

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

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

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

6. Творчество

11:00-13.00
Творчество
«Подмосковный СДК»
Пос. сан.
«Подмосковье», 9

14:00 – 15.00
Творчество
(рисование)
«КЦСОР
«Домодедовский»
г. Домодедово,
ул. Советская, д. 8

15:00 – 16.00
Творчество
(рисование)
«КЦСОР
«Домодедовский»
г. Домодедово,
ул. Советская, д. 8

16:00 – 17.00
Творчество
(рисование)
«КЦСОР
«Домодедовский»
г. Домодедово,
ул. Советская, д. 8

17:00-19:00
Творчество
(прикладное)
Библиотека
им. А. Ахматовой
г. Домодедово,
ул. Коломийца, д.9

17:00-18:00
Творчество
(рисование)
СДК «Русь»,
г.о. Домодедово,
с. Красный Путь, ул.
Центральная, стр. 2

С14.00-17.00
(24.12.2024)
Творчество
ГДК «Южный»
г. Домодедово, мкр.
Барыбино, ул. Южная,
д.1а

14:00 -15.00
Творчество
(рисование)
«КЦСОР
«Домодедовский»
г. Домодедово,
ул. Советская, д. 8

15:00 – 16.00
Творчество
(рисование)
«КЦСОР
«Домодедовский»
г. Домодедово,
ул. Советская, д. 8

16:00 – 17.00
Творчество
(рисование)
«КЦСОР
«Домодедовский»
г. Домодедово,
ул. Советская, д. 8

14:30 -15.30
Творчество
(вязание)
«КЦСОР
«Домодедовский»
г. Домодедово,
ул. Советская, д. 8

16.00-18.00
Творчество
Библиотека
им. А. Ахматовой
г. Домодедово,
ул. Коломийца, д.9

15:00 -16.00
Творчество
(шитьё)
«КЦСОР
«Домодедовский»
г. Домодедово,
ул. Советская, д. 8

17:00-18:00
Творчество
(рисование)
СДК «Русь»,
г.о. Домодедово,
с. Красный Путь, ул.
Центральная, стр. 2

11:00
Творчество
(рисование)
ГПКиО «Ёлочки»,
г. Домодедово,
Каширское ш., 107

14.00
Творчество (смола)
«КЦСОР
«Домодедовский»,
г. Домодедово,
ул. Советская, д. 8

15.00
Творчество (смола)
«КЦСОР
«Домодедовский»,
г. Домодедово,
ул. Советская, д. 8

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

<p>9.Пение</p>	<p>17:00-20:00 Пение «Константиновский СДК» г. Домодедово, п. ПГЗ «Константиново», ул. Гагарина, д.1А</p> <hr/> <p>17:00-20:00 Пение «Павловский СДК» г.о. Домодедово, д. Павловское, ул. Вокзальная, д.18,</p> <hr/> <p>18:00-21:00 Пение СДК «Русь» г.о. Домодедово, с. Красный Путь, ул. Центральная, стр.</p> <hr/> <p>18:00-19:30 Пение «Повадинский СДК», г.о. Домодедово, с. Вельяминово, Центральная пл., стр. 10</p> <hr/> <p>19:00-21:00 Пение «ГДК «Дружба» г. Домодедово, мкрн. Барыбино ул. Агрохимиков 4Б</p>	<p>14:00-16:00 Пение ГДКиС «Мир» Г. Домодедово, Каширское ш., 100а</p> <hr/> <p>13:30-15:00 Пение «Востряковский ГДК» Г. Домодедово, мкрн. Востряково, ул. Луговая, стр.1а</p> <hr/> <p>13.00 – 16.00 Пение (клуб «Веста») ГПКиО «Ёлочки», г. Домодедово Каширское ш., 107, Досуговый центр</p> <hr/> <p>18.00-20.00 Пение ГДК «Южный», г. Домодедово. мкрн. «Барыбино», ул. Южная. д. 1А</p> <hr/> <p>18:00-20:30 Пение «Белостолбовский ГДК» Г. Домодедово, мкрн. Белые Столбы, ул. Авенариуса. д. 1а</p> <hr/> <p>17:00-19:00 Пение СДК «Заря», с. Растуново, ул. Заря, стр. 33</p>	<p>14:00-16:00 Пение г. Домодедово Каширское ш., 100а, ГДКиС «Мир»</p> <hr/> <p>14:30-16:00 Пение СДК «Барыбино», г.о. Домодедово, д. Гальчино, ул. 60- летия СССР, д.1</p>	<p>13:00-15:00 Пение СДК «Заря», с. Растуново, ул. Заря, стр. 33</p> <hr/> <p>14:00-16:00 Пение ГДКиС «Мир» Г. Домодедово, Каширское ш., 100а</p> <hr/> <p>16:00- 18.00 Пение (Споемте, друзья) Центральная библиотека им. А. Ахматовой, г. Домодедово, ул. Коломийца, д. 9</p> <hr/> <p>17:00-20:00 Пение «Константиновский СДК» г. Домодедово, п. ПГЗ «Константиново», ул. Гагарина, д.1А</p> <hr/> <p>17:00-20:00 Пение «Павловский СДК» г.о. Домодедово, д. Павловское, ул. Вокзальная, д.18,</p> <hr/> <p>18.00-20.00 Пение ГДК «Южный», г. Домодедово. мкрн. «Барыбино», ул. Южная. д. 1А</p>	<p>13:30-15:00 Пение «Востряковский ГДК» Г. Домодедово, мкрн. Востряково, ул. Луговая, стр.1а</p> <hr/> <p>18:00-20:30 Пение «Белостолбовский ГДК» Г. Домодедово, мкрн. Белые Столбы, ул. Авенариуса. д. 1а</p>		
-----------------------	--	--	---	---	---	--	--

