

Месяц	Дата	Время	Формат мероприятия	Описание мероприятия	Категория мероприятия (ЗОЖ/Развитие/Творчество)	Тип (встреча клуба/иное мероприятие)	ФНО инициатора
январь	02.01.2023	10:00	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	02.01.2023	10:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будыкина Татьяна Фёдоровна
январь	02.01.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	02.01.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	02.01.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	02.01.2023	16:30	OFF	Обмениваемся опытом и отдыхаем в нашем уютном кафе после тренировки.	ЗОЖ	Мероприятие	Алешин Андрей Викторович
январь	02.01.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
январь	02.01.2023	18:00	OFF	Гимнастика с элементами самомассажа и растяжки. Улучшается мобильность суставов, растягиваются мышцы, убираются зажимы и улучшается общее физическое состояние. Подходит для любого уровня физической подготовки.	ЗОЖ	Мероприятие	Антонова Ульяна Игоревна
январь	03.01.2023	10:00	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	03.01.2023	10:00	OFF	Шьем в технике печворк. Техника "ПИЦЦА", косметичка.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
январь	03.01.2023	10:00	OFF	Отработка бальных танцев в парах. Клуб подходит для тех, кто давно занимается бальными танцами и готов оттачивать танцы и дружной компании	ЗОЖ	Встреча клуба	Болгова Людмила Владимировна
январь	03.01.2023	11:00	OFF	Сочинение пьес, изготовление кукол-петрушек в технике папье-маше, создание домашних кукольных театров.	Творчество	Мероприятие	Землякова Галина Владимировна
январь	03.01.2023	11:00	OFF	Зарядка с нутрициологом, диетологом по правильному питанию, самомассажу, омоложению, пробуждению организма после зимы и болезней.	ЗОЖ	Встреча клуба	Макаревич Маргарита Владимировна
январь	03.01.2023	12:00	OFF	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченко Наталья Ивановна
январь	03.01.2023	12:00	OFF	Небольшая зарядка-разминка, записанная лидером клуба Ульяной Игоревной и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
январь	03.01.2023	13:00	OFF	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
январь	03.01.2023	13:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
январь	03.01.2023	13:00	OFF	Репетиция музыкального ансамбля: совместное исполнение песен в тёплой дружеской обстановке (открытый микрофон).	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
январь	03.01.2023	14:00	OFF	Тренировка по игре в шахматы. Дружеский новогодний шахматный турнир. Регистрация в 13.40	ЗОЖ	Встреча клуба	Мешков Анатолий Юрьевич
январь	03.01.2023	16:00	OFF	Игры в настольный теннис для любого уровня подготовки	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	03.01.2023	16:00	OFF	Занятие танцами по направлению Хастл	ЗОЖ	Мероприятие	Кухтин Евгений Валентинович
январь	03.01.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
январь	04.01.2023	10:00	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	04.01.2023	10:00	OFF	Шьем в технике печворк. Техника "ПИЦЦА", косметичка.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
январь	04.01.2023	10:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будыкина Татьяна Фёдоровна
январь	04.01.2023	10:30	OFF	Отработка бальных танцев в парах. Клуб подходит для тех, кто давно занимается бальными танцами и готов оттачивать танцы и дружной компании	ЗОЖ	Встреча клуба	Болгова Людмила Владимировна
январь	04.01.2023	11:00	OFF	Отработка и изучение исторических танцев на экране проектора. Повторение комбинаций и их практическая отработка.	ЗОЖ	Встреча клуба	Сербенюк Сергей Александрович
январь	04.01.2023	12:00	OFF	Небольшая зарядка-разминка, записанная лидером клуба Ульяной Игоревной и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
январь	04.01.2023	12:00	OFF	Чаепитие участников мастер - класса.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
январь	04.01.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	04.01.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	04.01.2023	16:00	OFF	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартьянов Виктор Васильевич
январь	04.01.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	04.01.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
январь	05.01.2023	10:00	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	05.01.2023	10:00	OFF	Отработка бальных танцев в парах. Клуб подходит для тех, кто давно занимается бальными танцами и готов оттачивать танцы и дружной компании	ЗОЖ	Встреча клуба	Болгова Людмила Владимировна
январь	05.01.2023	10:00	OFF	Шьем и мастерим.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна

январь	05.01.2023	11:00	OFF	Зарядка с нутрициологом, диетологом по правильному питанию, самомассажу, омоложению, пробуждению организма после зимы и болезней.	ЗОЖ	Встреча клуба	Макаревич Маргарита Владимировна
январь	05.01.2023	11:00	OFF	Мастерим браслеты, сережки, подвески и другие изящные изделия с элементами кольчужного плетения.	Творчество	Встреча клуба	Корвайцева Наталья Павловна
январь	05.01.2023	12:00	OFF	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченок Наталья Ивановна
январь	05.01.2023	12:00	OFF	Авторские игрушки Надежды Дмитриевны Красавиной	Творчество	Встреча клуба	Красавина Надежда Дмитриевна
январь	05.01.2023	12:00	OFF	Небольшая зарядка-разминка, записанная лидером клуба Ульяной Игоревной и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
январь	05.01.2023	12:00	OFF	Репетиция танцевальной студии "Комплимент" под руководством Гончаровой Людмилы Викторовны.	ЗОЖ	Мероприятие	Гончарова Людмила Викторовна
январь	05.01.2023	12:00	OFF	Чаепитие с участниками клуба.	Творчество	Встреча клуба	Корвайцева Наталья Павловна
январь	05.01.2023	13:00	OFF	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
январь	05.01.2023	13:00	OFF	Пирог "Рождественское кольцо". Делимся рецептами и секретами приготовления. О последовательности приготовления вы сможете узнать на встрече клуба.	Развитие	Встреча клуба	Козлов Владимир Андреевич
январь	05.01.2023	13:00	OFF	Чаепитие участников мастер - класса.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
январь	05.01.2023	13:00	OFF	Лекции-консультации по осуществлению сделок с недвижимым имуществом, купля-продажа, налогообложение. Факты и риски, способные повлиять на безопасность сделки. Лекции читает практикующий эксперт по недвижимости Малышева Надежда Васильевна.	Развитие	Встреча клуба	Малышева Надежда Васильевна
январь	05.01.2023	13:00	OFF	Репетиция танцевальной студии "Комплимент" под руководством Гончаровой Людмилы В	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильных Елена Юрьевна
январь	05.01.2023	14:00	OFF	Это игра, суть которой заключается в угадывании правильных ответов на вопросы одной или множества тематик и разного уровня сложности. Сегодня приглашаем Вас на увлекательную развивающую викторину, посвященную Рождеству и поговоркам	Развитие	Мероприятие	Ананьева Ирина Андреевна
