Приложение

 к письму от 24.10.2019 № 250

План физкультурно-оздоровительной работы МАУ «Спортивный город»

на ***ноябрь*** 2019 года

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование физкультурно-оздоровительного мероприятия** | **Сроки проведения** | **Место проведения** | **Категория населения** |
| 1 | Физкультурно-спортивное мероприятие в рамках Дня народного единства | 1 ноября15:00 | территорияМБОУ СШ № 8 | Дети, подростки |
| 2 | Консультативные занятия по *скандинавской ходьбе* на 14 округе | 5, 12 и 26 ноября9:00 | КСПпр. Строителей, 4 | Взрослое население |
| 3 | Оздоровительные занятия с ветеранами в Октябрьском округе города Липецка | 5, 12 и 19 ноября15:00 | на базеМБОУ СШ № 45 | Взрослое население |
| 4 | Консультативные занятия по *скандинавской ходьбе* на 36 округе | 7, 14 и 28 ноября15:00 | ул. Теперика, 1 | Взрослое население |
| 5 | Физкультурно-спортивное мероприятие «Мы за жизнь без вредных привычек!» | 13 ноября15:00 | КСПул. Пархоменко, 30 | Дети, подростки |
| 6 | Физкультурно-оздоровительное мероприятие «Со здоровьем по жизни!» | 19 ноября9:00 | пр. Строителей, 4 | Взрослое население |
| 7 | Физкультурно-оздоровительное мероприятие «Бодрость и здоровье» | 21 ноября15:00 | ул. Теперика, 1 | Взрослое население |
| 8 | Физкультурно-спортивное мероприятие, в рамках Акции «Против наркотиков – Я!» | 25 ноября14:00 | территория МБОУ СОШ №35 | Дети, подростки |
| 9 | Физкультурно-оздоровительное мероприятие «Преодолей себя» | 26 ноября15:00 | территорияМБОУ СШ № 45 | Взрослое население |
| 10 | Спортивный праздник «За здоровый образ жизни» | 27 ноября14:00 | территория МБОУ СШ №28 | Дети, подростки |

|  |
| --- |
| Плавательный бассейн «Матырский» |
| 1 | Тренажерный зал | Понедельник-воскресенье с 9.00- 21:00 | Зал | Разновозрастное население |
| 2 | Оздоровительное плавание (разновозрастное население) - по абонементу | Понедельник-воскресенье с 9:00 - 12:00и с 13:00 - 21:00(с 23 сентября) | Бассейн | Разновозрастное население |
| 3 | Оздоровительное плавание (школьников) – согласно расписания | Понедельник-пятница -14-17.00,Суббота, воскресенье- 15:00 - 17:00 | Бассейн | Дети, подростки, молодежь |
| 4 | Оздоровительное плавание (ВОИ) – согласно расписания | Понедельник-пятница- 9:00 - 12:00и с 13:00 – 14.00суббота, воскресенье-13.00-15.00 | Бассейн | Взрослое население |
| 5 | «Школа плавания»Обучение техники плавания | Понедельник, среда, пятница – 17.00 | Бассейн | Дети, подростки |
| 6 | «Школа плавания»Совершенствование техники плавания | Понедельник, среда, пятница – 18.00 | Бассейн | Дети, подростки |
| 7 | Профилактика нарушений осанки | Среда – 17:00, Пятница – 16:00 | Бассейн | Дети, подростки |
| 8 | Мать и дитя (Аква кидс)  | 9.11 -10:0017.11 – 10:00,22.11 – по согласованию,30.11 – 10:00 | Бассейн | Родитель+ ребенок3-6 лет |
| 9 | Аква микс | Понедельник, четверг - 20.00,Суббота-13.00 | Бассейн | взрослое население |
| 10 | Function training  | Понедельник, четверг19:00-19:45 | Фитнес зал  | Взрослое население |
| 11 | Core First | Вторник, пятница20.00-20.45 | Фитнес зал  | Взрослое население |
| 12 | Stretching | Среда20.00-20.45 | Фитнес зал  | Взрослое население |
| 13 | Степ- аэробика | Суббота-11.00 часов | Фитнес зал  | Взрослое население |
| 14 | Junior Fit (детский фитнес) | Суббота12.00 | Фитнес зал  | дети |
| 15 | Посещения вибромассажеров - *по абонементу* | понедельник-воскресенье – 9:00-12:00, 13:00-21:00 | Кабинет | Разновозрастное население |

