






**Физкультурно-оздоровительный проект  
«Липецк в спорте»**

**РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ  
на МАЙ 2026 года**

АДРЕС	ОРГАНИЗАТОРЫ	НАПРАВЛЕНИЕ	РАСПИСАНИЕ
<b>Занятия для всех возрастных категорий</b>			
<b>МАОУ №59</b> «Перспектива» пр-д Сержанта Кувшинова, 5А (спортивный зал)	 Бабин Александр	Бадминтон +7 915-858-84-08	Понедельник 21:00-22:00
ул. Меркулова 11А (66 лицей)	 Бедоян Владимир	Всестилевое каратэ +7 903 699-58-81	Среда 19:30
<b>МБОУ ДО «ГДЮЦ»</b> ул. Терешковой, 27 (спортивный зал)	 Магерарова Аниса	Йога +7 (4742) 34-87-48	Вторник Четверг 12:30-13:30 Среда Пятница 09:00-10:30
<b>МБОУ ДО «ГДЮЦ»</b> ул. Филипченко, 8/1 (спортивный зал)	 Кутовая Наталья	Оздоровительная гимнастика +7 (4742) 31-01-06	Понедельник Четверг 11:00-12:30
<b>МБОУ ДО «ГДЮЦ»</b> ул. Силикатная, 19А	 Сарафанова Анастасия	Кроссфит +7 (4742) 43-79-29	Вторник Четверг 16:30-18:00
<b>МБОУ ДО «ГДЮЦ»</b> ул. Моршанская, 22	 Игорь Лавров	Кроссфит +7 (4742) 43-94-17	Среда Пятница 15:30-17:00
<b>Мой социальный центр</b> ул. Первомайская, д.86	 Территория Здоровья	Оздоровительная гимнастика с асанами йоги 55-70-01(доб.731)	Среда 9:15-10:50
<b>МБОУ ДО "СШ №1"</b> ул. Циолковского, 31А		Оздоровительная гимнастика +7 (4742) 74-93-67	Суббота 19:00

<p><b>МБОУДО "СШ № 6"</b> пр-д Сиреневый, д.9</p>	 <p>Петров Денис Евгеньевич</p>	<p>Тяжелая атлетика +7-910-358-77-74</p>	<p>Суббота 10:00 <i>9 мая- выходной</i></p>
<p><b>Стадион «Металлург»</b> ул. Первомайская, 59</p>	 <p>Администратор</p>	<p>Доступ для самостоятельных занятий физической культурой и спортом +7 (4742) 77-68-59</p>	<p>Вторник Четверг 16:00-18:00</p>
<p><b>Стадион «Металлург»</b> ул. Первомайская, 59</p>	 <p>Морозова Людмила</p>	<p>Скандинавская ходьба 8-904-218-52-46</p>	<p><i>1,11 мая- выходной</i>  Понедельник Пятница 11:00-12:30</p>
<p><b>Стадион «Металлург»</b> ул. Первомайская, 59 (спортивный зал)</p>	 <p>Агбалян Наталья</p>	<p>Суставная гимнастика 8-904-296-86-22</p>	<p><i>1,11 мая- выходной</i>  Вторник, Четверг 11:00-12:00</p>
<p><b>ФОК «Ссёлки»</b> ул. Сокольская,5А</p>	 <p>Ульмасова Елена</p>	<p>Фитбол-гимнастика +7 (4742) 28-86-15</p>	<p>Вторник 11:00-12:00 Четверг 10:00-11:00</p>
<p><b>МБОУДО "СШ № 8 "Юность""</b> ул. Ударников 13Б</p>	 <p>Вячеслав Лупоносов</p>	<p>День борьбы +7 903-863-77-22</p>	<p>Суббота 9:30-11:30</p>
<p><b>МБОУ ДО "СШ №2"</b> Спортивный комплекс «Сокол» ул. Ушинского, 5</p>	 <p>Наталья Высоцкая</p>	<p>Игровые виды спорта (волейбол, баскетбол) +7 (4742) 48-17-02</p>	<p>17 и 24 мая 15:00-16:15</p>
<p><b>Скалодром Escalada</b> пл. Мира, 6А</p>	 <p>Кафанов Алексей</p>	<p>Школа скалолазания +7 (920) 534-77-64</p>	<p>Понедельник 16:00-17:00</p>

<b>Физкультурно-оздоровительный комплекс «Пламя»</b> ул. Ильича, 31А (стадион)		Интерактивное занятие «Что такое ГТО?» (6+) (консультация специалиста) +7 (4742) 73-15-40	Вторник Четверг  10:00
<b>Физкультурно-оздоровительный комплекс «Пламя»</b> ул. Ильича, 31А		Доступ для самостоятельных занятий физической культурой и спортом и самостоятельной подготовки к выполнению нормативов ВФСК ГТО	
<b>Спортивный комплекс «Сокол»</b> ул. Ушинского, 5	 Сотникова Анна	Информационная рубрика в ВК ГТО #ЛипецкСоколГТО  +7 (4742) 48-27-23	Среда  15:00
<b>Спортивный комплекс «Сокол»</b> ул. Ушинского, 5	 Алферова Светлана	Скандинавская ходьба  +7 (4742) 48-27-89	Четверг 18:30-19:30  Воскресенье 11:00 – 12:00
<b>МБОУДО «СШ №12»</b> ул. Гранитная, 28А	 Зиянгиров Илья	Футбол  +7 919-168-62-27	Воскресенье  9:00 – 10:00
<b>МБОУДО «СШ №12»</b> ул. Гранитная, 28А (стадион)		Самостоятельные занятия бегом	Ежедневно  7:00 – 21:00
<b>МБОУ ДО «ГДЮЦ»</b> ул. Силикатная, 19А	 Сарафанова Анастасия	Тренажерный зал  +7 (4742) 43-79-29	Вторник, четверг  16:30-18:00
<b>МБОУ ДО «ГДЮЦ»</b> ул. Энергостроителей, 5А (спортивный зал)	 Холодова Оксана	Настольный теннис  +7-904-690-25-22 +7 (4742) 43-94-17	Среда  17:00-18:30
<b>МБОУДО "СШ № 7"</b> ул. Стаханова, 15 (цокольное помещение МБОУ СШ № 42) при хорошей погоде: стадион при школе	 Королева Елена	Беговел  +7-915-550-11-83	Суббота 10:00
<b>МАОУДО "СШ № 3 "Лидер""</b> ул. Стаханова, 10А (тренажерный зал)	 Маликов Шараф	Пауэрлифтинг (силовое троеборье)  +7 920-524-52-11	Понедельник Четверг  17:00-18:00