январь	05.01.2023	15:00	OFF	Обсуждение вопросов викторины. Планирование следующих встреч и игр, отдых в нашем уютном кафе	Развитие	Встреча клуба	Ананьева Ирина Андреевна
январь	05.01.2023	16:00	OFF	Занятие танцами по направлению Хастл	ЗОЖ	Мероприятие	Кухтин Евгений Валентинович
январь	05.01.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	05.01.2023	18:00	ON+OFF	Массаж лица, шеи и рук. Приготовление масок из натуральных ингредиентов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Калябина Светлана Валентиновна
январь	05.01.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
январь	05.01.2023	18:00	OFF	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казakov Сергей Владимирович
январь	06.01.2023	10:00	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	06.01.2023	10:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Мероприятие	Будькина Татьяна Фёдоровна
январь	06.01.2023	10:00	OFF	Шьем и мастерим.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
январь	06.01.2023	12:00	ON+OFF	Готовим тыквенную кашу и торт	ЗОЖ	Мероприятие	Власова Ирина Юрьевна
январь	06.01.2023	12:00	OFF	Небольшая зарядка-разминка, записанная лидером клуба Ульяной Игоревной и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
январь	06.01.2023	12:00	OFF	Приглашаем к участию в акции «Носочки для сыночков!» Наш вклад – это вязаные вещи, которые согреют и убергут ребят на передовой и помогут восстановиться в госпиталях, подарят им кусочек тепла и любви родного дома! Встреча клуба любителей вязания. Обмен опытом методов и техник вязания.	Творчество	Встреча клуба	Трекалова Ольга Васильевна
январь	06.01.2023	12:00	OFF	Чаепитие участников мастер - класса.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
январь	06.01.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	06.01.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	06.01.2023	13:00	OFF	Чаепитие участников клуба.	Творчество	Встреча клуба	Трекалова Ольга Васильевна
январь	06.01.2023	14:00	OFF	Арт-терапия - особый вид диалога с самим собой. Приглашаем вас успокоить свои мысли и стать более гармоничным. Посвятите себе час, рисуя мандалы или нейрографику и слушая звуки Тибетских поющих чаш или медитативную музыку.	ЗОЖ	Встреча клуба	Пылова Елена Николаевна
январь	06.01.2023	14:00	OFF	Праздничное чаепитие участников клуба.	Творчество	Встреча клуба	Михайлова Елена Ивановна
январь	06.01.2023	15:00	OFF	На встрече клуба мы обсудим: - социальную психологию личности; - социальную психологию общностей и общения; - общественные отношения; - формы духовной деятельности; - индивидуальные психологические тесты.	Развитие	Встреча клуба	Коробков Николай Петрович
январь	06.01.2023	16:00	OFF	Исполнение любимых хитов в микрофон.	Творчество	Встреча клуба	Черкасова Наталья Николаевна
январь	06.01.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	06.01.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич

январь	07.01.2023	10:00	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	07.01.2023	10:00	OFF	Шьем в технике печворк. Техника "ПИЦЦА", косметичка.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
январь	07.01.2023	12:00	OFF	Небольшая зарядка-разминка, записанная лидером клуба Ульяной Игоревной и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
январь	07.01.2023	12:00	OFF	Чаепитие участников мастер - класса.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
январь	07.01.2023	13:00	ON+OFF	Сочиво классическое на Рождество. Рождественское овсяное печенье с цукатами и орехами. Напитки рождественского сочельника "Узвар" и "Сбитень". Готовим блюда и обсуждаем полезные свойства ингредиентов.	ЗОЖ	Мероприятие	Григорьянц Галина Николаевна
январь	07.01.2023	13:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
январь	07.01.2023	15:00	OFF	Литературная гостиная: "Все ждем особенного счастья". Встреча посвящена творчеству мастеров слова которая поможет увидеть и осознать гармонию чувств и слов, красоту человеческих отношений. Приглашаем вас к раздумью над поэтической строкой, к пробуждению стремления познать прекрасное с Ниной Андреевной Ненастьеваой.	Творчество	Мероприятие	Ненастьева Нина Андреевна
январь	07.01.2023	16:00	OFF	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартынов Виктор Васильевич
январь	07.01.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	07.01.2023	18:00	ON	Удивительный гриб чага. 1. Какой эффект может оказать гриб чага в профилактике раковых заболеваний; 2. Морфологическое описание; 3. Рецепты чая, настоек и отваров из гриба чаги; 4. Чага помогает стимулировать иммунитет и снимать воспаление.	ЗОЖ	Встреча клуба	Калябина Светлана Валентиновна
январь	07.01.2023	18:00	OFF	Занятие танцами по направлению Хастл	ЗОЖ	Мероприятие	Кухтин Евгений Валентинович
январь	08.01.2023	10:00	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	08.01.2023	10:00	OFF	Шьем в технике печворк. Техника "ПИЦЦА", косметичка.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
январь	08.01.2023	10:00	ON+OFF	Сочетание дыхательных упражнений, которые насыщают мозг и другие органы кислородом. Вас наполняет энергия, отступают болезни, улучшаются настроение и отношения с людьми, вся жизнь в целом переходит на качественно иной уровень.	ЗОЖ	Мероприятие	Русинова Людмила Владимировна
январь	08.01.2023	10:00	OFF	Игра в теннис для среднего уровня подготовки. отработка ударов и работа на тренажерах, для развития выносливости.	ЗОЖ	Встреча клуба	Полянинов Сергей Леонидович
январь	08.01.2023	12:00	OFF	Игра в теннис для среднего уровня подготовки. отработка ударов и работа на тренажерах, для развития выносливости.	ЗОЖ	Мероприятие	Белосу Татьяна Нисоновна
январь	08.01.2023	13:00	OFF	Чаепитие участников мастер - класса.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
январь	08.01.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	08.01.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	08.01.2023	14:00	OFF	Тренировка по игре в шахматы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Мешков Анатолий Юрьевич
январь	08.01.2023	15:00	OFF	Сольный концерт "Всё о любви..." Нелли Ибрагимовой, профессиональной певицы, участницы вокального конкурса "Бельведере" в Вене.	Творчество	Мероприятие	Ибрагимова Найля Фаатовна
январь	08.01.2023	15:00	OFF	Подготовка участников клуба к мероприятию.	ЗОЖ	Встреча клуба	Гулина Элла Наумовна
январь	08.01.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	08.01.2023	17:00	OFF	Занятия танцами в клубе "Салям".	ЗОЖ	Мероприятие	Кулешова Татьяна Анатольевна
январь	08.01.2023	17:00	OFF	Репетиция новых танцевальных номеров.	ЗОЖ	Встреча клуба	Дворецкая Елена Сергеевна
январь	08.01.2023	18:00	ON	Командные онлайн-игры на логику и скорость мышления: Мафия, Импровизация, Элиас, Крокодил и др.	Развитие	Встреча клуба	Ананьева Ирина Андреевна
январь	08.01.2023	18:00	OFF	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казакос Сергей Владимирович
