



Расписание занятий в рамках проекта «Активное долголетие в Подмосковье» на декабрь 2024 год

Активность	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
	2, 9, 16, 23, 28	3, 10, 17, 24	4, 11, 18, 25	5, 12, 19, 26	6, 13, 20, 27	7, 14, 21, 28	1, 8, 15, 22, 29
1. Физическая Культура	10:00-12:00 Культура Физическая культура, г. Домодедово Каширское ш., 100а, ГДКиС «Мир»	10:00-12:00 Культура Физическая культура, г. Домодедово Каширское ш., 100а, ГДКиС «Мир»	15.00 -16.00 Физическая культура, Г. Домодедово, Каширское ш., 107 ГПКиО «Ёлочки» (Досуговый центр)	10:00-12:00 Культура Физическая культура, г. Домодедово Каширское ш., 100а, ГДКиС «Мир»	9.00-11.30 Соц.защита Физическая культура (Клуб Энергия) Г. Домодедово. Каширское ш. 107 ГПКиО «Ёлочки»	12.00-14.00 Физическая культура (городки) Г. о. Домодедово, Каширское ш. 107, ГПКиО «Ёлочки»	12.00-14.00 Физическая культура (городки) Г. о. Домодедово, Каширское ш. 107, ГПКиО «Ёлочки»
	15.00 -16.00 Физическая культура, Г. Домодедово, Каширское ш., 107 ГПКиО «Ёлочки» (Досуговый центр)	12:00-13:30 Физическая культура Гор. с-н «Авангард» г. Домодедово, ул. Коммунистическая, д.		12.00-14.00 Физическая культура (городки) Г. о. Домодедово, Каширское ш. 107, ГПКиО «Ёлочки»	10:00-12:00 Физическая культура, г. Домодедово Каширское ш., 100а, ГДКиС «Мир»		
	15:00 Физическая культура ФОК «Фокус» г. Домодедово,			10:30-13:00 Физическая культура, «Повадинский СДК», г.о. Домодедово, с. Вельяминово, Центральная пл., стр.	Физическая культура, ГДК «Дружба», г. Домодедово, мкр. Барыбино, уд. Агрохимиков, стр. 4Б		
	ул. Советская, д. 28 10.30-11.30 Физическая культура СДК «Пахра» Г.о. Домодедово, д. Чурилково, д. 56	Центральная пл., стр. 10 12:00-13:00 Физическая культура ГДК «Южный» г. Домодедово, мкр. Барыбино, ул. Южная, д. 1А		10 15.00 Соцзащита Физическая культура, Г. Домодедово, Каширское ш., 107 ГПКиО «Ёлочки» (Досуговый центр)	12:00-13:30 Спорт Физическая культура Гор. с-н «Авангард» г. Домодедово, ул. Коммунистическая, д. 2		

		15.00 -16.00 Физическая культура, Г. Домодедово, Каширское ш., 107 ГПКиО «Ёлочки» (Досуговый центр) 17.00 Физическая культура Спорт СК «Атлант», г. Домодедово, с. Растуново, ул. Мирная, д. 3		17.00 Физическая культура СК «Атлант», г. Домодедово, с. Растуново, ул. Мирная, д. 3 10.30-11.30 Физическая культура СДК «Пахра» Г.о. Домодедово, д. Чурилково, д. 56	Физическая культура г. Домодедово, ул. Советская, д.8 14.00 Физическая культура, г. Домодедово, ул. Советская, д.8 15:00 Физическая культура ФОК «Фокус» г. Домодедово, ул. Советская, д. 28	
2. Настольный теннис	09:00-14:00 Настольный теннис, г. Домодедово Каширское ш., 100а, ГДКиС «Мир»	09:00-14:00 Настольный теннис, г. Домодедово Каширское ш., 100а, ГДКиС «Мир»	09:00-14:00 Настольный теннис, г. Домодедово Каширское ш., 100а, ГДКиС «Мир»	09:00-12:00 Настольный теннис, г. Домодедово Каширское ш., 100а, ГДКиС «Мир»	09:00-14:00 Настольный теннис, г. Домодедово Каширское ш., 100а, ГДКиС «Мир»	
3. Скандинавская Ходьба		14:00 -15.30 Скандинавская ходьба г. Домодедово, Каширское ш., 107, ГПКиО «Ёлочки»	14:00- 15.30 Скандинавская ходьба г. Домодедово, Каширское ш., 107, ГПКиО «Ёлочки»			
4. Йога		9.00-10.00 Йога Г. Домодедово, ул. Советская, д.28, ФОК «Фокус»		9.00-10.00 Йога Г. Домодедово, ул. Советская, д.28, ФОК «Фокус»		
5. Дыхательная гимнастика	14:00 Дыхательная гимнастика г. Домодедово, Каширское ш., 107, ГПКиО «Ёлочки» (Досуговый центр)			14:00 Дыхательная гимнастика г. Домодедово, Каширское ш., 107, ГПКиО «Ёлочки» (Досуговый центр)		

