

Расписание
занятий в рамках проекта
«Активное долголетие в Подмосковье»

Активность	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
1. Физическая культура	<p>10:00 Физическая культура настольный теннис) МБУ СШ "Олимп" г. Домодедово, ул. Зеленая, д. 72А</p> <hr/> <p>12:00 Физическая культура МБУ СШ "Олимп" г. Домодедово, ул. Зеленая, д. 72А</p> <hr/> <p>13:00 Физическая культура МБУ СШ "Олимп" г. Домодедово, ул. Зеленая, д. 72А</p> <hr/> <p>15:00 Физическая культура ул. Советская, Д. 28. («ФОК Фокус»)</p> <hr/> <p>18:00 Физическая Культура ГУ «Авангард» г. Домодедово ул. Коммунистическая д.2</p>	<p>14:30 Физическая культура Гор. с-н «Авангард» г. Домодедово ул. Коммунистическая д.2</p> <hr/> <p>17:00 Физическая Культура СК "Атлант" г. Домодедово с. Рагуново, ул. Мирная д. 3</p>	<p>10:00 Физическая культура (настольный теннис) МБУ СШ "Олимп" Г. Домодедово, ул. Зеленая, д. 72А</p> <hr/> <p>12:00 Физическая культура МБУ СШ "Олимп" г. Домодедово, ул. Зеленая, д. 72А</p> <hr/> <p>13:00 Физическая культура МБУ СШ "Олимп" г. Домодедово, ул. Зеленая, д. 72А</p> <hr/> <p>18:00 Физическая Культура ГУ «Авангард» г. Домодедово ул. Коммунистическая д.2</p>	<p>9:00 Физическая культура ГПКиО «Ёлочки» г. Домодедово, Каширское шоссе д.107 Клуб «Энергия»</p> <hr/> <p>17:00 Физическая культура СК "Атлант" г. Домодедово с. Рагуново, ул. Мирная д. 3</p>	<p>10:00 Физическая культура (настольный теннис) МБУ СШ "Олимп" г. Домодедово, ул. Зеленая, д. 72А</p> <hr/> <p>14:30 Физическая Культура Гор. с-н «Авангард» г. Домодедово ул. Коммунистическая д.2</p> <hr/> <p>15:00 Физическая культура (ул. Советская, д. 28. («ФОК Фокус»)</p> <hr/> <p>18:00 Физическая культура ГУ «Авангард» г. Домодедово ул. Коммунистическая д.2</p>	<p>14:00 Физическая культура г. Домодедово Каширское ш.107 ГПКиО «Ёлочки»</p>	

Активность	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
2. Скандинавская ходьба	14:00 Скандинавская ходьба «Константиновский СДК» г. Домодедово, ул. Гагарина д.1А	9:00 Скандинавская ходьба (Парк «Городской лес») г. Домодедово Клуб «Энергия» <hr/> 10:15 Скандинавская ходьба «Шаховский СДК» г.о. Домодедово, Красный Путь ул.Гвардейская стр.25	14:00 Скандинавская ходьба «Константиновский СДК» г. Домодедово, ул. Гагарина д.1А		9:00 Скандинавская ходьба (Парк «Городской лес») г. Домодедово Клуб «Энергия» <hr/> 10:15 Скандинавская ходьба «Шаховский СДК» г.о. Домодедово, Красный Путь ул.Гвардейская стр.25		
3. Йога	9:00 Йога «Константиновский СДК» г. Домодедово, ул. Гагарина д.1А	9:00 Йога ФОК «Фокус» г.Домодедово ул.Советская 28	12:00 Йога «Константиновский СДК» г. Домодедово, ул. Гагарина д.1А	9:00 Йога ФОК «Фокус» г.Домодедово ул.Советская 28	9:00 Йога «Константиновский СДК» г. Домодедово, ул. Гагарина д.1А		
4. Дыхательная гимнастика		12:00 Дыхательная гимнастика «Константиновский СДК» г. Домодедово, ул. Гагарина д.1А	13:00 Дыхательная гимнастика «Константиновский СДК» г. Домодедово, ул. Гагарина д.1А	14:00 Дыхательная гимнастика «Константиновский СДК» г. Домодедово, ул. Гагарина д.1А			

