

**Расписание бесплатных занятий на июль 2024 года
для граждан среднего и пенсионного 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	18-70 лет (для людей с ОВЗ)	Ул. Кедровая, 127 А	Тренажерный зал спортивной школы "Тура"		9:00-13:30		9:00-13:30			09:00-13:00	МАУ ДО СШ "Тура" 48-26-23	Феденко Роман Валерьевич
2	Адаптивный фитнес с элементами партерной гимнастики (отпуск с 6 июля по 7 августа)	18 лет и старше	Ул. Луначарского, 19	Спортивный зал колледжа						16:00-18:00	16:30-18:30	МАУ ДО СШ "Тура" 48-26-23	Штейман Николай Александрович
3	Атлетическая гимнастика (отпуск с 15 июля по 5 августа)	10-60 лет	ул. Газовиков, 3А	Тренажерный зал школы №2		17:00-18:30		17:00-18:30			17:00-18:30	МАУ ДО СШ №1 34-80-98	Григоренко Евгений Викторович
4	Атлетическая гимнастика (отпуск с 15 июля по 5 августа)	10-60 лет	ул. Газовиков, 3А	Тренажерный зал школы №2		18.40-20.10		18.40-20.10			18.40-20.10	МАУ ДО СШ №1 34-80-98	Григоренко Евгений Викторович
5	Бильярд (отпуск с 20 июля по 16 августа)	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
6	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
7	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
8	Возрастная гимнастика (отпуск с 10 июля по 6 июля)	40-80 лет	Ул. Валерии Гнаровской, 1	Спортивная площадка	10.00-11.30	10.00-11.30	10.00-11.30		10.00-11.30			МАУ ДО СШ "Центр Дзюдо" 32-72-56	Хомутинина Тамара Дмитриевна
9	ЛФК и АФК с элементами танцетерапии и скандинавской ходьбы	18 лет и старше	Ул. Николая Фёдорова, 28	Сквер "Льва Ровнина"		15.00-18.00 19.00-22.00	19.00-22.00					МАУ ДО СШ "Центр Дзюдо" 32-72-56	Августа Елена Николаевна
10	Лёгкая атлетика (отпуск с 15 до 28 июля)	18 лет и старше	ул. Аккумуляторная, 15	ЭкоПарк "Затюменский"		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
11	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
12	Мини-футбол (отпуск с 28 июля по 25 июля)	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
13	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 ДЮОЦ "Фортуна" 43-00-51	Лаврись Ольга Александровна
14	Оздоровительный цигун	55 лет и старше	ул. Судостроителей, 42	Сквер 30-летия Победы			09.00-11.15		09.00-11.15			ДЮОЦ "КДТ им. А.М. Кижеватова" 51-71-95	Красникова Римма Гильмановна
15	ОФП с элементами бокса (отпуск с 1 июля по 11 августа)	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 ДЮОЦ "Старт" 21-47-15	Косых Михаил Вячеславович
16	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 ЦРТДиО "Грант" 68-53-60	Бобов Константин Анатольевич
17	ОФП	30-59 лет	Ул. Николая Фёдорова, 3	Стадион школы №60	10.00-14.00	10.00-14.00	10:00-11:00					МАУ ДО ЦРТДиО "Контакт" 37-98-70	Цыбуцынин Евгений Евгеньевич

