










Физкультурно-оздоровительный проект  
«Липецк в спорте»

**РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ  
на ЯНВАРЬ 2024 года**






**Советский округ**

АДРЕС	ОРГАНИЗАТОРЫ	НАПРАВЛЕНИЕ	РАСПИСАНИЕ
<b>Занятия для взрослых (18+)</b>			
<b>МАОУ №59 «Перспектива»</b> пр-д Сержанта Кувшинова, 5А (спортивный зал)	 <b>Александр Бабин</b>	Бадминтон  +7 915-858-84-08	Вторник 21:00-22:00
ул. Циолковского, 31а (зал спортивной гимнастики)	 <b>Андрей Попов</b>	Оздоровительная гимнастика  +7 (4742) 74-93-52 +7 (4742) 74-93-67	Суббота 17:00-18:00
ул. Циолковского, 31а (зал художественной гимнастики)	 <b>Виктория Карева</b>	Оздоровительная гимнастика  +7 (4742) 74-93-52 +7 (4742) 74-93-67	Воскресенье 18:00-19:00
ул. Терешковой, 27 (спортивный зал)	 <b>Татьяна Дергунова</b>	Йога  +7 (4742) 34-87-48	Среда Пятница 09:00-10:30
ул. Терешковой, 27 (спортивный зал)	 <b>Марина Леденева</b>	Суставная гимнастика  +7 (4742) 34-87-48	Вторник Четверг 09:00-10:30
Стадион «Авиатор» (военный городок)	 <b>Инга Павлова</b>	Беговые тренировки +7-904-697-45-07	Четверг 20:00-21:00
<b>Занятия для людей «серебряного» возраста (55+)</b>			
<b>Центральная городская библиотека им С.А. Есенина</b> ул. Космонавтов, 15/3	 <b>«Активное долголетие»</b>	Клуб любителей шахмат  +7 (4742) 23-54-42 +7 (4742) 25-01-45	Будни 15:00-16:00
<b>Стадион «Металлург» спортзал</b> ул. Первомайская, 55	 <b>«Активное долголетие»</b>	Йога для начинающих  тел. 1111	Вторник 09:30-12:30
<b>Стадион «Металлург»</b> ул. Первомайская, 55	 <b>«Активное долголетие»</b>	Скандинавская ходьба  тел. 1111	Среда 11:00-12:00

	<b>«Активное долголетие»</b>		
<b>Физкультурно-оздоровительный комплекс (рядом с СОШ №46) ул. Титова, 8Г</b>		Оздоровительное плавание тел. 1111	Понедельник Среда 11:15-12:00
<b>Физкультурно-оздоровительный комплекс (рядом с СОШ №46) ул. Титова, 8Г</b>	 <b>Наталья Лялина</b>	<b>Цигун</b> +7 980-253-88-74	Понедельник 10:00 – 13:00 Четверг 17:40 – 19:40
<b>Занятия для всех возрастных категорий</b>			
<b>Стадион «Металлург» ул. Первомайская, 55</b>		Доступ для самостоятельных занятий физической культурой и спортом +7 904-288-14-88 <b>(Александр)</b>	Вторник Четверг 17:00-20:00
<b>МАОУ №59 «Перспектива» пр-д Сержанта Кувшинова, 5А</b>	 <b>Артем Сорокин</b>	Занятия регби (любительский уровень, 15+) +7 919-166-75-38	Четверг 20:00-21:30 Суббота 20:00-21:30
<b>ул. Детская, 2а</b>	 <b>Вячеслав Лупоносов</b>	День борьбы +7 903-863-77-22	Воскресенье 11:00-13:00

### Правобережный округ

АДРЕС	ОРГАНИЗАТОРЫ	НАПРАВЛЕНИЕ	РАСПИСАНИЕ
<b>Занятия для взрослых (18+)</b>			
<b>Спортивный комплекс «Сокол» ул. Ушинского, 5</b>		Клуб любителей скандинавской ходьбы «ШАГИ К ЗДОРОВЬЮ» + 7 (4742) 48-27-89	Четверг 18:30-19:30 Воскресенье 10:00 -11:00
<b>Стадион «Янтарь» ул. Гранитная, 2А</b>	 <b>Илья Зиянгиров</b>	Футбол +7 919-168-62-27	Воскресенье 09:00 – 10:00
<b>Занятия для людей «серебряного» возраста (55+)</b>			
<b>Физкультурно-оздоровительный комплекс (рядом с СОШ №14) ул. Железнякова, 28А</b>		Суставная гимнастика /оздоровительное плавание +7 (4742) 37-03-58	Среда 14:30-15:30