январь	09.01.2023	10:00	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	09.01.2023	10:00	OFF	Исторические танцы предназначены для времяпрепровождения людей, не имеющих специальной подготовки. Занятия будут интересны и комфортны участникам любого уровня подготовки, физических данных, способностей, опыта и навыков.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ежов Валерий Трофимович
январь	09.01.2023	10:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будыкина Татьяна Фёдоровна
январь	09.01.2023	12:30	OFF	Исполнение песен 40-80 годов, песен из к/ф, романсов, русских народных, военно-патриотических и эстрадных.	Творчество	Мероприятие	Афанасьева Лариса Александровна
январь	09.01.2023	13:00	OFF	Дорогие друзья! Лидер волонтерского отряда "Добрые руки" Елена Рудакова ищет новых друзей, желающих помогать тем, кто в этом нуждается. Выберите удобные для Вас формат и направление и становитесь частью нашей команды! Ничего сложного! Достаточно иметь немного свободного времени и желание делиться теплом своих добрых сердец с другими. Встречаемся каждый понедельник в 13:00 в медиагостиной 2. Давайте делать добрые дела! Волонтеры могут все!	Развитие	Встреча клуба	Рудакова Елена Викторовна

январь	09.01.2023	13:00	ON+OFF	Начальный курс владения графическим рисунком и письмом. Встреча участников клуба, совместное выполнение ранее заданных работ.	ЗОЖ	Встреча клуба	Михайлова Елена Ивановна
январь	09.01.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	09.01.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	09.01.2023	14:00	OFF	Просмотр фильма "Крузо по джунглям" (2021). Хитростью и немалой сноровкой раздобыв бесценную карту верховьев Амазонки, бойкая археолог Лили Хоутон отправляется в экспедицию, чтобы найти волшебное дерево, цветок которого — согласно легенде — обладает невероятными целебными свойствами. Прихватив с собой младшего брата, который не в восторге от перспективы поездки в дикие джунгли, девушка нанимает проводника — капитана круизного пароходика по имени Фрэнк. Вся компания пускается в приключение, где их подстерегают не только смертельно опасные представители амазонской флоры и фауны, но и ловушки, подстроенные участниками конкурирующей экспедиции. В ролях: Эмили Блант, Дуэйн Джонсон, Пол Джаматти	Развитие	Встреча клуба	Петропавловская Нина Владимировна
январь	09.01.2023	15:00	OFF	Театральная репетиция — подготовка и создание нового спектакля. Повторение старых пьес и постановок. Чехов	Творчество	Встреча клуба	Стемпковская Галина Вячеславовна
январь	09.01.2023	15:00	OFF	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
январь	09.01.2023	16:00	OFF	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартьянов Виктор Васильевич
январь	09.01.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	09.01.2023	16:30	OFF	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
январь	09.01.2023	17:00	OFF	Театральная репетиция — подготовка и создание нового спектакля. Повторение старых пьес и постановок. Чудо, сказки.	Творчество	Встреча клуба	Стемпковская Галина Вячеславовна
январь	09.01.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
январь	09.01.2023	18:00	OFF	Цыганские танцы	ЗОЖ	Мероприятие	Кириллова Валентина Алексеевна
январь	09.01.2023	18:00	OFF	Гимнастика с элементами самомассажа и растяжки. Улучшается мобильность суставов, растягиваются мышцы, убираются зажимы и улучшается общее физическое состояние. Подходит для любого уровня физической подготовки.	ЗОЖ	Мероприятие	Антонова Ульяна Игоревна
январь	09.01.2023	19:00	ON	Книги и повести онлайн	Развитие	Встреча клуба	Червонцев Александр Дмитриевич
январь	09.01.2023	20:30	ON	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
январь	10.01.2023	10:00	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	10.01.2023	10:00	OFF	Делаем цветок-брошь в технике канзаши.	Творчество	Встреча клуба	Голобурда Антонина Ивановна
январь	10.01.2023	10:00	OFF	Шьем и мастерим.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
январь	10.01.2023	11:00	OFF	Зарядка с нутрициологом, диетологом по правильному питанию, самомассажу, омоложению, пробуждению организма после зимы и болезней.	ЗОЖ	Встреча клуба	Макаревич Маргарита Владимировна
январь	10.01.2023	11:00	OFF	Сочинение пьес, изготовление кукол-петрушек в технике папье-маше, создание домашних кукольных театров.	Творчество	Мероприятие	Землякова Галина Владимировна
январь	10.01.2023	12:00	OFF	Приглашаем к участию в акции «Носочки для сыночков!» Наш вклад – это вязаные вещи, которые согреют и убергут ребят на передовой и помогут восстановиться в госпитальных, подарят им кусочек тепла и любви родного дома! Встреча клуба любителей вязания. Обмен опытом методов и техник вязания.	Творчество	Встреча клуба	Трекалова Ольга Васильевна
январь	10.01.2023	12:00	OFF	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченок Наталья Ивановна
январь	10.01.2023	12:00	OFF	Небольшая зарядка-разминка, записанная лидером клуба Ульяной Игоревной и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
январь	10.01.2023	13:00	OFF	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
январь	10.01.2023	13:00	OFF	Чаепитие членов клуба и обсуждение дальнейших мастер - классов.	Творчество	Встреча клуба	Трекалова Ольга Васильевна
январь	10.01.2023	13:00	OFF	Репетиция музыкального ансамбля: совместное исполнение песен в тёплой дружеской обстановке.	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
январь	10.01.2023	13:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
январь	10.01.2023	14:00	OFF	Концерт "Белым снегом..." представит коллектив "Кладезь" под руководством Оксаны Анатольевны Казаковой, аккомпанирует Алексей Анатольевич Рогачев. Прозвучат весёлые новогодние и рождественские песни, колядки.	Творчество	Мероприятие	Линдин Борис Викторович
январь	10.01.2023	14:00	OFF	Встреча "Звезда моя" посвящена жизни и творчеству поэтессы Татьяны Снежиной.	Творчество	Встреча клуба	Кардова Зоя Забитовна
январь	10.01.2023	14:00	OFF	«Лекарство от любви» — польский комедийный художественный фильм, поставленный в 1966 году режиссёром Яном Баторы по мотивам повести Иоанны Хмелевской «Клин клином».	Развитие	Встреча клуба	Червонцев Александр Дмитриевич
январь	10.01.2023	15:00	OFF	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
январь	10.01.2023	15:00	OFF	Игра на гитаре, разучивание новых композиций и мелодий.	Творчество	Встреча клуба	Леонова Наталья Владимировна

январь	10.01.2023	15:00	OFF	Подготовка участников клуба к мероприятию.	ЗОЖ	Встреча клуба	Гутлина Элла Наумовна
январь	10.01.2023	16:00	OFF	Игры в настольный теннис для любого уровня подготовки	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	10.01.2023	16:00	OFF	Занятие танцами по направлению Хастл	ЗОЖ	Мероприятие	Кухтин Евгений Валентинович
январь	10.01.2023	16:30	OFF	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
январь	10.01.2023	17:00	OFF	Арт-терапия - особый вид диалога с самим собой. Приглашаем вас успокоить свои мысли и стать более гармоничным. Посвятите себе час, рисуя мандалы или нейрографику и слушая звуки Тибетских поющих чаш или медитативную музыку.	ЗОЖ	Встреча клуба	Пылова Елена Николаевна