		T		Torres	T	<u> </u>
6. Творчество	11:00-13.00	14:00 -15.00	15:00 -16.00	11:00		
	Творчество «Подмосковный СДК»	Творчество	Творчество	Творчество		
	«подмосковный СДК» Пос. сан.	(рисование) «КЦСОР	(шитьё) «КЦСОР	(рисование) ГПКиО «Ёлочки»,		
	пос. сан. «Подмосковье», 9	«КЦСОР «Домодедовский»	«КЦСОР «Домодедовский»	г. Домодедово,		
	WHOAMUCRUBBEN, 7	г. Домодедовскии»	кудомодедовский»	Каширское ш., 107		
	14:00 – 15.00	ул. Советская, д. 8	ул. Советская, д. 8	Tumpense mi, 10.		
	Творчество					
	(рисование)					
	«КЦСОР	15:00 - 16.00	17:00-18:00	14.00		
	«Домодедовский»	Творчество	Творчество	Творчество (смола)		
	г. Домодедово,	(рисование)	(рисование)	«КЦСОР		
	ул. Советская, д. 8	«КЦСОР	СДК «Русь»,	«Домодедовский»,		
	15:00 – 16.00	«Домодедовский»	г.о. Домодедово,	г. Домодедово,		
	Творчество	г. Домодедово, ул. Советская, д. 8	с. Красный Путь, ул. Центральная, стр. 2	ул. Советская, д. 8		
	(рисование)	учи Советскай, д. о	Leniparinan, cip. 2			
	«КЦСОР	16:00 – 17.00		15.00		
	«Домодедовский»	Творчество		Творчество (смола)		
	г. Домодедово,	(рисование)		«КЦСОР		
	ул. Советская, д. 8	«КЦСОР		«Домодедовский»,		
		«Домодедовский» г. Домодедово,		г. Домодедово, ул. Советская, д. 8		
	16:00 – 17.00					
	Творчество	ул. Советская, д. 8				
	(рисование) «КЦСОР	14:30 -15.30				
	«КЦСОГ «Домодедовский»	Творчество				
	г. Домодедовский	(вязание)				
	ул. Советская, д. 8	«КЦСОР				
		«Домодедовский»				
	17:00-19:00	г. Домодедово,				
	Творчество	ул. Советская, д. 8				
	(прикладное)	1600 1000	_			
	Библиотека	16.00-18.00				
	им. А. Ахматовой	Творчество				
	г. Домодедово, ул. Коломийца, д.9	Библиотека им. А. Ахматовой				
	Join Hostowinian 4.7	г. Домодедово,				
	17:00-18:00	ул. Коломийца, д.9				
	Творчество					
	(рисование)					
	СДК «Русь»,					
	г.о. Домодедово,					
	с. Красный Путь, ул.					
	Центральная, стр. 2					
	C14.00-17.00					
	(24.12.2024)					
	Творчество					
	ГДК «Южный»					
	г. Домодедово, мкр.					
	Барыбино, ул. Южная,					
	д.1а					

7.Танцы	9:00-11:00 Танцы («Дролечки») Парк «Ёлочки» Г. Домодедово, Каширское ш., 107	9:00-10:00 Танцы СК «Атлант», г. Домодедово, с. Растуново, ул. Мирная, д. 3	11:00-12:00 Танцы ГДКиС «Мир», г. Домодедово Каширское ш., 100а	9:00-11:00 Танцы («Дролечки») Парк «Ёлочки» Г. Домодедово, Каширское ш., 107	19:30-22:00 Танцы «ГДК Авиатор» Г.Домодедово мкр. Авиационый пл. Гагарина д. 1А	13:00-15:00 Соцзащита Ретро-танцы г. Домодедово, Каширское ш., 107, ГПКиО «Ёлочки»
	11:00-12:00 Танцы ГДКиС «Мир», г. Домодедово Каширское ш., 100а	19:30-22:00 Танцы «ГДК Авиатор» Г.Домодедово мкр. Авиационый пл. Гагарина д. 1A		12:00-13:00 Танцы ГДКиС «Мир», г. Домодедово Каширское ш., 100а		
8.Компьютерная грамотность	12:00-13:00 Компьютерная грамотность ГДК «Южный» г. Домодедово, мкр. Барыбино, ул. Южная, д. 1А	09.00-10.00 Компьютерная грамотность Городская библиотека №2, г. Домодедово, мкр. Востряково, ул. Луговая, стр. 1а		11:00-13.00 Компьютерная грамотность ЦБ им.А.Ахматовой, г. Домодедово, ул. Коломийца, д.9		
		11:00 -13.00 Компьютерная грамотность ЦБ им.А.Ахматовой, г. Домодедово, ул. Коломийца, д.9				
		11.00-12.00 Компьютерная грамотность Городская библиотека- филиал №35, г. Домодедово, мкр. Авиационный, пл. Гагарина, стр. 1				

