**Городской проект «Сочинское долголетие»**

**в рамках общероссийского проекта «Спорт-норма жизни»**

**Летнее расписание**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Наименование физкультурного занятия** | **Возрастная категория** | **Место проведения** | **Дата и время** | **ФИО, телефон ответственного лица** | **Организатор** |
|  | **ЦЕНТРАЛЬНЫЙ РАЙОН** |
| **1.** | Физкультурные занятия по оздоровительной йоге | от 18 лет и старше | ул. Навагинская, д. 9 (Дом молодежи, танцевальный зал) | Вторник17:00-18:30;18:30-20:00 | Некрылов Андрей Сергеевич, 89183048588 | МБУ ФКиС г. Сочи «ЦСМР»262-26-90 |
| Четверг18:30-20:00 |
| Пятница08:30-10:00 |
| **2.** | Общая физическая подготовка (ОФП) с элементами легкой атлетики | от 18 лет и старше | ул. Парковая, д. 19/4 (стадион МБУ ДО «ДЮСШ №1» г. Сочи) | Понедельник, Среда19:00-21:00 | МезенцеваТатьянаЮрьевна89649409897 | МБУ ФКиСг. Сочи «ЦСМР»262-26-90 |
| **3.** | Физкультурные занятия по оздоровительной йоге | от 18 лет и старше | ул. Егорова, д. 1 (площадка для йоги МУП "Парки отдыха "Ривьера-Сочи") | (если хорошая погода) Понедельник, Среда, Пятница08:00-09:30 | Башкирова Юлия Альбертовна89181079408 | МБУ ФКиС г. Сочи «ЦСМР»262-26-90 |
| ул. Виноградная, д. 2/3 (спортивный зал МБУ ДО СШ № 25 г. Сочи) | (если дождливая погода) Понедельник, Среда, Пятница09:00-10:30 |
| **4.** | Физкультурные занятия по шахматам | от 18 лет и старше | ул. Воровского 58 (МБУ ДО СШ 11) | Вторник, Четверг18:30-21:00 | МайоровВикторДмитриевич89528758024 | МБУ ФКиСг. Сочи «ЦСМР»262-26-90 |
| **5.** | Физкультурные занятия по спортивному ориентированию | от 18 лет и старше | Парки скверы города, лесопарковые зоны города | Вторник, Четверг17:00-19:00 | СмирновСергейВалерьевич89183038147 | МБУ ФКиСг. Сочи «ЦСМР»262-26-90 |
| Суббота10:00-12:00 |
| **6.** | Физкультурные занятия по скандинавской ходьбе | от 18 лет и старше | ул. Чайковского – ул. Конституции (набережная реки Сочи) | Вторник, Четверг09:00-10:30 | БашкироваЮлияАльбертовна89181079408 | МБУ ФКиСг. Сочи «ЦСМР»262-26-90 |
| **7.** | Физкультурные занятия по шахматам | от 18 лет и старше | ул. Егорова 1 (МУП "Парки отдыха "Ривьера-Сочи" арт-ярмарка) | Суббота, Воскресенье12:00-15:00 | Седенко Анатолий Иванович89881472250 | МБУ ФКиСг. Сочи «ЦСМР»262-26-90 |
| **АДЛЕРСКИЙ РАЙОН** |  |  |  |  |  |  |
| **1.** | Физкультурные занятия по боксу | от 18 лет и старше  | микрорайон Блиново, ул. Лесная 7 (зал бокса) | Понедельник, Среда, Пятница09:00-11:00 | Фетцов Алексей Владимирович89181147777 | МБУ ФКиС г. Сочи «ЦСМР»262-26-90 |
| **2.** | Физкультурные занятия по большому теннису | от 18 лет и старше  | ул. Демократическая, 18А (теннисный корт МБУ ДО СШОР № 26 г. Сочи) | Понедельник, Среда, Пятница11:00-13:00 | Чикишев Олег Сергеевич89881446172 | МБУ ФКиС г. Сочи «ЦСМР»262-26-90 |
| **3.** | Физкультурные занятия по конному спорту | от 18 лет и старше  | с. Каштаны, ул. Пашковская 111, конный клуб «Гусар» | Вторник, Пятница10:00-12:00 | Мальсагова Марина Григорьевна89184038283 | МБУ ФКиС г. Сочи «ЦСМР»262-26-90 |
| **4.** | Физкультурные занятия по оздоровительной йоге | от 18 лет и старше  | ул. Просвещения, 104 (пляж «Лазурь») | Вторник, Четверг08:00-09:00 | Чикишева Октябрина Раиловна89881446174 | МБУ ФКиС г. Сочи «ЦСМР»262-26-90 |
| **ЛАЗАРЕВСКИЙ РАЙОН** |
