Физкультурно-оздоровительный проект

«Липецк в спорте»

РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ

на сентябрь

**Советский округ**

|  |
| --- |
| **МБОУДО ГДЮЦ «Спортивный»** |
| АДРЕС ПЛОЩАДКИ | ВОЗРАСТ | НАПРАВЛЕНИЕ | РАСПИСАНИЕ |
| ***Открытые площадки*** |
| ул. Космонавтов, 43  | 6-17 | Бадминтон / занятия физкультурно-спортивной направленности**+7-900-591-52-04****+7 (4742) 31-93-13** | Вторник14:30-16:00Четверг16:30-18:00 |
| ул. Космонавтов, 41/1 | 6-17 | Пионербол / Снайпер / занятия физкультурно-спортивной направленности**+7-900-591-52-04****+7 (4742) 31-93-13** | Среда14:30-16:00Пятница16:30-18:00 |
| ***Спортивные залы*** |
| ул. Терешковой, 27 | 55+ | Йога / Суставная гимнастика**+7-952-593-72-75****+7 (4742) 36-70-79** | Среда09:00-10:30Пятница09:00-10:30 |
| **МАУ «Спортивный город»****+7 (4742) 72-70-52** |
| ***Открытые площадки*** |
| ФОК 46, открытая тренажерная площадка(ул. Титова, 8Г) | 16+ | Силовая атлетика(воркаут) | Пятница19:00-20:00 |
| ***Крытые спортивные объекты*** |
| ФОК 46, (ул. Титова, 8Г) | 55+ | Суставная гимнастика + оздоровительное плавание | ПонедельникСреда 09:00-10:00 |
| **МБУ ЦС «Металлург»****+7 904-288-14-88** |
| Стадион,ул. Первомайская, 55 | Все категории населения | Доступ для самостоятельных занятий физической культурой и спортом | ВторникЧетверг17:00-20:00 |
| **Lipetsk Run Club****+7-904-697-45-07** |
| Стадион ДС «Молодежный»Космонавтов, 16 Б | 18+ | Беговые тренировки  | Четверг 19:40-20:40 |
| **Клуб «Виртуоз»****+7-952-596-95-55** |
| Средняя общеобразовательная школа с дошкольным отделением №59 «Перспектива»Проезд Кувшинова, 5 | 12+ | Ролибол | Суббота17:00 |

**Правобережный округ**

|  |
| --- |
| **«Спортивный город»** |
| ***Крытые спортивные объекты*** |
| ФОК 14, Железнякова, 28А | 55+ | Суставная гимнастика + оздоровительное плавание | Среда14:00-15:00 |
|  | 55+ | Оздоровительное плавание | ВторникЧетверг12:15-13:15 |
| **Спортивный комплекс «СОКОЛ»** |
| Ушинского 5, | 18+ | Клуб любителей скандинавской ходьбы«ШАГИ К ЗДОРОВЬЮ»**+ 7 (4742) 48-27-89** | Вторник09:30-10:30;Четверг 18:30-19:30;Воскресенье 17:00 (первое/последнее число месяца – тематические беседы ЗОЖ) |
| Все категории населения (в том числе лица с ОВЗ) | Доступ для самостоятельных занятий физической культурой и спортом и самостоятельной подготовки к выполнению нормативов ВФСК ГТО:- беговые дорожки;- площадка для пляжного волейбола;- спортивная площадка с многоуровневыми перекладинами.**+7 (4742) 48-27-23** | ПонедельникВторникСредаЧетвергПятница 12:00-14:3020:00-22:30СубботаВоскресенье18:00-22:30 |
| 6+ | Интерактивное занятие «Что такое ГТО?» (консультация специалиста)**+7 (4742) 48-27-23** | Среда 15:00-16:00 |
| **«Сокольский парк»****+7 (4742) 23-54-42; +7 (4742) 25-01-45** |
| Беседка | 55+ | Суставная гимнастика | Понедельник Четверг09:00-10:00Среда 19:00-20:00 |
| 55+ | Оздоровительная гимнастика | ВторникСредаПятница09:00-10:00 |
| **«Нижний парк»****+7 (4742) 23-54-42; +7 (4742) 25-01-45** |
| Площадка для настольных игр | 55+ | Клуб любителей шахмат | Понедельник ВторникСредаЧетверг Пятница14:00-16:00 |
|  | 55+ | Скандинавская ходьба | 10:00-11:00 (07.09; 21.09) |
| **«Верхний парк»****+7 (4742) 23-54-42; +7 (4742) 25-01-45** |
| Памятник В.И.Ленину | 55+ | Оздоровительная гимнастика | ВторникЧетверг09:30-10:30 |
| **Парк «Быханов сад»****+7 (4742) 23-54-42; +7 (4742) 25-01-45** |
| Сбор группы у входа со стороны остановки «Быханов сад» | 55+ | Суставная гимнастика + йога для начинающих | ПонедельникЧетверг09:00-10:00 |
|  | 55+ | Скандинавская ходьба | 10:00-11:00 (14.09; 28.09) |
| **Lipetsk Run Club****+7-904-294-17-44** |
| Парковка у фитнес клуба «Прайм фитнес»пл. Петра Великого, 2 | 18+ | Беговые тренировки | Суббота 08:00-09:00 |

