"	16-65 лет	Ул. Широкая, 116	Класс хореографии школы №65		19.00-22.00		19.00-22.00		16.00-19.00		МАУ СШ "ЦСТ" 20-05-53	Куликова Александра Игоревна
44	Проект "Танцуй на здоровье"	15-65 лет	Ул. Проезд Геологоразведчиков, 19	Класс хореографии лицея №93	19.00-21.00	14.30-16.30	19.00-21.00			12.00-15.00		МАУ СШ "ЦСТ" 20-05-53	Мутьянов Юрий Андреевич
45	Проект "Танцуй на здоровье"	7-17 лет 25 лет и старше	ул. Демьяна Бедного, 83	Танцевальный зал спортивной школы "Тура"	19.30-21.30		19.30-21.30		19.30-21.30	14.45-16.45 16.45-17.45		МАУ ДО СШ "Тура" 48-26-23	Малашенко Екатерина Владимировна
46	Рукопашный бой, самооборона	18 лет и старше	ул. Мельникайте, 126/1	Спортивный зал клуба "Раджа Файт"	18.00-22.00	18.00-22.00	18.00-22.00	18.00-22.00	18.00-20.00			МАУ ДО ДЮЦ "Фортуна" 43-05-51	Акбашев Илдар Мидхатович
47	Скандинавская ходьба	30 лет и старше	Ул. Одесская, 52	Сквер "Александра Моисеенко"	08.15-10.15	08.15-10.15	08.15-10.15	08.15-10.15	08.15-10.15			ДЮЦ "КДТ им. А.М. Кижеватова" 51-71-95	Соколова Елена Викторовна
48	Скандинавская ходьба	30 лет и старше	Ул. Одесская, 52	Сквер "Александра Моисеенко"						09.00-11.15	09.00-11.15	ДЮЦ "КДТ им. А.М. Кижеватова" 51-71-95	Макаревич Елена Алексеевна
49	Скандинавская ходьба	45 лет и старше	ул.Текстильная, 21	Сквер "Школьный"	08.00-10.30	08.30-10.30	08.30-10.30	08.30-10.30	08.30-10.30			МАУ ДО ДЮЦ "Авангард" 51-60-64	Бембеева Елена Павловна
50	Скандинавская ходьба	45 лет и старше	Ул. Олимпийская, 9	Сквер "Депутатов"	08.30-10.30 14.00-15.00		08.30-10.30 14.00-15.00		08.30-10.30 14.00-15.00			МАУ ДО ДЮЦ "Пламя" 33-16-59	Милицкий Александр Павлович
51	Скандинавская ходьба	35 лет и старше	ул. Широкая, 263	лесопарк Войновка		08.00-11.00	08.00-11.00		08.00-11.00			МАУ ДО ДЮЦ "Пламя" 33-16-59	Брускова Нина Витальевна
52	Скандинавская ходьба	50 лет и старше	Ул. Дружбы	Парк имени Гагарина		08.00-11.00	08.00-11.00	08.00-11.00	08.00-11.00	08.00-12.00 12.30-14.30		МАУ ДО СШ №2 28-33-51	Воронцова Вера Владимировна
53	Скандинавская ходьба	40 лет и старше	Ул. Красина	Набережная реки Тура		09.00-10.30		09.00-10.30		09.00-10.30		МАУ ДО СШ №2 28-33-51	Бородина Наталия Вениаминовна
54	Скандинавская ходьба	40 лет и старше	Ул. Даудельная, 1	Парк "Аптекарский сад"		18.30-20.00		18.30-20.00		13.00-14.30		МАУ ДО СШ №2 28-33-51	Бородина Наталия Вениаминовна
55	Скандинавская ходьба	30 лет и старше	ул. Александра Протозанова, 10 кор.1	Дворовая территория	11.00-12.00		11.00-13.00		11.00-13.00			МАУ ДО СШ №2 28-33-51	Мейер Татьяна Валентиновна