январь	10.01.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
январь	10.01.2023	18:00	OFF	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казakov Сергей Владимирович
январь	10.01.2023	19:00	ON	Книги и повести онлайн. Продолжение прослушивания аудиокнижки Алексея Николаевича Толстого "Эмигранты".	Развитие	Встреча клуба	Червоцнев Александр Дмитриевич
январь	10.01.2023	20:30	ON	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
январь	11.01.2023	10:00	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	11.01.2023	10:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будкина Татьяна Фёдоровна
январь	11.01.2023	10:00	OFF	Делаем цветок-брошь в технике канзаши.	Творчество	Встреча клуба	Голобурда Антонина Ивановна
январь	11.01.2023	10:00	OFF	Шьем и мастерим.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
январь	11.01.2023	12:00	OFF	Портреты женщин серебряного возраста в разных стилях с разных конкурсов. Фотограф Валентин Петров.	Творчество	Мероприятие	Петров Валентин Васильевич
январь	11.01.2023	12:00	OFF	Небольшая зарядка-разминка, записанная лидером клуба Ульяной Игоревной и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
январь	11.01.2023	12:00	OFF	Постановка и репетиция танцев разных направлений под любимые мелодии. Танцуем для души и от души!	ЗОЖ	Встреча клуба	Иноземцева Людмила Георгиевна
январь	11.01.2023	12:00	OFF	Написание картин масляными красками. Зимние пейзажи.	Творчество	Встреча клуба	Никольская Людмила Михайловна
январь	11.01.2023	13:00	OFF	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
январь	11.01.2023	13:00	OFF	Профилактика невроза. ВСД. Мягкая и эффективная программа направлена на то, чтобы оптимальным образом воздействовать на слабые участки и снимать напряжение с позвоночника и шеи.	ЗОЖ	Мероприятие	Белякова Татьяна Константиновна
январь	11.01.2023	13:00	OFF	Интересные истории и факты о районе Тушино, просмотр слайдов и чтение стихотворений. "Тема: "История новогодних открыток"	Развитие	Встреча клуба	Ильина Наталья Ивановна
январь	11.01.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	11.01.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	11.01.2023	14:00	OFF	Приглашаем Вас в новый интеллектуальный клуб, где вы можете узнать ответы на многие интересные вопросы. В эту среду вас ждет тематическое ассорти от Ирины Андреевны Анянцевой.	Развитие	Мероприятие	Анянцева Ирина Андреевна
январь	11.01.2023	14:30	OFF	Просмотр видео балета "Щелкунчик" (Марининский театр, 2007)	Развитие	Встреча клуба	Рослова Татьяна Викторовна
январь	11.01.2023	15:00	OFF	Театральная репетиция — подготовка и создание нового спектакля. Повторение старых пьес и постановок. Чехов	Творчество	Встреча клуба	Степковская Галина Вячеславовна
январь	11.01.2023	15:00	OFF	Бисероплетение, декупаж и другие виды рукоделия	Творчество	Мероприятие	Бувайло Наталья Александровна
январь	11.01.2023	15:30	OFF	Полезный ланч с клубом Настольные игры и он-лайн. Обсуждение вопросов викторины	ЗОЖ	Встреча клуба	Анянцева Ирина Андреевна
январь	11.01.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	11.01.2023	17:00	OFF	Чаепитие членов клуба и обсуждение дальнейших мастер - классов.	Творчество	Встреча клуба	Бувайло Наталья Александровна
январь	11.01.2023	17:00	OFF	Театральная репетиция — подготовка и создание нового спектакля. Повторение старых пьес и постановок. Чудо, сказки	ЗОЖ	Мероприятие	Степковская Галина Вячеславовна
январь	11.01.2023	17:00	OFF	Репетиция Леонов, Коноплев, Голубева, Петрова	Творчество	Встреча клуба	Леонов Владимир Павлович
январь	11.01.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
январь	11.01.2023	18:00	OFF	Цыганские танцы	ЗОЖ	Мероприятие	Кириллова Валентина Алексеевна
январь	11.01.2023	19:00	ON	Книги и повести онлайн. Продолжение прослушивания аудиокнижки Алексея Николаевича Толстого "Эмигранты".	Развитие	Встреча клуба	Червоцнев Александр Дмитриевич
январь	11.01.2023	20:30	ON	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
январь	12.01.2023	10:00	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	12.01.2023	10:00	OFF	Метафорические ассоциативные карты - помощь психолога в вашей жизни. Разбор сновидений, как проекций реальности, проблем на работе, сложностей в отношениях; работа с чувствами; вопросы самоопределения и поиска своего "я". Занятия проводит сертифицированный специалист, социальный психолог, этнопсихолог - Николай Викторович Страхов.	ЗОЖ	Мероприятие	Страхов Николай Викторович
январь	12.01.2023	10:00	OFF	Делаем цветок-брошь в технике канзаши.	Творчество	Встреча клуба	Голобурда Антонина Ивановна
январь	12.01.2023	10:00	OFF	Создание мягких игрушек своими руками.	Творчество	Встреча клуба	Морозова Людмила Владимировна

январь	12.01.2023	10:00	OFF	Шьем и мастерим.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
январь	12.01.2023	11:00	ON+OFF	Зарядка с нутрициологом, диетологом по правильному питанию, самомассажу, омоложению, пробуждению организма после зимы и болезней.	ЗОЖ	Встреча клуба	Макаревич Маргарита Владимировна
январь	12.01.2023	11:00	OFF	Мастерим браслеты, сережки, подвески и другие изящные изделия с элементами кольчужного плетения.	Творчество	Встреча клуба	Корвайцева Наталья Павловна
январь	12.01.2023	12:00	OFF	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченок Наталья Ивановна
январь	12.01.2023	12:00	OFF	Авторские игрушки Надежды Дмитриевны Красавиной	Творчество	Встреча клуба	Красавина Надежда Дмитриевна
январь	12.01.2023	12:00	OFF	Лекции-консультации по осуществлению сделок с недвижимым имуществом, купля-продажа, налогообложение. Факты и риски, способные повлиять на безопасность сделки. Лекция читает практикующий эксперт по недвижимости Надежда Васильевна Малышева.	Развитие	Встреча клуба	Малышева Надежда Васильевна
январь	12.01.2023	12:00	OFF	Небольшая зарядка-разминка, записанная лидером клуба Ульяной Игоревной и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
январь	12.01.2023	12:00	OFF	Репетиция танцевальной студии "Комплимент" под руководством Гончаровой Людмилы Викторовны.	ЗОЖ	Мероприятие	Гончарова Людмила Викторовна
январь	12.01.2023	12:00	OFF	Написание картин масляными красками. Зимние пейзажи.	Творчество	Встреча клуба	Никольская Людмила Михайловна
январь	12.01.2023	13:00	OFF	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
январь	12.01.2023	13:00	OFF	Готовим сытный, ароматный грузинский суп "Харчо". Делимся рецептами и секретами приготовления. О последовательности приготовления вы сможете узнать на встрече клуба.	Развитие	Встреча клуба	Козлов Владимир Андреевич
январь	12.01.2023	13:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