**Левобережный округ**

|  |
| --- |
| **МБОУДО ГДЮЦ «Спортивный»** |
| АДРЕС ПЛОЩАДКИ | ВОЗРАСТ | НАПРАВЛЕНИЕ | РАСПИСАНИЕ |
| ***Открытые площадки*** |
| ул. Моршанская, 22 | 6-17 | Футбол / подвижные игры**+7-904-287-68-16****+7 (4742) 43-94-17** | Среда16:00-17:30Пятница16:00-17:30 |
| ул. Архангельская, стр.10а | 6-17 | Занятия физкультурно-спортивной направленности**+7-910-289-10-43****+7 (4742) 43-78-58****+7 (4742) 43-79-29** | Вторник16:30-18:00Пятница16:30-18:00 |
| ***Спортивные залы*** |
| ул. Энергостроителей, 5а | 55+6-17 | Оздоровительная гимнастика **+7-904-687-92-10****+7 (4742) 43-94-17**Настольный теннис**+7-904-690-25-22****+7 (4742) 43-94-17** | Пятница10:00-11:30Среда17:00-18:30 |
| ул. Силикатная 21 | 6-17 | Оздоровительная гимнастика**+7-910-289-10-43****+7 (4742) 43-78-58****+7 (4742) 43-79-29** | Четверг12:00-13:30Суббота09:00-10:30 |
| **МАУ «Спортивный город»****+7 (4742) 49-41-97** |
| ***Крытые спортивные объекты*** |
| Бассейн «Матырский», ул. Уральская, 5А | 55+(группа ВОИ) | Оздоровительное плавание | ПонедельникПятница09:00-12:15 |
| 55+ | Суставная гимнастика + оздоровительное плавание | ВторникЧетверг 14:15-15:15(с 25 сентября 2022 г.) |
| **Парк НЛМК****+7 (4742) 23-54-42; +7 (4742) 25-01-45** |
| Холм с площадкой | 55+ | Оздоровительная китайская гимнастика Цигун | Пятница 17:00-18:00 |

**Октябрьский округ**

|  |
| --- |
| **МБОУДО ГДЮЦ «Спортивный»** |
| АДРЕС ПЛОЩАДКИ | ВОЗРАСТ | НАПРАВЛЕНИЕ | РАСПИСАНИЕ |
| ***Открытые площадки*** |
| ул. Студ. Городок, д. 24 | 6+ | Спортивный фитнес /занятия физкультурно-спортивной направленности**+7-906-685-49-78****+7 (4742) 79-86-93** | Суббота16:00-17:30 |
| ул. Катукова, д. 26 | 6+ | Спортивный фитнес, занятия физкультурно-спортивной направленности**+7-906-685-49-78****+7 (4742) 79-86-93** | Вторник Четверг 16:00-17:30 |
| ул. Ильича, д. 36а | 6+ | Волейбол / пионербол / занятия физкультурно-спортивной направленности**+7-980-265-11-72****+7 (4742) 36-70-79** | СредаПятница15:30-17:00 |
| пр. Победы, д. 130 | 6+ | Футбол / занятия физкультурно-спортивной направленности**+7-910-358-94-17****+7 (4742) 41-58-65** | Вторник15:00-16:30Четверг16:30-18:00 |
| пр. Строителей, д. 4 | 6+ | Городки / занятия физкультурно-спортивной направленности**+7-910-358-94-17****+7 (4742) 41-58-65** | Среда14:30-16:00Пятница16:30-18:00 |
| **МАУ «Спортивный город»****+7 (4742) 37-03-58** |
| ***Открытые площадки*** |
| ул. Теперика, 1 (сквер) | 55+ | Скандинавская ходьба | Четверг10:00-11:00 |
| **МАУ ФОК «Пламя»****+ 7 (4742) 73-15-40** |
| Бассейн,ул. Ильича д.31А |  |
| 55+ | Аквагимнастика+Оздоровительное плавание | Среда Пятница 10:15-11:00 |
| 55+ | Скандинавская ходьба  | ВторникЧетверг 18:00-19:00 |
| Стадион  | 55+ | Оздоровительная гимнастика | ПонедельникСреда19:00-20:00 |
| 6+ | Интерактивное занятие «Что такое ГТО?» (консультация специалиста) | Вторник14:00-15:00 |
| Все категории населения (в том числе лица с ОВЗ) | Доступ для самостоятельных занятий физической культурой и спортом и самостоятельной подготовки к выполнению нормативов ВФСК ГТО | ПонедельникВторник СредаЧетвергПятницаСубботаВоскресенье07:00-21:00 |
| **Парк Победы****+7 (4742) 23-54-42; +7 (4742) 25-01-45** |
| Деревянная площадка | 55+ | Йога  | ПонедельникЧетверг 08:00-09:00Вторник 18:00-19:00 |
| Автодром  | 55+ | Оздоровительная гимнастика | ВторникСредаЧетверг 08:00-09:00 |
| Поляна здоровья | 55+ | Оздоровительная китайская гимнастика Цигун | Понедельник17:30-18:30Среда09:00-10:00  |
| Деревянная площадка | 55+ | Динамическая суставная гимнастика  | Пятница 09:00-10:00 |