Активность	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
5.Творчество	<p>11:00 Творчество (рисование) «Константиновский СДК» г. Домодедово, ул. Гагарина д.1А</p> <hr/> <p>13:00 Творчество (прикладное) «Константиновский СДК» г. Домодедово, ул. Гагарина д.1А</p>	<p>12:00 Творчество (рисование) Центральная библиотека им.А.Ахматовой г. Домодедово, ул. Коломийца д.9</p> <hr/> <p>16:00 Творчество (рисование) «Шаховский СДК» г.о. Домодедово, Красный Путь ул. Гвардейская 21</p> <hr/> <p>17:30 Творчество Центральная библиотека им.А.Ахматовой г. Домодедово ул. Коломийца д.9</p>	<p>9:00 Творчество (д/пр.) «Подмосковный СДК» г.о. Домодедово, с. Санаторий Подмосковье д.9</p> <hr/> <p>14:00 Творчество (рисование) «Константиновский СДК» г. Домодедово, ул. Гагарина д.1А</p>	<p>16:00 Творчество (рисование) «Шаховский СДК» г.о. Домодедово, Красный Путь ул. Гвардейская 21</p>			
6.Танцы		<p>9:00 Танцы СК "Атлант" г. Домодедово, с.Растуново, ул. Мирная д. 3</p> <hr/> <p>12:00 Танцы «Константиновский СДК» танцевальный клуб «Дружба» г. Домодедово, ул. Гагарина д.1А</p> <hr/> <p>19:15 Танцы «ГДК Авиатор» Г.Домодедово мкр. Авиационный пл.Гагарина д. 1А</p>			<p>19:15 Танцы «ГДК Авиатор» г. Домодедово мкр. Авиационный пл.Гагарина д.1</p>		<p>15:00 Ретро-танцы г. Домодедово Каширское ш.107 ГПКиО «Ёлочки» (Досуговый Центр)</p>

Активность	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
7.Компьютерная грамотность		<p>11:00 Компьютерная грамотность ЦБ им.А.Ахматовой г. Домодедово, ул. Коломийца д.9</p> <hr/> <p>11:00 Компьютерная грамотность ГПКиО «Ёлочки» (Досуговый Центр г. Домодедово Каширское ш.107 (Библиотека №33)</p> <hr/> <p>12:00 Компьютерная грамотность «Шаховский СДК» г.о. Домодедово, Красный Путь ул.Гвардейская стр.25</p>		<p>11:00 Компьютерная грамотность ЦБ им.А.Ахматовой г. Домодедово, ул. Коломийца д.9</p> <hr/> <p>11:00 Компьютерная грамотность ГПКиО «Ёлочки» (Досуговый Центр г. Домодедово Каширское ш.107 (Библиотека №33)</p> <hr/> <p>12:00 Компьютерная грамотность «Шаховский СДК» г.о. Домодедово, Красный Путь ул.Гвардейская стр.25</p>	<p>12:00 Компьютерная грамотность «Шаховский СДК» г.о. Домодедово, Красный Путь ул.Гвардейская стр.25</p>		