\* В настоящий план могут быть внесены изменения в соответствии с погодными, организационными и иными условиями.

ПЛАН работы на спортивных объектах МАУ «Спортивный город»

(уборка мусора и листвы, мелкий ремонт и т. п.)

на ***ноябрь*** 2019 года

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Адрес КСП, ХК и ТК** | **Даты\*** |
| 1 | Депутатская, 55-Б — тренажерыИндустриальная, 2Механизаторов, 3-АМеханизаторов, 4Натуралистов, 5Победы, 92Строителей, 4Студгородок, 24 | 25ноября |
| 2 | 15 микрорайон, 16 — ХКВодопьянова, 25Каменный Лог (15 мкрн.)Катукова, 40-А — тренажерыКривенкова, 9 — тренажерыКривенкова, 17 — ХКСмородина, 20Стаханова, 8 — ХКСтаханова, 16-А — тренажерыСтаханова, 18 — тренажерыСтаханова, 44Стаханова, 49,51,53 — тренажеры | 26-27ноября |
| 3 | 60 лет СССР, 6 — ХК60 лет СССР, 1260 лет СССР, 2360 лет СССР, 31-33-3560 лет СССР, 45 — тренажерыБелана, 2 — тренажерыКатукова, 10Катукова, 26Меркулова, 55Свиридова, 1 — тренажерыСиреневый, 4Шерстобитова, 8Шерстобитова, 12 — тренажерыШубина, 8-А — тренажеры | 28-29ноября |
| 4 | 50 лет НЛМК, 3 — ХКДзержинского, 29Ильича, 16 — ХКИльича, 36-АКлименкова (Городской ДК) — тренажерыЛазарева, 10 — ХКЛевобережная, 1Неделина, 15Неделина, 49Суворова, 3Торговая, 4 — тренажерыЮбилейная, 7Юбилейная, 7 — тренажеры | 1, 5ноября |
| 5 | Гагарина, 103/1 — ХКГагарина, 125/1Игнатьева, 41 — тренажерыКосмонавтов, 6 — ХККосмонавтов, 21Космонавтов, 29 — ХККосмонавтов, 38Космонавтов, 41/1Космонавтов, 43Космонавтов, 43 — тренажерыКосмонавтов, 47Терешковой, 10/3 — ХКТерешковой, 14/2 | 6-8ноября |
| 6 | 9 микрорайон, 20-АБелянского, 6 — тренажерыМосковская, 91 — тренажерыПолиграфическая, 8-АТерешковой, 38-ВФилипченко, 7 — ХКЦиолковского, 37/2 — ХКЦиолковского, 38 — ХК | 11-12ноября |
| 7 | Гагарина, 75Липовская, 4 — ХКЛиповская, 4 — тренажерыПервомайская, 38 — ХКПлеханова, 63-АСтуденовская, 20 — ХК | 13-14ноября |
| 8 | Агрономическая, 15Детская, 2-А — ХКОдоевского, 8Опытная, 19-БПархоменко, 30Прудная, 2Рудный, 13 | 15, 18-19ноября |
| 9 | Виноградный, 1 — ХКВиноградный — тренажерыУральская, 5-АЭнергостроителей, 21Ярославская, 19 — ХК | 20-22ноября |

\* Могут быть скорректированы в зависимости от погодных условий и иных обстоятельств.