январь	12.01.2023	13:00	OFF	Просмотр киносериала "Надвое" (2022). Реж. Валерий Тодоровский. Двое друзей отправляются в Санкт-Петербург в командировку, которая изменит их навсегда. Совершенно разные, как лед и пламя, парни одинаково сильно влюбляются в двух петербурженок. Надежный и педантичный Костя теряет голову, встретив эксцентричную Иру. А свободолюбивый ловелас Саня впервые задумывается о настоящих отношениях, познакомившись с загадочной виолончелисткой Настей. Любовь переворачивают размеренные жизни москвичей с ног на голову — и никто из них не знает, как быть с этим новым чувством. В ролях: Д. Козловский, А. Петров, И. Старшенбаум, Е. Базыкина	Развитие	Встреча клуба	Полякова Светлана Анатольевна
январь	12.01.2023	14:00	OFF	Встреча участников клуба на тему: "Поэзия политических деятелей России XX века"	Развитие	Встреча клуба	Антонова Вера Георгиевна
январь	12.01.2023	14:00	OFF	Рождественский концерт классической музыки в исполнении квартета "Cantus firmus", при участии хора "Покров" проекта Московское доголлетие. В программе: произведения Моцарта, Генделя, Корелли, а также Рождественские колядки.	Творчество	Мероприятие	Коняхина Светлана Станиславовна
январь	12.01.2023	16:00	OFF	Занятие танцами по направлению Хатл	ЗОЖ	Встреча клуба	Кухтин Евгений Валентинович
январь	12.01.2023	16:00	OFF	Танцевальная гостиная - это система разных танцевальных техник с ненавязчивым терапевтическим аспектом для восстановления внутренней гармонии, ресурсного состояния и жизнерадостности. Здесь не только танцуют, но и рисуют, рассуждают, пишут, медитируют и просто получают удовольствие.	ЗОЖ	Мероприятие	Кутукова Ольга Григорьевна
январь	12.01.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	12.01.2023	16:00	OFF	Репетиция музыкального ансамбля: совместное исполнение песен в теплой дружеской обстановке (открытый микрофон).	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
январь	12.01.2023	18:00	OFF	Чаепитие членов клуба и обсуждение дальнейших занятий	ЗОЖ	Мероприятие	Кухтин Евгений Валентинович
январь	12.01.2023	18:00	ON	Массаж лица, шеи и рук. Приготовление масок из натуральных ингредиентов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Калябина Светлана Валентиновна
январь	12.01.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
январь	12.01.2023	18:00	OFF	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казakov Сергей Владимирович
январь	12.01.2023	19:00	ON	Книги и повести онлайн. Продолжение прослушивания аудиокниги Алексея Николаевича Толстого "Эмигранты".	Развитие	Встреча клуба	Червонцев Александр Дмитриевич
январь	12.01.2023	20:30	ON	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
январь	13.01.2023	10:00	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	13.01.2023	10:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будыкина Татьяна Фёдоровна
январь	13.01.2023	10:00	OFF	Делаем цветок-брошь в технике канзаши.	Творчество	Встреча клуба	Голобурда Антонина Ивановна
январь	13.01.2023	10:00	OFF	Шьем и мастерим.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
январь	13.01.2023	10:30	OFF	Дорогие друзья, приглашаем вас на увлекательное занятие по релаксации и созданию позитивного настроения! На занятии вы сможете: Отдохнуть от повседневных забот; Улучшить свое настроение; Зарядиться энергией; Интересно провести время; Обогадить свой творческий потенциал. Занятие проведут опытные психологи Московской службы психологической помощи населению.	Развитие	Мероприятие	Мамонова Ольга Валерьевна

январь	31.01.2023	11:00	OFF	Дорогие друзья! 31.01 в 11 часов Елена Рудакова - лидер волонтерского отряда "ДОБРЫЕ РУКИ", проводит гуманитарный сбор. Машина будет находиться напротив ЦМД "Тушино" на территории общественной стоянки ул.Сходненская, дом 12, к. 1 не далеко от зелёной контейнерной площадки. Вся уточняющая информация в чате клуба: https://chat.whatsapp.com/LltoClbObmKYaV9iadNAj	ЗОЖ	Мероприятие	Рудакова Елена Викторовна
январь	13.01.2023	12:00	OFF	Приглашаем к участию в акции «Носочки для сыночков»! Наш вклад – это вязаные вещи, которые согреют и убергут ребят на передовой и помогут восстановиться в госпиталях, подарят им кусочек тепла и любви родного дома! Встреча клуба любителей вязания. Обмен опытом методов и техник вязания.	Творчество	Встреча клуба	Трекалова Ольга Васильевна
январь	13.01.2023	12:00	OFF	Небольшая зарядка-разминка, записанная лидером клуба Ульяной Игоревной и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
январь	13.01.2023	12:30	OFF	Исполнение песен 40-80 годов, песен из к/ф, романсов, русских народных, военно-патриотических и эстрадных.	Творчество	Мероприятие	Афанасьева Лариса Александровна
январь	13.01.2023	13:00	OFF	Чаепитие участников клуба.	Творчество	Встреча клуба	Трекалова Ольга Васильевна
январь	13.01.2023	13:00	OFF	Приглашаем вас принять участие в акции по сбору одежды и обуви организованной волонтерами клуба "Добрые руки". Одежда и обувь всех размеров, текстиль, средства гигиены и т.д. ВАЖНО!!! Вещи могут быть новые или ношенные, НО (!) обязательно стиранные и без дыр, пятен и дефектов, которые приятно носить. Продукты питания - не менее 4 месяцев до окончания срока годности. Акция будет проходить на территории центра социального обслуживания "Тушино" по адресу ул. Новопоселковая, 5 Б.	ЗОЖ	Мероприятие	Рудакова Елена Викторовна
январь	13.01.2023	13:00	OFF	Профилактика невроза. ВСД. Мягкая и эффективная программа направлена на то, чтобы оптимальным образом воздействовать на слабые участки и снимать напряжение с позвоночника и шеи.	ЗОЖ	Мероприятие	Белякова Татьяна Константиновна
январь	13.01.2023	13:00	OFF	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
январь	13.01.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	13.01.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	13.01.2023	14:00	OFF	Шьем и мастерим.	Творчество	Мероприятие	Паннина Елена Анатольевна
январь	13.01.2023	14:00	OFF	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
январь	13.01.2023	14:00	OFF	Арт-терапия - особый вид диалога с самим собой. Приглашаем вас успокоить свои мысли и стать более гармоничным. Посвятите себе час, рисуя мандалы или нейрографику и слушая звуки Тибетских поющих чаш или медитативную музыку.	ЗОЖ	Встреча клуба	Пылова Елена Николаевна
январь	13.01.2023	14:30	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	13.01.2023	14:30	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	13.01.2023	15:00	OFF	На встрече клуба мы обсудим: - социальную психологию личности; - социальную психологию общностей и общения; - общественные отношения; - формы духовной деятельности; - индивидуальные психологические тесты.	Развитие	Встреча клуба	Коробков Николай Петрович
январь	13.01.2023	16:00	OFF	Исполнение любимых хитов в микрофон.	Творчество	Встреча клуба	Черкасова Наталья Николаевна
январь	13.01.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	13.01.2023	17:30	OFF	Танцевальный вечер под вечноезвучащие популярные музыкальные хиты! Живой звук. На сцене выступают: Георгий Коноплев (ВИА "Акварели"), Владимир Леонов (ансамбль "Хорошее настроение"), Татьяна Голубева (ВИА "Вечная молодость")	Творчество	Мероприятие	Леонов Владимир Павлович