| **1.** | Физкультурные занятия по оздоровительной гимнастике «Цигун» и «Дай-Ши», комплекс самозащиты «ТиТЛО-СПАС» | от 18 лет и старше  | п. Дагомыс (село Волковка), ул. Надежная, 28 | Вторник, Четверг18:00-20:00 | Андрияш Александр Терентьевич,89881853534 | МБУ ФКиС г. Сочи «ЦСМР»262-26-90 |
| п. Дагомыс, Батумское ш., 25/1 (Городской дом культуры поселка Дагомыс) | Среда, Пятница09:00-11:00 |
| **2.** | Физкультурные занятия по оздоровительной гимнастике  | от 18 лет и старше | ул. Павлова д.2 (Лазаревский парк культуры и отдыха) | Понедельник-Пятница07:00-08:00 | Резакова Яна Евгеньевна89180042266 | МБУ ФКиС г. Сочи «ЦСМР»262-26-90 |
| ул. Лазарева, 190 (пляж «Дельфин») | Понедельник-Пятница08:00-09:00 |
| **3.** | Физкультурные занятия по спортивным бальным танцам | от 18 лет и старше | ул. Павлова д.2 (Танцевальный зал "Гармония") | Понедельник, Вторник, Четверг 16:00-18:00 | Прицюк Ольга Евгеньевна89180051445 | МБУ ФКиС г. Сочи «ЦСМР»262-26-90 |
| **4.** | Физкультурные занятия по настольному теннису | от 18 лет и старше | ул. Малышева, 1Ж (УСК "Лазаревский") | Понедельник, Среда, Пятница09:00-13:00;18:00-22:00 | Сысолятин Владимир Анатольевич89229282900 | МБУ ФКиС г. Сочи «ЦСМР»262-26-90 |
| Вторник, Четверг09:00-13:00 |
| Суббота09:00-12:00;14:00-19:00 |
| **5.** | Физкультурные занятия по настольным играм | от 18 лет и старше | ул. Партизанская 20 | Понедельник - Пятница17:00-19:00 | КоблевРуслан Музарбекович89298337408 | МБУ ФКиСг. Сочи «ЦСМР»262-26-90 |
| **КИЧМАЙСКИЙ СЕЛЬСКИЙ ОКРУГ** |
| **1.** | Общая физическая подготовка (ОФП) Физкультурные занятия (волейбол) | Без ограничений | а. Большой Кичмайул. Ачмизова, 102 | Еженедельно:Понедельник, средас 17:30-20:00 | Нибо Кандаур Батырбиевич8(918)305-92-05 | МБУ ФКиСг. Сочи «ЦСМР»262-26-90 |
| **2.** | Общая физическая подготовка (ОФП) Физкультурные занятия (футбол) | Без ограничений | а. Большой Кичмайул. Ачмизова, 102 | Еженедельно:Пятница с 17:30 до 20:00 | Нибо Кандаур Батырбиевич8(918)305-92-05 | МБУ ФКиСг. Сочи «ЦСМР»262-26-90 |
| **КУДЕПСТИНСКИЙ СЕЛЬСКИЙ ОКРУГ** |
| **1.** | Общая физическая подготовка (ОФП) Физкультурные занятия (настольный теннис) | Без ограничений | Село Красная Воляул. Школьная,1 | Еженедельно:Среда, Субботас 10:00-12:00 | Бурдуков Владислав Владиславович8(965)467-06-73 | МБУ ФКиСг. Сочи «ЦСМР»262-26-90 |
| **2.** | Общая физическая подготовка (ОФП). Физкультурные занятия (футбол, волейбол). | Без ограничений | Село Красная Воляул. Школьная,1 | Еженедельно:Пятница, Суббота:18:00-21:00 | Бурдуков Владислав Владиславович8(965)467-06-73 | МБУ ФКиСг. Сочи «ЦСМР»262-26-90 |
| **3.** | Физкультурное занятие среди жителей сельского округа. Общая физическая подготовка (ОФП) | Без ограничений | Село Красная Воляул. Школьная,1 | Еженедельно:Среда, Субботас 8:00-10:00 | Бурдуков Владислав Владиславович8(965)467-06-73 | МБУ ФКиСг. Сочи «ЦСМР»262-26-90 |
| **ВЕРХНЕЛООСКИЙ СЕЛЬСКИЙ ОКРУГ** |
| **1.** | Физкультурное занятие среди жителей сельского округа. Общая физическая подготовка (ОФП) | Без ограничений | Лоо ул. Астраханская 7 (спортивный зал) | Еженедельно: Понедельник, Среда, Пятница с 17:00-20:00 | Махудинова Татьяна Александровна8(918)000-22-48 | МБУ ФКиСг. Сочи «ЦСМР»262-26-90 |
| **КУДЕПСТИНСКИЙ СЕЛЬСКИЙ ОКРУГ (с. Верхнениколаевское)** |