18	ОФП	50 лет и старше	Ул. Хохрякова, 88	Зал спортивной школы № 2	10.00-14.00 14.30-18.00	11.00-12.30 12.30-15.00	10.00-12.30	11.00-12.30 12.30-15.00				МАУ ДО СШ №2 28-33-51	Аржиловская Татьяна Сергеевна
19	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
20	Психоэмоциональная релаксация	35 лет и старше	Ул. Мельничная, 1	Танцевальный зал центра им. А.М. Кижеватова		12.30-14.15			12.30-14.15		09.30-10.30	ДЮЦ "КДТ им. А.М. Кижеватова" 51-71-95	Яркова Наталья Петровна
21	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		13.00-15.00			МАУ ДО СШ №2 28-33-51	Мейер Татьяна Валентиновна
22	Пилатес, стретчинг, кроссфит, йога	40 лет и старше	ул. Василия Подшибякина, 21, помещ.1	Зал соседского центра "Гармония"	09.00-10.00		09.00-10.00		09.00-10.00			МАУ ДО СШ №2 28-33-51	Мейер Татьяна Валентиновна
23	Пилатес, растяжка (отпуск с 25 июня по 18 июля)	20-50 лет	ул. Широтная, 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
24	Проект "Танцуй на здоровье" (отпуск с 30 июня по 20 июля)	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
25	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
26	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
27	Скандинавская ходьба	30 лет и старше	Ул. Одесская, 52	Сквер "Александра Моисеенко"		19.00-21.00	19.00-21.00					ДЮЦ "КДТ им. А.М. Кижеватова" 51-71-95	Макаревич Елена Алексеевна
28	Скандинавская ходьба (отпуск с 28 июня по 25 июля)	45 лет и старше	ул. Текстильная, 21	Сквер "Школьный"	08.00-10.30	08.00-10.00	08.00-10.00	08.00-10.00	08.00-10.00	08.00-10.00		МАУ ДО ДЮЦ "Авангард" 51-60-64	Бембева Елена Павловна
29	Скандинавская ходьба (отпуск с 30 июля по 19 августа)	35 лет и старше	ул. Широтная, 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
30	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
31	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 Наталья Вениаминовна
32	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 Наталья Вениаминовна
33	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
34	Скандинавская ходьба, ОФП	50 лет и старше	Ул. Аккумуляторная, 15	ЭКОпарк "Затоменский"	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	08.30-11.30	12.00-13.30	МАУ ДО СШ №2 28-33-51	Новопашина Нина Борисовна
35	Скандинавская ходьба (отпуск с 22 июля по 4 августа)	50 лет и старше	Ул. Федонинского, 5	Пруд "Южный"		08.00-12.00	08.00-12.00					МАУ ДО ДЮЦ "Старт" 21-47-15	Романькова Кристина Олеговна
36	Скандинавская ходьба (отпуск с 10 июня по 6 июля)	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	Хомутинина Тамара Дмитриевна
37	Скандинавская ходьба (отпуск с 8 по 31 июля))	55-90 лет	Ул. Барнаульская	ЭКОпарк "Затоменский"						10.00-11.30		МАУ ДО ДЮЦ "Фортуна" 43-00-51	Кед Тамара Леонидовна
38	Скандинавская ходьба	55 лет и старше	ул. Холодильная, 51	Сквер Гимназистов		12.00-14.30		12.00-14.30				МАУ ДО ДЮЦ "КДТ им Кижеватова" 51-71-95	Красникова Римма Гильмановна

39	Скандинавская ходьба	55-70 лет	ул. Судостроителей, 42	Сквер "30-летия Победы"			18.00-20.00		18.00-20.00			ДЮЦ "КДТ им. А.М. Кижеватова" 51-71-95	Красникова Римма Гильмановна
40	Скандинавская ходьба, суставная гимнастика (отпуск с 25 июня по 18 июля)	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 ЦРТДиО "Контакт" 37-98-70	Воложанина Оксана Андреевна
41	Суставная гимнастика	55-70 лет	Ул. Мельничная, 1	Танцевальный зал центра им. А.М. Кижеватова			08.30-10.45		08.30-10.45			МАУ ДО ДЮЦ "КДТ им Кижеватова" 51-71-95	Дурцева Екатерина Юрьевна
42	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
43	Тайский бокс (отпуск с 12 по 25 июля)	7-17 лет 18-50 лет	Ул. Мельникайте, 116к1	Спортивный зал клуба "Раджа Файт"		08.30-11.30 16.00-19.00		08.30-11.30 16.00-19.00		08.30-11.30 16.00-19.00		МАУ ДО ДЮЦ "Старт" 21-47-15	Габриелян Лёва Генрикович
44	Фитнес (отпуск с 22 июля по 4 августа)	50 лет и старше	Ул. Федюнинского, 5	Пруд "Южный"	8.00-12.00			8.00-12.00 12.30-14.30				МАУ ДО ДЮЦ "Старт" 21-47-15	Романькова Кристина Олеговна
45	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
46	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