.Пение	17:00-20:00	14:00-16:00	14:00-16:00	13:00-15:00	13:30-15:00	
пение	Пение	Пение	Пение	Пение	Пение	
	«Константиновский	ГДКиС «Мир»	г. Домодедово	СДК «Заря», с.	«Востряковский ГДК»	
	СДК»	Г. Домодедово,	Каширское ш., 100а,	Растуново, ул. Заря,	Г. Домодедово,	
			Каширское ш., 100а, ГДКиС «Мир»		мкрн. Востряково, ул.	
	г. Домодедово,	Каширское ш., 100а	1 ДКиС «Мир»	стр. 33		
	п. ПГЗ				Луговая, стр.1а	
	«Константиново»,	12 20 17 00	11.20.15.00	44.00.46.00	10.00.20.20	
	ул. Гагарина, д.1А	13:30-15:00	14:30-16:00	14:00-16:00	18:00-20:30	
		Пение	Пение	Пение	Пение	
		«Востряковский ГДК»	СДК «Барыбино»,	ГДКиС «Мир»	«Белостолбовский	
	17:00-20:00	Г. Домодедово,	г.о. Домодедово,	Г. Домодедово,	ГДК»	
	Пение	мкрн. Востряково, ул.	д. Гальчино, ул. 60-	Каширское ш., 100а	Г. Домодедово, мкрн.	
	«Павловский СДК»	Луговая, стр.1а	летия СССР, д.1		Белые Столбы,	
	г.о. Домодедово,				ул. Авенариуса. д. 1а	
	д. Павловское,			16:00- 18.00		
	ул. Вокзальная, д.18,	13.00 – 16.00		Пение		
		Пение (клуб «Веста»)		(Споемте, друзья)		
		ГПКиО «Ёлочки»,		Центральная		
	18:00-21:00	г. Домодедово		библиотека им.		
	Пение	Каширское ш., 107,		А. Ахматовой,		
	СДК «Русь»	Досуговый центр		г. Домодедово, ул.		
		досуговый центр		Коломийца, д. 9		
г.о. Домодедово, с. Красный Путь, ул. Центральная, стр.				коломиица, д. 9		
		19.00.20.00				
	центральная, стр.	18.00-20.00		17.00.20.00		
	10.00.10.20	Пение		17:00-20:00		
	18:00-19:30	ГДК «Южный»,		Пение		
	Пение	г. Домодедово. мкрн.		«Константиновский		
	«Повадинский СДК»,	«Барыбино», ул.		СДК»		
	г.о. Домодедово, с.	Южная. д. 1А		г. Домодедово,		
	Вельяминово,			п. ПГЗ		
	Центральная пл., стр.			«Константиново»,		
	10	18:00-20:30		ул. Гагарина, д.1А		
		Пение				
		«Белостолбовский				
	19:00-21:00	ГДК»		17:00-20:00		
	Пение	Г. Домодедово, мкрн.		Пение		
	«ГДК «Дружба»	Белые Столбы,		«Павловский СДК»		
	г. Домодедово,	ул. Авенариуса. д. 1а		г.о. Домодедово,		
	мкрн. Барыбино	у		д. Павловское,		
	ул. Агрохимиков 4Б	17:00-19:00		ул. Вокзальная, д.18,		
	jan in pomisimos is	Пение		you bousing and, gero,		
		СДК «Заря», с.		18.00-20.00		
		Растуново, ул. Заря,		1		
		стр. 33		Пение		
				ГДК «Южный»,		
				г. Домодедово. мкрн.		
				«Барыбино», ул.		
				Южная. д. 1А		