январь	13.01.2023	18:00	OFF	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранаема, Шавасану и Созерцание, самомассаж, медитации, мудры и мантры, а также упражнения для омоложения. Для занятия нужна теплая и не стесняющая движения одежда, на ногах носочки. Возьмите с собой бутылочку питьевой воды. Встречу проводит опытный тренер по йоге - Ирина Михайловна Соломатина.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
январь	13.01.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
январь	13.01.2023	19:00	ON	Книги и повести онлайн. Продолжение прослушивания аудиокниги Алексея Николаевича Толстого "Эмигранты".	Развитие	Встреча клуба	Червоцнев Александр Дмитриевич
январь	13.01.2023	19:00	OFF	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранаема, Шавасану и Созерцание, самомассаж, медитации, мудры и мантры, а также упражнения для омоложения. Для занятия нужна теплая и не стесняющая движения одежда, на ногах носочки. Возьмите с собой бутылочку питьевой воды. Встречу проводит опытный тренер по йоге - Ирина Михайловна Соломатина.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
январь	13.01.2023	20:30	ON	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
январь	14.01.2023	10:00	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович

январь	14.01.2023	10:00	OFF	Шьем в технике печворк. Органиайзер.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
январь	14.01.2023	10:00	OFF	Встреча участников клуба, беседа на темы пчеловодства.	ЗОЖ	Встреча клуба	Крюков Борис Викторович
январь	14.01.2023	11:00	OFF	Изготовление открытки в технике папертоль	Творчество	Мероприятие	Комлева Лариса Петровна
январь	14.01.2023	11:30	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	14.01.2023	12:00	OFF	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченок Наталья Ивановна
январь	14.01.2023	12:00	OFF	Небольшая зарядка-разминка, записанная лидером клуба Ульяной Игоревной и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
январь	14.01.2023	12:00	OFF	Чашепитие участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Крюков Борис Викторович
январь	14.01.2023	12:00	OFF	Тетаральная студия "Новые горизонты" представляет театрализованное представление "Рождественские колядки".	Творчество	Мероприятие	Криворученко Маргарита Ивановна
январь	14.01.2023	13:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильинных Елена Юрьевна
январь	14.01.2023	13:00	ON+OFF	Готовим аппетитное блюдо немецкой кухни "Штрули". О последовательности приготовления блюда вы сможете узнать во время встречи нашего клуба. Готовим блюда и обсуждаем полезные свойства ингредиентов.	ЗОЖ	Мероприятие	Антощенко Любовь Петровна
январь	14.01.2023	13:00	OFF	Тема: "С чего начинается пчеловодство".	ЗОЖ	Встреча клуба	Крюков Борис Викторович
январь	14.01.2023	14:00	OFF	Арт-терапия - особый вид диалога с самим собой. Приглашаем вас успокоить свои мысли и стать более гармоничным. Посвятите себе час, рисуя мандалы или нейрографику и слушая звуки Тибетских поющих чаш или медитативную музыку.	ЗОЖ	Встреча клуба	Пылова Елена Николаевна
январь	14.01.2023	14:00	OFF	Дегустация блюда участниками мастер-класса.	ЗОЖ	Мероприятие	Антощенко Любовь Петровна
январь	14.01.2023	14:30	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильинных Елена Юрьевна
январь	14.01.2023	15:00	ON+OFF	Приглашаем на лекцию - беседу с опытным пчеловодом, профессионалом своего дела Борисом Викторовичем Крюковым. Тема встречи: "Как обеспечить свою семью экологическими продуктами пчеловодства".	ЗОЖ	Встреча клуба	Крюков Борис Викторович
январь	14.01.2023	15:00	ON	Клуб "Психолог и я". Тема: "Личные границы": кто нарушает наши личные границы, почему мы позволяем их нарушать, как меняется жизнь, если личные границы нарушены. ВАЖНО! Встреча клуба проходит он-лайн	ЗОЖ	Мероприятие	Мезина Инна Александровна
январь	14.01.2023	15:00	OFF	Концерт клуба "Музыка и вдохновение" ЦМД "Митино".	Творчество	Мероприятие	Либерзон Михаил Александрович
январь	14.01.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	14.01.2023	16:00	OFF	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартынов Виктор Васильевич
январь	14.01.2023	16:00	OFF	Как давно и недавно одновременно это было. Музыка, стили, одежда, научные изобретения и многое другое. Танцуют все под 70-80-90 е	ЗОЖ	Мероприятие	Бабышкина Светлана Шулимовна
январь	14.01.2023	16:00	OFF	Елена Викторовна Рудакова, лидер клуба волонтеров "Добрые руки" приглашает всех на встречу. Будут подведены итоги прошедшей акции. Также можно узнать всю подробную информацию по будущим акциям.	ЗОЖ	Мероприятие	Рудакова Елена Викторовна
январь	14.01.2023	18:00	ON+OFF	Тема: "Водоросли". Их полезные свойства и калорийность, химический состав, морфологическое описание водорослей, сферы применения. Морская капуста - абсолютный чемпион по содержанию йода.	ЗОЖ	Встреча клуба	Калябина Светлана Валентиновна
январь	14.01.2023	18:00	OFF	Концертная программа Анны Гудзь	ЗОЖ	Мероприятие	Комлева Лариса Петровна
январь	14.01.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	14.01.2023	19:30	OFF	Новая дискотека (Поп, дэнс 2000-х)	Творчество	Мероприятие	Либерзон Михаил Александрович
январь	15.01.2023	10:00	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	15.01.2023	10:00	OFF	Шьем в технике печворк. Органиайзер.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
январь	15.01.2023	10:00	OFF	Игра в теннис для среднего уровня подготовки. отработка ударов и работа на тренажерах, для развития выносливости.	ЗОЖ	Встреча клуба	Поляниннов Сергей Леонидович
январь	15.01.2023	11:30	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	15.01.2023	12:00	OFF	Работа на координацию и ловкость на балансировочных полусферах Воус для желающих улучшить свою физическую форму. Набор в группу только с хорошей физической формой и по записи.	ЗОЖ	Мероприятие	Белове Татьяна Нисоновна
январь	15.01.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	15.01.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	15.01.2023	13:00	OFF	Тренировка и обучение игре в шашки	Развитие	Встреча клуба	Никитин Виктор Андреевич
январь	15.01.2023	14:00	OFF	Концерт "Романса трепетные звуки..." подготовили: организатор концерта, а также партия фортепиано Анастасия Гладышева, певица Ольга Зубова (сопрано). В программе романсы русских композиторов: А. Алябьева, А. Гурилёва, П. Булахова, А. Варламова, П. Чайковского.	Творчество	Мероприятие	Никитина Татьяна Евгеньевна
январь	15.01.2023	14:00	OFF	Тренировка по игре в шахматы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Мешков Анатолий Юрьевич

январь	15.01.2023	14:30	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	15.01.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	15.01.2023	16:00	OFF	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартьянов Виктор Васильевич
январь	15.01.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	15.01.2023	18:00	ON	Командные онлайн-игры на логику и скорость мышления: Мафия, Импровизация, Элиас, Крокодил и др.	Развитие	Встреча клуба	Ананьева Ирина Андреевна