56	Скандинавская ходьба	40 лет и старше	ул. Бирюзовая, 27	Лесопарк	07.00-10.00		07.00-10.00			08.00-11.00		МАУ ДО СШ №1 34-80-98	Прихненко Игорь Юрьевич
57	Скандинавская ходьба	18-55 лет	Ул. Щербаклова	Парк "Заречный"	06.30-08.00	06.30-08.00	06.30-08.00	06.30-08.00	06.30-08.00	07.00-08.30		МАУ ДО СШ №2 28-33-51	Халилова Милеуша Радиковна
58	Скандинавская ходьба, ОФП	50 лет и старше	Ул. Аккумуляторная, 15	ЭКОпарк "Затюменский"	08.30-11.30 12.00-13.30		08.30-11.30 12.00-13.30	08.30-11.30 12.00-13.30		08.30-11.30 12.00-13.30		МАУ ДО СШ №2 28-33-51	Новопашина Нина Борисовна
59	Скандинавская ходьба	50 лет и старше	Ул. Федюнинского, 5	Пруд "Южный"	08.00-12.00	08.00-10.00	08.00-12.00	08.00-09.00 10.00-11.00				МАУ ДО ДЮЦ "Старт" 21-47-15	Романькова Кристина Олеговна
60	Скандинавская ходьба	40-80 лет	Ул. Александра Логунова, 17	Спортивная площадка	08.00-09.30	08.00-09.30	08.00-09.30	08.00-09.30	08.00-09.30			МАУ ДО СШ "Центр Дзюдо" 32-72-56	Хомутина Тамара Дмитриевна
61	Скандинавская ходьба	55-80 лет	Ул. Барнаульская	ЭКОпарк "Затюменский"	09.00-10.00		09.00-13.00		09.00-13.00			МАУ ДО ДЮЦ "Фортуна" 43-00-51	Лукьянова Светлана Валентина
62	Скандинавская ходьба	55-90 лет	Ул. Барнаульская	ЭКОпарк "Затюменский"						10.00-11.30		МАУ ДО ДЮЦ "Фортуна" 43-00-51	Кед Тамара Леонидовна

63	Скандинавская ходьба	30 лет и старше	Ул. Щербакова	Парк "Заречный"		08.00-12.00		08.00-11.00		08.00-10.00		МАУ ДО ЦРТДиЮ "Бригантина" 21-33-40	Шишкин Анатолий Васильевич
64	Скандинавская ходьба	55 лет и старше	Индустриальная 49	Футбольное поле		12.00-14.30		12.00-14.30				МАУ ДО ДЮЦ "КДТ им Кижеватова" 51-71-95	Красникова Римма Гильмановна
65	Скандинавская ходьба	55-70 лет	ул. Судостроителей, 42	Сквер 30 летия Победы	09.00-11.15					09.00-11.15		ДЮЦ "КДТ им. А.М. Кижеватова" 51-71-95	Красникова Римма Гильмановна
66	Скандинавская ходьба, суставная гимнастика	25-55 лет	Ул. Валерии Гнаровской, 3	Сквер "Победы"	07:00-10:00	07:00-10:00	07:00-10:00	07:00-10:00	07:00-10:00	07:00-10:00		МАУ ДО ЦРТДиЮ "Контакт" 37-98-70	Воложанина Оксана Андреевна
67	Суставная гимнастика	45 лет и старше	Ул. Текстильная, 21	Зал хореографии центра "Авангард"	09.40-10.40		09.40-10.40					МАУ ДО ДЮЦ "Авангард" 51-60-64	Щеткова Елена Владимировна
68	Суставная гимнастика	55-70 лет	Ул. Мельничная, 1	Танцевальный зал центра им. А.М. Кижеватова			08.00-10.15		08.00-10.15			МАУ ДО ДЮЦ "КДТ им Кижеватова" 51-71-95	Дурцева Екатерина Юрьевна