			18:00-19:30 Пение «Повадинский СДК», г.о. Домодедово, с. Вельяминово, Центральная пл., стр. 10 19:00-21:00 Пение «ГДК «Дружба» г. Домодедово, мкрн. Барыбино ул. Агрохимиков 4Б		
10. История и искусство	С 11.00-12.00 История и искусство Клуб «Созвездие» Г. Домодедово, Каширское ш., 107 ГПКиО «Ёлочки» (Досуговый центр)	С 13.00-14.00 История и искусство Г. Домодедово, ул. Советская .д.8,			
11. Театральная мастерская		12:00-14:00 Театральная мастерская ГДКиС «Мир» Г. Домодедово, Каширское ш., 100а	12:00-14:00 Театральная мастерская ГДКиС «Мир» Г. Домодедово, Каширское ш., 100а 15:00 — 16.00 Театральная мастерская «КЦСОР «Домодедовский» г. Домодедово, ул. Советская, д. 8 16:00 — 17.00 Театральная мастерская «КЦСОР «Домодедовский» г. Домодедовский» г. Домодедовский» г. Домодедовский» г. Домодедовский» г. Домодедово, ул. Советская, д. 8		
12. Настольные					

					15:00-18:00		
игры					Настольные игры		
					ГДК «Южный»		
					г. Домодедово, мкр.		
					Барыбино, ул.		
					Южная, д. 1А		
10 10 9	14.00-15.00	8.00- 9.00	8.00- 9.00	8.00- 9.00	8.00- 9.00	9:00- 10:00	8:00- 9:00
13. Бассейн	Посещение бассейна	Посещение бассейна	Посещение бассейна	Посещение бассейна	Посещение бассейна	Посещение	Посещение
	ФОК "Фокус"	СК «Атлант»	СК «Атлант»	СК «Атлант»	СК «Атлант»	бассейна	бассейна
	г. Домодедово, ул.	Г. Домодедово,	Г. Домодедово,	Г. Домодедово,	Г. Домодедово,	ФОК "Фокус"	ФОК "Фокус"
	Советская, д. 28	Растуново, ул. Мирная	Растуново, ул. Мирная	Растуново, ул. Мирная	Растуново, ул. Мирная	г. Домодедово,	г. Домодедово,
		д.3	д.3	д.3	д.3	ул. Советская, д.	ул. Советская, д. 28
						28	
			8:00- 9:00	8:00- 9:00	9:00- 10:00		
			Посещение бассейна ФОК "Фокус"	Посещение бассейна ФОК "Фокус"	Посещение бассейна ФОК "Фокус"		
			г. Домодедово, ул.	г. Домодедово,	г. Домодедово,		
			Советская, д. 28	ул. Советская, д. 28	ул. Советская, д. 28		
				J 2.22.2, A. 2.2			
			0.00.10.00		11:00-13:00		
			9:00-10:00 Посещение бассейна		Посещение бассейна СК «Атлант»		
			ФОК "Фокус"		Г. Домодедово,		
			г. Домодедово,		Растуново, ул. Мирная		
			ул. Советская, д. 28		д.3		
			14.00-15.00				
			Посещение бассейна				
			ФОК "Фокус"				
			г. Домодедово, ул.				
			Советская, д. 28				
14. Умная			11:00-13.00	11:00-12.00	11:00-13.00		
платежка			Умная платежка	Умная платежка	Умная платежка		
IIJIA I UMNA			Библиотека	Городская библиотека-	Библиотека		
			им. А. Ахматовой	филиал № 35,	им. А. Ахматовой		
			г. Домодедово, ул. Коломийца, д.9	г. Домодедово, мкр. Авиационный, пл.	г. Домодедово, ул. Коломийца, д.9		
			уль коломиица, д.у	Гагарина, стр. 1	ул. коломинца, д.у		
				12.00			
				Умная платежка			
				Константиновская			
				сельская библиотека- филиал №34, г.			
				Домодедово, пос. ГПЗ			
	1		1	домодедово, пос. 1 113	<u> </u>	1	

			«Константиново», ул. Гагарина, стр. 1а		
15. Красота и здоровье				11.00 Студия дефиле г. Домодедово Каширское ш., 100а, ГДКиС «Мир»	
16. Музыка		10.00-12.00 Музыка (класс гитары) г. Домодедово Каширское ш., 100а, ГДКиС «Мир»			
17. Волейбол			11:00 Волейбол СК «Авангард» г. Домодедово, Коммунистическая, д.2		
18. Петанк					
19. Катание на коньках					
20. Мини-футбол		11:00-13.00 Мини-футбол СК «Авангард», г. Домодедово, Коммунистическая, д.2			
21. Иностранный язык		10.00-11.00 Иностранный язык (испанский яз.) г. Домодедово Каширское ш., 100а, ГДКиС «Мир»			
22. Психология		С 13.00-14.00 Психология Г. Домодедово, ул. Советская .д.8,			

Телефон для справок: 8(496)793-52-01