Физкультурно-оздоровительный комплекс (рядом с СОШ №14) ул. Железнякава, 28А		Оздоровительное плавание +7 (4742) 37-03-58	Вторник Четверг 12:15-13:15
«Парк Свободный сокол» (беседка)		Оздоровительная гимнастика +7 (4742) 23-54-42 +7 (4742) 25-01-45	Понедельник Вторник Среда Четверг Пятница 10:00-11:00
ДК «Сокол» пл. Константиновой, 3		Оздоровительная гимнастика с элементами йоги +7 (4742) 23-54-42 +7 (4742) 25-01-45	Понедельник 09:45-10:45
Верхний парк (у памятника Ленину)		Оздоровительная гимнастика +7-961-034-25-25	Вторник Четверг 09:00-10:00
<b>Занятия для всех возрастных категорий</b>			
Спортивный комплекс «Сокол» ул. Ушинского, 5	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: +7 (4742) 48-27-23	Будни 12:00-14:30 20:00-22:30 Выходные дни 18:00-22:30
		Интерактивное занятие «Что такое ГТО?» (6+) (консультация специалиста) +7 (4742) 48-27-23	Среда 15:00-16:00
Спортивный комплекс «Сокол» ул. Ушинского, 5	 Наталья Высоцкая	Волейбол для всех +7 (4742) 48-17-02 +7 952-591-07-53	<u>14.01.2024</u> <u>28.01.2024</u> 15:30-16:15



### Левобережный округ

АДРЕС	ОРГАНИЗАТОРЫ	НАПРАВЛЕНИЕ	РАСПИСАНИЕ
<b>Занятия для детей и подростков</b>			
ул. Моршанская, 22 (парковая зона)	 Лавров Игорь	Футбол и подвижные игры +7-904-287-68-16 +7 (4742) 43-94-17	Среда Пятница 15:30-17:00
ул. Энергостроителей, 5а (спортивный зал)	 Холодова Оксана	Настольный теннис +7-904-690-25-22 +7 (4742) 43-94-17	Среда 17:00-18:30

## Занятия для людей «серебряного» возраста (55+)

Бассейн «Матырский» ул. Уральская, 5а		Оздоровительное плавание (группа ВОИ)  +7 (4742) 49-41-97	Понедельник Пятница 09:00-12:15
Бассейн «Матырский» ул. Уральская, 5а		Оздоровительное плавание  тел. 1111	Вторник Четверг 14:15-15:15
ул. Энергостроителей, 5а (спортивный зал)	 <b>Любовь Зайцева</b>	Оздоровительная гимнастика  +7-904-687-92-10 +7 (4742) 43-94-17	Пятница 09:30-11:00
парк Metallургов, центральный вход	 <b>Территория Здоровья</b>	Оздоровительная гимнастика  +7-961-034-25-25	Вторник Четверг 09:00-10:00 Среда 10:00-11:00
<b>Занятия для всех возрастных категорий</b>			
пл. Мира, 6а	 <b>Алексей Кафанов</b>	Школа скалолазания «Ескалада»  +7 (920) 534-77-64	Понедельник 17:00-18:00

## Октябрьский округ

АДРЕС	ОРГАНИЗАТОРЫ	НАПРАВЛЕНИЕ	РАСПИСАНИЕ
<b>Занятия для детей и подростков</b>			
ул. Стаханова, 15 (цокольное помещение МБОУ СШ № 42) при хорошей погоде: стадион при школе	 <b>Елена Королева</b>	Беговел  +7-915-550-11-83	Суббота 09:00-10:00
ул. Ильича, 36а (спортивная площадка)	 <b>Алексей Больных</b>	Дворовые виды спорта  +7-980-265-11-72 +7 (4742) 36-70-79	Среда Пятница 15:30-17:00
пр. Победы, 130 (стадион ОУ №70)	 <b>Александр Родионов</b>	Дворовые виды спорта  +7-910-358-94-17 +7 (4742) 41-58-65	Среда Пятница 15:30-17:00
<b>Занятия для взрослых (18+)</b>			

пр. Победы, д. 130 (спортивный зал)	 <b>Екатерина Безнос</b>	Суставная гимнастика +7 929-013-75-40 +7 (4742) 41-58-65	Вторник 09:00-10:30
ул. Стаханова, 10а (тренажерный зал)	 <b>Шараф Маликов</b>	Пауэрлифтинг (силовое троеборье) +7 920-524-52-11	Понедельник Четверг 17:00-18:00
<b>Занятия для людей «серебряного» возраста (55+)</b>			
ул. Теперика, 1 (сквер)		Скандинавская ходьба +7 (4742) 37-03-58	Четверг 10:00-11:00
<b>Физкультурно-оздоровительный комплекс «Пламя»</b> ул. Ильича, 31а (стадион)		«Северная ходьба» +7 (4742) 73-15-40	Понедельник Среда 09:30-10:30
<b>Физкультурно-оздоровительный комплекс «Пламя»</b> ул. Ильича, 31а (бассейн)		Оздоровительное плавание +7 (4742) 73-15-40	Понедельник Среда 10:15-11:00
<b>«Парк Победы»</b> Автодром		Оздоровительная гимнастика +7 (4742) 23-54-42 +7 (4742) 25-01-45	Среда Пятница 08:00-09:00
<b>«Парк Победы»</b>		Цигун +7-961-034-25-25	Понедельник Четверг 10:00-11:00
<b>«Маяк»</b> ул. Волгоградская, 8		Оздоровительная гимнастика +7-961-034-25-25	Вторник Четверг 11:00-12:00
<b>Занятия для всех возрастных категорий</b>			
<b>Физкультурно-оздоровительный комплекс «Пламя»</b> ул. Ильича, 31А (стадион)		Интерактивное занятие «Что такое ГТО?» (6+) (консультация специалиста) +7 (4742) 73-15-40	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	Ежедневно 07:00-21:00