69	Суставная гимнастика	55-90 лет	Ул. Ямская 52/4	Зал центра "Фортуна"			19.30-10.00		19.30-21.00			МАУ ДО ДЮЦ "Фортуна" 43-00-51	Кед Тамара Леонидовна
70	Суставная гимнастика	65 лет и старше	Текстильная, 21	Зал хореографии центра "Авангард"	12.00-13.30		12.00-13.30					МАУ ДО ДЮЦ "Авангард" 51-60-64	Бембеева Елена Павловна
71	Суставная гимнастика	55-80 лет	Ул. Ямская, 52/4	Спортивный зал центра "Фортуна"			19.30-21.00		19.30-21.00			МАУ ДО ДЮЦ "Фортуна" 43-00-51	Кед Тамара Леонидовна
72	Суставная гимнастика, скандинавская ходьба, ОФП	45-70 лет (в том числе с ОВЗ)	Ул. Энергостроителей, 13	Сквер "Серебрянные ключи"	09.00-11.00		09.00-11.00		10.00-12.00			МАУ ДО ЦРТДиЮ "Контакт" 37-98-70	Мирошниченко Татьяна Агафоновна
73	Суставная гимнастика, скандинавская ходьба, ОФП	45-70 лет (в том числе с ОВЗ)	Ул. Станционная, 22	Спортивный зал Центра "Контакт"		10.00-13.00		10.00-13.00		10.00-14.00 14.30-16.30		МАУ ДО ЦРТДиЮ "Контакт" 37-98-70	Мирошниченко Татьяна Агафоновна
74	Спортивная ходьба, лёгкая атлетика.	10-80 лет (дети и родители)	Ул. Московский тракт, 22	Сквер "Комсомольский"	18.30-21.30	07.30-10.30	18.30-21.30	18.30-21.30	18.30-21.30	10.00-11.30 11.30-13.00		МАУ ДО ЦРТДиЮ "Контакт" 37-98-70	Дробунин Алексей Викторович
75	Танцы	25 лет и старше	ул. Текстильная, 21	Спортивный зал центра "Авангард"	19.50-20.50			19.15-20.45				МАУ ДО ДЮЦ "Авангард" 51-60-64	Юсупова Алина Ильдаровна
76	Фитнес	50 лет и старше	ул. Ставропольская, 19	Спортивный зал центра "Старт"	12.00-14.00		12.00-14.00	9.00-10.00				МАУ ДО ДЮЦ "Старт" 21-47-15	Романькова Кристина Олеговна
77	Фитнес	50 лет и старше	ул. Демьяна Бедного, 109	Спортивный зал центра "Старт"		11.00-12.00						МАУ ДО ДЮЦ "Старт" 21-47-15	Романькова Кристина Олеговна
78	Фитнес	50 лет и старше	ул. Гастелло, 75/1	Спортивный зал центра "Вероника"	11.00-12.00		11.00-12.00		11.00-12.00			МАУ ДО ДЮЦ "Вероника" 24-86-49	Седых Алла Владимировна
79	Функциональное многоборье	18 лет и старше	Ул. Володарского, 50	Зал фитнес-клуба "Нефть"	09.00-12.00		09.00-12.00		09.00-12.00			МАУ ДО СШ №2 28-33-51	Гаврилов Денис Евгеньевич
80	Шахматы	18 лет и старше	ул. Мельничная, 17	Учебный класс общества слепых		10.00-14.00			10.00-12.00 12.30-15.30			МАУ ДО СШ "Ладья" 21-51-61	Елтышев Серафим Георгиевич
81	Шахматы, настольный теннис, бильярд	30 лет и старше	Ул. Кедровая, 127 А	Фойе спортивной школы "Тура"	15:00-19:00	15:00-19:00	15:00-19:00	16:00-20:00	15:00-17:00			МАУ ДО СШ "Тура" 48-26-23	Хлынов Николай Васильевич

□