январь	16.01.2023	10:00	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	16.01.2023	10:00	OFF	Исторические танцы предназначены для времяпрепровождения людей, не имеющих специальной подготовки. Занятия будут интересны и комфортны участникам любого уровня подготовки, физических данных, способностей, опыта и навыков.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ежов Валерий Трофимович
январь	16.01.2023	10:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будыкина Татьяна Фёдоровна
январь	16.01.2023	11:00	OFF	Разъяснение законодательства в сфере семейного, наследственного права. защита прав потребителей, потребителей финансовых услуг. Об открытии и закрытии банковского счета. Получение кредита, оплата процентов и части долга, досрочное погашение кредита. Представительство (оформление доверенности). Порядок обращения и сроки обращения в суд. Встречи проходят в формате лекций.	Развитие	Мероприятие	Куличева Елена Викторовна
январь	16.01.2023	11:30	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	16.01.2023	13:00	ON+OFF	Начальный курс владения графическим рисунком и письмом. Встреча участников клуба, совместное выполнение ранее заданных работ.	ЗОЖ	Встреча клуба	Михайлова Елена Ивановна
январь	16.01.2023	13:00	OFF	В программе: Оздоровительные гимнастики, Комплексы (статические и динамические) Асан и Пранаям, Шавасана, Мудры, Мантры, Самомассаж, Медитации, Упражнения для омоложения. Практики направленные на приведение и поддержание организма в здоровом состоянии. Для занятия нужна теплая и не стесняющая движения одежда, на ногах носочки. Возьмите с собой бутылочку питьевой воды. Встречу проводит опытный тренер по йоге - Ирина Михайловна Соломатина.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
январь	16.01.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	16.01.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	16.01.2023	13:00	OFF	Просмотр киносериала "Надвое" (2022). Реж. Валерий Тодоровский. 4, 5, 6, 7 серия.	Развитие	Встреча клуба	Петропанловская Нина Владимировна
январь	16.01.2023	14:00	OFF	В программе: Оздоровительные гимнастики, Комплексы (статические и динамические) Асан и Пранаям, Шавасана, Мудры, Мантры, Самомассаж, Медитации, Упражнения для омоложения. Практики направленные на приведение и поддержание организма в здоровом состоянии. Для занятия нужна теплая и не стесняющая движения одежда, на ногах носочки. Возьмите с собой бутылочку питьевой воды. Встречу проводит опытный тренер по йоге - Ирина Михайловна Соломатина.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
январь	16.01.2023	14:30	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	16.01.2023	14:30	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	16.01.2023	14:30	OFF	Концерт "Музыкальный калейдоскоп в ЦМД "Бибирево"	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
январь	16.01.2023	16:00	OFF	Отдых после концерта, обмен опытом, обсуждение выступления	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
январь	16.01.2023	16:00	OFF	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартьянов Виктор Васильевич
январь	16.01.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	16.01.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
январь	16.01.2023	18:00	ON+OFF	Гимнастика с элементами самомассажа и растяжки. Улучшается мобильность суставов, растягиваются мышцы, убираются зажимы и улучшается общее физическое состояние. Подходит для любого уровня физической подготовки.	ЗОЖ	Мероприятие	Антонова Ульяна Игоревна
январь	16.01.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	16.01.2023	19:00	ON	Книги и повести онлайн	Развитие	Встреча клуба	Червонцев Александр Дмитриевич
январь	16.01.2023	20:30	ON	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
январь	17.01.2023	10:00	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	17.01.2023	11:00	OFF	Зарядка с нутрициологом, диетологом по правильному питанию, самомассажу, омоложению, пробуждению организма после зимы и болезней.	ЗОЖ	Встреча клуба	Макаревич Маргарита Владимировна
январь	17.01.2023	11:00	OFF	Сочинение пьес, изготовление кукол-петрушек в технике папье-маше, создание домашних кукольных театров.	Творчество	Мероприятие	Землякова Галина Владимировна

январь	17.01.2023	11:30	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	17.01.2023	12:00	OFF	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченко Наталья Ивановна
январь	17.01.2023	12:00	OFF	Культурно-познавательная программа для любителей путешествий. Лекция с Татьяной Георгиевной Кочиевой. Специалист по международному туризму. Тема: Москва золотоголовая.	Развитие	Мероприятие	Кочиева Татьяна Георгиевна
январь	17.01.2023	12:00	OFF	Приглашаем к участию в акции «Носочки для сыночков»! Наш вклад – это вязаные вещи, которые согреют и уберегут ребят на передовой и помогут восстановиться в госпиталях, подарят им кусочек тепла и любви родного дома! Встреча клуба любителей вязания. Обмен опытом методов и техник вязания.	Творчество	Встреча клуба	Трекалова Ольга Васильевна
январь	17.01.2023	12:00	OFF	Как плести из газетных трубочек: пошаговые советы опытной мастерицы. Создаем бумажную лозу, превратив груды скопившихся газет и прочей макулатуры в сырье для создания эффектных плетеных шедевров. Необходимые материалы: газетные листы, ножницы, клей ПВА, канцелярский нож, тонкая спица (1,5-2 мм.), губка для протирания рук.	Творчество	Встреча клуба	Малахова Людмила Гавриловна
январь	17.01.2023	12:00	OFF	Небольшая зарядка-разминка, записанная лидером клуба Ульяной Игоревной и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
январь	17.01.2023	13:00	OFF	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
январь	17.01.2023	13:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
январь	17.01.2023	13:00	OFF	Приглашаем к участию в акции «Носочки для сыночков»! Наш вклад – это вязаные вещи, которые согреют и уберегут ребят на передовой и помогут восстановиться в госпиталях, подарят им кусочек тепла и любви родного дома! Встреча клуба любителей вязания. Обмен опытом методов и техник вязания.	Творчество	Встреча клуба	Трекалова Ольга Васильевна
январь	17.01.2023	14:00	OFF	Встреча участников клуба "Не позволяй душе лениться посвящена жизни и творчеству Николая Заболоцкого.	Творчество	Встреча клуба	Карлова Зоя Забитовна
январь	17.01.2023	14:00	OFF	Венгерская комедия "Голый дипломат" 1963 год	Развитие	Встреча клуба	Червоцнев Александр Дмитриевич
январь	17.01.2023	14:30	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
январь	17.01.2023	15:00	OFF	Игра на гитаре, разучивание новых композиций и мелодий.	Творчество	Встреча клуба	Леонова Наталья Владимировна
январь	17.01.2023	15:15	OFF	Отработка бальных танцев в парах. Клуб подходит для тех, кто давно занимается бальными танцами и готов отработать танцы и дружной компании	ЗОЖ	Встреча клуба	Болгова Людмила Владимировна