Активность	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
8.Пение	<p>17:00 Пение «Востряковский ГДК» Г. Домодедово, мкрн. Востряково, ул. Луговая, стр.1а</p> <hr/> <p>17:00 Пение «Павловский СДК» г.о. Домодедово, д. Павловское, ул. Вокзальная, д.18,</p> <hr/> <p>18:00 Пение Филиал «Константиновский СДК» г. Домодедово, ул. Гагарина д.1А</p>	<p>18:30 Пение «Повадинский СДК» г. Домодедово, с. Вельяминово Центральная пл.10</p> <hr/> <p>18:00 Пение ГДК «Южный» г. Домодедово, мкрн. Барыбино, Ул. Южная д.1а</p> <hr/> <p>19:00 Пение «Хор русской песни» «СДК «Заря» г.о. Домодедово, с. Растуново, ул. Заря стр.33</p>	<p>14:00 Пение «Константиновский СДК» г. Домодедово, ул. Гагарина д.1А</p> <hr/> <p>14:00 Пение г.Домодедово Каширское ш.107 ГПКиО «Ёлочки» (Досуговый Центр)</p> <hr/> <p>16:00 Пение «Константиновский СДК» г. Домодедово, ул. Гагарина д.1А</p> <hr/> <p>17:00 Пение «Востряковский ГДК» Г. Домодедово, мкрн. Востряково, ул. Луговая, стр.1а</p> <hr/> <p>18:00 Пение «Белостолбовский ГДК» г. Домодедово, мкрн. Белые Столбы, ул. Авенариуса д. 1а</p> <hr/> <p>18:15 Пение Филиал СДК «Пахра» г.о. Домодедово, д. Чурилково ул. Чурилково, 5Б,</p>	<p>13:00 Пение «Константиновский СДК» г. Домодедово, ул. Гагарина д.1А</p> <hr/> <p>17:00 Пение «Павловский СДК» г.о. Домодедово, д. Павловское, ул. Вокзальная, д.18,</p> <hr/> <p>18:00 Пение Филиал «Константиновский СДК» г. Домодедово, ул. Гагарина д.1А</p> <hr/> <p>18:00 Пение ГДК «Южный» г. Домодедово, мкрн. Барыбино, Ул. Южная д.1а</p> <hr/> <p>18:30 Пение «Повадинский СДК» г. Домодедово, с. Вельяминово Центральная пл.10</p>	<p>14:00 Пение «Константиновский СДК» г. Домодедово, ул. Гагарина д.1А</p> <hr/> <p>18:00 Пение «Белостолбовский ГДК» г. Домодедово, мкрн. Белые Столбы, ул. Авенариуса д. 1а</p> <hr/> <p>18:30 Пение СДК «Русь» с.Красный Путь ул. Центральная стр.2</p> <hr/> <p>19:00 Пение «Хор русской песни» «СДК «Заря» г.о. Домодедово, с. Растуново, ул. Заря стр.33</p> <hr/> <p>19:00 Пение Ансамбль современной песни «СДК «Заря» г.о. Домодедово, с. Растуново, ул. Заря стр.33</p>	<p>14:00 Пение г.Домодедово Каширское ш.107 ГПКиО «Ёлочки» (Досуговый Центр)</p> <hr/> <p>16:00 Пение Филиал СДК «Пахра» г.о. Домодедово, д. Чурилково ул. Чурилково, 5Б,</p>	

			<p>18:30 Пение СДК «Русь» с.Красный Путь ул. Центральная стр.2</p> <hr/> <p>19:00 Пение Ансамбль современной песни «СДК «Заря» г.о. Домодедово, с. Растуново, ул. Заря стр.33</p>				
Активность	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
9. Бассейн		<p>8:00-9:00 Посещение Бассейна СК "Атлант" г. Домодедово с. Растуново, ул. Мирная д. 3</p>	<p>8:00-9:00 Посещение Бассейна СК "Атлант" г. Домодедово с. Растуново, ул. Мирная д. 3</p> <hr/> <p>8:00- 9:00 Посещение Бассейна ФОК "Фокус" г. Домодедово, ул. Советская, д. 28</p> <hr/> <p>9:00-10:00 Посещение Бассейна ФОК "Фокус" г. Домодедово, ул. Советская, д. 28</p>	<p>8:00-9:00 Посещение Бассейна СК "Атлант" г. Домодедово с. Растуново, ул. Мирная д. 3</p> <hr/> <p>8:00- 9:00 Посещение Бассейна ФОК "Фокус" г. Домодедово, ул. Советская, д. 28</p>	<p>8:00-9:00 Посещение Бассейна СК "Атлант" г. Домодедово с. Растуново, ул. Мирная д. 3</p> <hr/> <p>9:00- 10:00 Посещение Бассейна ФОК "Фокус" г. Домодедово, ул. Советская, д. 28</p>	<p>9:00- 10:00 Посещение Бассейна ФОК "Фокус" г. Домодедово, ул. Советская, д. 28</p>	

С расписанием занятий можно ознакомиться в мобильном приложении

«Соцуслуги» в разделе «Активное долголетие».

в инстаграме [kcsor_domodedovskii](#); на YouTube канале **КЦСОР Домодедовский**; в ВК **КЦСОР-Домодедовский**

Телефон для справок: **8(496)79-3-52-01**