| **1.** | Физкультурное занятие среди жителей сельского округа. Общая физическая подготовка (ОФП) | Без ограничений | Ул. Западный переулок 4 | Еженедельно:Вторник, Четверг17:00-19:00 | Шкурская Светлана Владимировна8(926)597-46-30 | МБУ ФКиСг. Сочи «ЦСМР»262-26-90 |
| **2.** | Физкультурное занятие среди жителей сельского округа. Общая физическая подготовка (ОФП) | Без ограничений | Ул. Кузнечная 46  | Еженедельно:Суббота 17:00-19:00 | Шкурская Светлана Владимировна8(926)597-46-30 | МБУ ФКиСг. Сочи «ЦСМР»262-26-90 |
| **НИЖНЕШИЛОВСКИЙ СЕЛЬСКИЙ ОКРУГ** |
| **1.** | Физкультурное занятие среди жителей сельского округа. Общая физическая подготовка (ОФП) | Без ограничений | ул. Владимирская, 67/1 | Еженедельно:Вторник, Среда:с 17:00-19:00Пятница:16:00-18:00 | Даричев Денис Николаевич8(918)203-34-06 | МБУ ФКиС г. Сочи «ЦСМР»262-26-90 |
| **КИРОВСКИЙ СЕЛЬСКИЙ ОКРУГ** |
| **1.** | Физкультурное занятие среди жителей сельского округа. Общая физическая подготовка (ОФП) | Без ограничений | а. Тхагапш,ул. Ровная,19 | Еженедельно:Понедельник, Среда, Четвергс 17:30-19:30 | Напсо Юрий Казбекович8(963)163-16-44 | МБУ ФКиСг. Сочи «ЦСМР»262-26-90 |
| **ЛЫГОТХСКИЙ СЕЛЬСКИЙ ОКРУГ** |
| **1.** | Физкультурное занятие среди жителей сельского округа. Общая физическая подготовка (ОФП) | Без ограничений | а. Хаджикоул. Асеретх, 12а | Еженедельно:Вторник, Четверг17:30-20:00 | Напсо Рамазан Казбекович8(918)302-02-96 | МБУ ФКиСг. Сочи «ЦСМР»262-26-90 |
| **2.**  | Общая физическая подготовка (ОФП). Физкультурные занятия (футбол) | Без ограничений | Аул Колледж, ул. Адыцгахабль (спортивная площадка) | Еженедельно:Суббота17:30-20:00 | Напсо Рамазан Казбекович8(918)302-02-96 | МБУ ФКиСг. Сочи «ЦСМР»262-26-90 |
| **ВОЛКОВСКИЙ СЕЛЬСКИЙ ОКРУГ**  |
| **1.** | Физкультурное занятие среди жителей сельского округа. ОФП | Без ограничений | ул. Ленинградская 24 | Вторник, Четверг15:00-18:00Суббота15:00-18:00 | Дорохов Вадим Евгеньевич8(901)148-28-28 | МБУ ФКиСг. Сочи «ЦСМР»262-26-90 |
| **РАЗДОЛЬСКИЙ СЕЛЬСКИЙ ОКРУГ** |
| **1.** | Общая физическая подготовка (ОФП). Физкультурные занятия (легкая атлетика) | Без ограничений | СДК с. Прогресс , ул. Юбилейная 48 | ЕженедельноВторник08:00-10:00 | Чудинова Ляйсан Раисовна8(928)454-81-98 | МБУ ФКиСг. Сочи «ЦСМР»262-26-90 |
| **2.** | Физкультурные занятия по спортивным играм (ОФП) | Без ограничений | Спортивная площадка, ул. Юбилейная 46 | ЕженедельноСреда08:00-10:00 | Чудинова Ляйсан Раисовна8(928)454-81-98 | МБУ ФКиСг. Сочи «ЦСМР»262-26-90 |
| **3.** | Общая физическая подготовка (ОФП). Физкультурные занятия.(скандинавская ходьба) | Без ограничений | Набережная реки Мацеста | ЕженедельноЧетверг13:00-14:00 | Чудинова Ляйсан Раисовна8(928)454-81-98 | МБУ ФКиСг. Сочи «ЦСМР»262-26-90 |
| **МОЛДОВСКИЙ СЕЛЬСКИЙ ОКРУГ** |
| **1.** | Общая физическая подготовка (ОФП). Физкультурные занятия. | Без ограничений | Ул. Костромская,(у памятника В.И. Ленина) | Еженедельно:Понедельник, Вторник, Среда:18:00-20:00 | Кокосьян Вениамин Артемович8(928)851-16-46 | МБУ ФКиСг. Сочи «ЦСМР»262-26-90 |
| **СОЛОХАУЛЬСКИЙ СЕЛЬСКИЙ ОКРУГ** |
| **1.** | Общая физическая подготовка (ОФП). Физкультурные занятия. | Без ограничений | ул. 8 марта (спортивная площадка) | Еженедельно:Понедельник, Среда, Пятница17:00-19:00 | Осипов Иван Николаевич8(938)-874-15-94 | МБУ ФКиСг. Сочи «ЦСМР»262-26-90 |