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

игры					15:00-18:00 Настольные игры ГДК «Южный» г. Домодедово, мкр. Барыбино, ул. Южная, д. 1А		
13. Бассейн	14.00-15.00 Посещение бассейна ФОК "Фокус" г. Домодедово, ул. Советская, д. 28	8.00- 9.00 Посещение бассейна СК «Атлант» Г. Домодедово, Растуново, ул. Мирная д.3	8.00- 9.00 Посещение бассейна СК «Атлант» Г. Домодедово, Растуново, ул. Мирная д.3 8:00- 9:00 Посещение бассейна ФОК "Фокус" г. Домодедово, ул. Советская, д. 28 9:00-10:00 Посещение бассейна ФОК "Фокус" г. Домодедово, ул. Советская, д. 28 14.00-15.00 Посещение бассейна ФОК "Фокус" г. Домодедово, ул. Советская, д. 28	8.00- 9.00 Посещение бассейна СК «Атлант» Г. Домодедово, Растуново, ул. Мирная д.3 8:00- 9:00 Посещение бассейна ФОК "Фокус" г. Домодедово, ул. Советская, д. 28	8.00- 9.00 Посещение бассейна СК «Атлант» Г. Домодедово, Растуново, ул. Мирная д.3 9:00- 10:00 Посещение бассейна ФОК "Фокус" г. Домодедово, ул. Советская, д. 28 11:00-13:00 Посещение бассейна СК «Атлант» Г. Домодедово, Растуново, ул. Мирная д.3	9:00- 10:00 Посещение бассейна ФОК "Фокус" г. Домодедово, ул. Советская, д. 28	8:00- 9:00 Посещение бассейна ФОК "Фокус" г. Домодедово, ул. Советская, д. 28
14. Умная платежка			11:00-13.00 Умная платежка Библиотека им. А. Ахматовой г. Домодедово, ул. Коломийца, д.9	11:00-12.00 Умная платежка Городская библиотека- филиал № 35, г. Домодедово, мкр. Авиационный, пл. Гагарина, стр. 1 12.00 Умная платежка Константиновская сельская библиотека- филиал №34, г. Домодедово, пос. ГПЗ	11:00-13.00 Умная платежка Библиотека им. А. Ахматовой г. Домодедово, ул. Коломийца, д.9		

				«Константиново», ул. Гагарина, стр. 1а			
15. Красота и здоровье					<i>11.00 Студия дефиле г. Домодедово Каширское ш., 100а, ГДКиС «Мир»</i>		
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