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

<p><b>МБОУ ДО «ГДЮЦ»</b> ул. Энергостроителей, 5А (спортивный зал)</p>	 Любовь Зайцева	<p>Оздоровительная гимнастика +7 (4742) 43-94-17</p>	<p>Пятница 9:30-11:00</p>
<p><b>МБОУ ДО «ГДЮЦ»</b> ул. Энергостроителей, 5А</p>	 Любовь Зайцева	<p>Северная ходьба +7 (4742) 43-94-17</p>	<p>Суббота 9:00-10:30</p>
<p><b>ФОК «Ссёлки»</b> ул. Сокольская, 5А</p>	 Ульмасова Елена	<p>Гимнастика 50+ +7 (4742) 28-86-15</p>	<p>Понедельник Пятница 11:00-12:00</p>
<p><b>Бассейн «Матырский»</b> ул. Уральская, 5А</p>		<p>ВОИ (октябрьский, левобережный, правобережный, советский) Оздоровительное плавание +7 (4742) 49-41-97</p>	<p>До 12 мая понедельник-пятница (согласно списков)  09:00-12:15 <i>*12 мая плановое отключение воды</i></p>
<p><b>Бассейн «Матырский»</b> ул. Уральская, 5А</p>		<p>Оздоровительное плавание +7 (4742) 55 -70-01 Доб. 731 или 846 (Соцзащита, Липецкое долголетие)</p>	<p>До 12 мая Вторник 10.15-11 00 14:15-15:00 Среда 14:15-15:00 Четверг 14:15-15:00 <i>*12 мая плановое отключение воды</i></p>
<p><b>ФОК «Триумф»</b> Железнякова, 28А</p>		<p>Оздоровительное плавание Суставная гимнастика  + 7 (4742) 37-03-58</p>	<p>Занятия приостановлены в связи с плановым отключением горячей воды</p>

<b>ФОК «Триумф»</b> Железнякова, 28А		Оздоровительное плавание  <b>+7 (4742) 55 -70-01</b> <b>Доб. 731 или 846</b> <b>(Соцзащита, Липецкое долголетие)</b>	Занятия приостановлены в связи с плановым отключением горячей воды
<b>Физкультурно-оздоровительный комплекс «Пламя»</b> ул. Ильича, 31А (стадион)		«Северная ходьба»  <b>+7 (4742) 73-15-40</b>	Среда, Понедельник Воскресенье  9:00-10:00
<b>Физкультурно-оздоровительный комплекс «Пламя»</b> ул. Ильича, 31А		Оздоровительное плавание  <b>+7 (4742) 73-15-40</b>	Понедельник-среда 10:00  Четверг 15:00
<b>МБОУ ДО «ГДЮЦ»</b> ул. Стаханова, 28 Б	 Пигасова Ирина	Суставная гимнастика  <b>+7 (4742) 79-86-93</b>	Вторник, четверг  9:30-11:00
Парк Победы		Дыхательная гимнастика  <b>+7 904 284-21-61</b>	Понедельник  12:00
Молодежный парк		Дыхательная гимнастика  Татьяна Орехова <b>+7 904 681-49-41</b>	Ежедневно  18:00
Библиотека семейного чтения Теперика, 1		Гимнастика Цигун  Татьяна Орехова <b>+7 904 681-49-41</b>	Понедельник  9:15
Библиотека семейного чтения Теперика, 1		Тайцзи с веером  Татьяна Орехова <b>+7 904 681-49-41</b>	Среда  9:15
<b>Мой социальный центр</b> ул. Первомайская д.86	 «Липецкое долголетие»	Шахматный клуб «Белая ладья»  <b>55-70-01 (доб.731)</b>	Понедельник  16:00-19:00
<b>ФОК «Рекорд»,</b> ул. Титова, 8Г (рядом с СОШ №46)		Оздоровительное плавание  <b>+7 (4742) 55 -70-01</b> <b>Доб. 731 или 846</b> <b>(Соцзащита, Липецкое долголетие)</b>	Понедельник, среда  10.30-11.15

<p>ДС «Звёздный» (МАОУ ДО № 11, ул. Терешковой, 13, хореографический зал)</p>	 <p>Якунина Раиса инструктор ЛОО «Территория здоровья»</p>	<p>Оздоровительная гимнастика</p> <p>+79969284067</p>	<p>Четверг 12:00 – 13:00</p> <p>Воскресенье 12:00 – 13:00</p>
---	--	---	---