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** | Вторник  14:30-16:00  Четверг  16:30-18:00 |
| ул. Космонавтов, 41/1 | 6-17 | Пионербол / Снайпер / занятия физкультурно-спортивной направленности  **+7-900-591-52-04**  **+7 (4742) 31-93-13** | Среда  14:30-16:00  Пятница  16:30-18:00 |
| ***Спортивные залы*** | | | |
| ул. Терешковой, 27 | 55+ | Йога / Суставная гимнастика  **+7-952-593-72-75**  **+7 (4742) 36-70-79** | Среда  09:00-10:30  Пятница  09:00-10:30 |
| **МАУ «Спортивный город»**  **+7 (4742) 72-70-52** | | | |
| ***Открытые площадки*** | | | |
| ФОК 46, открытая тренажерная площадка  (ул. Титова, 8Г) | 16+ | Силовая атлетика  (воркаут) | Пятница  19:00-20:00 |
| ***Крытые спортивные объекты*** | | | |
| ФОК 46,  (ул. Титова, 8Г) | 55+ | Суставная гимнастика + оздоровительное плавание | Понедельник  Среда  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 | Вторник Четверг  17:00-20:00 |
| **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 | Суббота  17:00 |

**Правобережный округ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **«Спортивный город»** | | | |
| ***Крытые спортивные объекты*** | | | |
| ФОК 14,  Железнякова, 28А | 55+ | Суставная гимнастика + оздоровительное плавание | Среда  14:00-15:00 |
|  | 55+ | Оздоровительное плавание | Вторник  Четверг  12:15-13:15 |
| **Спортивный комплекс «СОКОЛ»** | | | |
| Ушинского 5, | 18+ | Клуб любителей скандинавской ходьбы  «ШАГИ К ЗДОРОВЬЮ»  **+ 7 (4742) 48-27-89** | Вторник  09:30-10:30;  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** | Понедельник  Вторник  Среда  Четверг  Пятница  12:00-14:30  20:00-22:30  Суббота  Воскресенье  18:00-22:30 |
| 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  Четверг  09:00-10:00  Среда  19:00-20:00 |
| 55+ | Оздоровительная гимнастика | Вторник  Среда  Пятница  09:00-10:00 |
| **«Нижний парк»**  **+7 (4742) 23-54-42; +7 (4742) 25-01-45** | | | |
| Площадка для настольных игр | 55+ | Клуб любителей шахмат | Понедельник  Вторник  Среда  Четверг  Пятница  14:00-16:00 |
|  | 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 | Вторник  Четверг  09:30-10:30 |
| **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 | Понедельник  Четверг  09:00-10:00 |
|  | 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** | Среда  16:00-17:30  Пятница  16:00-17:30 |
| 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** | Вторник  16:30-18:00  Пятница  16:30-18:00 |
| ***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** | Пятница  10:00-11:30  Среда  17:00-18:30 |
| ул. Силикатная 21 | 6-17 | Оздоровительная гимнастика  **+7-910-289-10-43**  **+7 (4742) 43-78-58**  **+7 (4742) 43-79-29** | Четверг  12:00-13:30  Суббота  09:00-10:30 |
| **МАУ «Спортивный город»**  **+7 (4742) 49-41-97** | | | |
| ***Крытые спортивные объекты*** | | | |
| Бассейн «Матырский», ул. Уральская, 5А | 55+  (группа ВОИ) | Оздоровительное плавание | Понедельник  Пятница  09:00-12:15 |
| 55+ | Суставная гимнастика + оздоровительное плавание | Вторник  Четверг  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** | Суббота  16:00-17:30 |
| 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** | Среда  Пятница  15:30-17:00 |
| пр. Победы, д. 130 | 6+ | Футбол / занятия физкультурно-спортивной направленности  **+7-910-358-94-17**  **+7 (4742) 41-58-65** | Вторник  15:00-16:30  Четверг  16:30-18:00 |
| пр. Строителей, д. 4 | 6+ | Городки / занятия физкультурно-спортивной направленности  **+7-910-358-94-17**  **+7 (4742) 41-58-65** | Среда  14:30-16:00  Пятница  16:30-18:00 |
| **МАУ «Спортивный город»**  **+7 (4742) 37-03-58** | | | |
| ***Открытые площадки*** | | | |
| ул. Теперика, 1  (сквер) | 55+ | Скандинавская ходьба | Четверг  10:00-11:00 |
| **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 | Вторник  Четверг  18:00-19:00 |
| Стадион | 55+ | Оздоровительная гимнастика | Понедельник  Среда  19:00-20:00 |
| 6+ | Интерактивное занятие  «Что такое ГТО?» (консультация специалиста) | Вторник  14:00-15:00 |
| 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 | Понедельник  Вторник  Среда  Четверг  Пятница  Суббота  Воскресенье  07:00-21:00 |
| **Парк Победы**  **+7 (4742) 23-54-42; +7 (4742) 25-01-45** | | | |
| Деревянная площадка | 55+ | Йога | Понедельник  Четверг  08:00-09:00  Вторник  18:00-19:00 |
| Автодром | 55+ | Оздоровительная гимнастика | Вторник  Среда  Четверг  08:00-09:00 |
| Поляна здоровья | 55+ | Оздоровительная китайская гимнастика Цигун | Понедельник  17:30-18:30  Среда  09:00-10:00 |
| Деревянная площадка | 55+ | Динамическая суставная гимнастика | Пятница  09:00-10:00 |