январь	17.01.2023	16:00	OFF	Игры в настольный теннис для любого уровня подготовки	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	17.01.2023	16:00	OFF	Занятие танцами по направлению Хастл	ЗОЖ	Мероприятие	Кухтин Евгений Валентинович
январь	17.01.2023	17:00	OFF	Арт-терапия - особый вид диалога с самим собой. Приглашаем вас успокоить свои мысли и стать более гармоничным. Посвятите себе час, рисуя мандалы или нейрографику и слушая звуки Тибетских поющих чаш или медитативную музыку.	ЗОЖ	Встреча клуба	Пылова Елена Николаевна
январь	17.01.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
январь	17.01.2023	18:00	OFF	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казаков Сергей Владимирович
январь	17.01.2023	18:00	OFF	Игры в настольный теннис для любого уровня подготовки	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	17.01.2023	19:00	ON	Книги и повести онлайн. Продолжение прослушивания аудиокниги Алексея Николаевича Толстого "Эмигранты".	Развитие	Встреча клуба	Червоцнев Александр Дмитриевич
январь	17.01.2023	19:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
январь	17.01.2023	20:30	ON	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
январь	18.01.2023	10:00	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	18.01.2023	10:00	OFF	Шьем в технике пэчворк "Мини - органайзер".	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
январь	18.01.2023	10:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будькина Татьяна Фёдоровна
январь	18.01.2023	10:00	OFF	Делаем цветок-брошь в технике канзаши. Делаем жизнерадостный жёлтый цветок или брусничный.	Творчество	Встреча клуба	Голобурда Антонина Ивановна
январь	18.01.2023	10:30	OFF	В программе следующие виды гимнастики: мышечно-суставная, глазная, для позвоночника, от плоскостопия, для языка, пальчиковая, для координации, ритмика и другие полезности. Для занятия нужна теплая и не стесняющая движения одежда, на ногах носочки. Возьмите с собой бутылочку питьевой воды. Встречу проводит опытный тренер - Ирина Михайловна Соломатина.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
январь	18.01.2023	11:30	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	18.01.2023	12:00	OFF	Небольшая зарядка-разминка, записанная лидером клуба Ульяной Игоревной и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
январь	18.01.2023	12:00	OFF	Исполнение песен 40-80 годов, песен из к/ф, романсов, русских народных, военно-патриотических и эстрадных.	Творчество	Мероприятие	Афанасьева Лариса Александровна
январь	18.01.2023	12:00	OFF	Написание картин масляными красками. Зимние пейзажи.	Творчество	Встреча клуба	Никольская Людмила Михайловна
январь	18.01.2023	12:00	OFF	Постановка и репетиция танцев разных направлений под любимые мелодии. Танцуем для души и от души!	ЗОЖ	Встреча клуба	Иноземцева Людмила Георгиевна

январь	18.01.2023	13:00	OFF	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
январь	18.01.2023	13:00	OFF	Профилактика невроза. ВСД. Мягкая и эффективная программа направлена на то, чтобы оптимальным образом воздействовать на слабые участки и снимать напряжение с позвоночника и шеи.	ЗОЖ	Мероприятие	Белякова Татьяна Константиновна
январь	18.01.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	18.01.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	18.01.2023	13:00	ON+OFF	Приглашаем вас присоединиться к клубу "Хочу все знать". В программе занятия - настоящая зарядка для мозга: интересные вопросы, логические задачки. Ирина Андреевна Ананьева уже подготовила новые задания. Ждем вас. Уже завтра в 13:00. Не пропустите.	Развитие	Встреча клуба	Ананьева Ирина Андреевна
январь	18.01.2023	14:00	OFF	Исполнение песен 40-80 годов, песен из к/ф, романсов, русских народных, военно-патриотических и эстрадных.	Творчество	Мероприятие	Афанасьева Лариса Александровна
январь	18.01.2023	14:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	18.01.2023	14:00	OFF	Концертная программа "Зимние посиделки" танцевального клуба "Танцы народов мира" под руководством Эллы Наумовны Гутлиной.	Творчество	Встреча клуба	Гутлина Элла Наумовна
январь	18.01.2023	14:30	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	18.01.2023	14:30	OFF	Просмотр балета "Жизель" (1984, Мариинский театр).	Развитие	Встреча клуба	Рослова Татьяна Викторовна
январь	18.01.2023	15:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	18.01.2023	15:00	OFF	Мастер - класс по созданию цветов - бантов из органзы. Необходимые материалы: ножницы, клей, бусины для создания центра цветов, нитки и иголка.	Творчество	Мероприятие	Андрянова Людмила Сергеевна
январь	18.01.2023	15:00	OFF	Бисероплетение, декупаж и другие виды рукоделия	Творчество	Мероприятие	Бувайло Наталья Александровна
январь	18.01.2023	15:00	OFF	Обереговые куклы. Зимушка-Зима. Кукла по мотивам народной куклы.	Творчество	Встреча клуба	Климова Елена Александровна
январь	18.01.2023	16:00	OFF	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартынов Виктор Васильевич
январь	18.01.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	18.01.2023	17:00	OFF	Показ театральной постановки "Сказ о Федоте Стрельце" на территории ЦМД "Куркино"	Творчество	Встреча клуба	Стемпковская Галина Вячеславовна
январь	18.01.2023	17:00	OFF	Арт-терапия - особый вид диалога с самим собой. Приглашаем вас успокоить свои мысли и стать более гармоничным. Посвятите себе час, рисуя мандалы или нейрографику и слушая звуки Тибетских поющих чаш или медитативную музыку.	ЗОЖ	Встреча клуба	Пылова Елена Николаевна
январь	18.01.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
январь	18.01.2023	18:00	OFF	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
январь	18.01.2023	18:00	ON	Тема мастер-класса "Привычка - вторая натура". На мастер-классе вы узнаете: - как появляются привычки; - как привычки определяют наше будущее; - как привычки влияют на наш характер; - 10 полезных привычек на каждый день.	ЗОЖ	Мероприятие	Слепов Александр Григорьевич
январь	18.01.2023	18:00	OFF	Угадываем загаданное без слов	Развитие	Мероприятие	Зяткова Наталья Игнатьевна
январь	18.01.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	18.01.2023	18:15	OFF	Обсуждение после репетиции сложных репетиционных моментов, обмен опытом, отдых после спектакля	ЗОЖ	Встреча клуба	Стемпковская Галина Вячеславовна
январь	18.01.2023	19:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
январь	18.01.2023	19:00	ON	Книги и повести онлайн. Аудиокнига Санаева "Похороните меня за плинтусом".	Развитие	Встреча клуба	Червоцнев Александр Дмитриевич
январь	18.01.2023	20:30	ON	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
январь	19.01.2023	10:00	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	19.01.2023	10:00	OFF	Создание мягких игрушек своими руками.	Творчество	Встреча клуба	Морозова Людмила Владимировна
январь	19.01.2023	11:00	ON+OFF	Зарядка с нутрициологом, диетологом по правильному питанию, самомассажу, омоложению, пробуждению организма после зимы и болезней.	ЗОЖ	Встреча клуба	Макаревич Маргарита Владимировна
январь	19.01.2023	11:00	OFF	Мастерим браслеты, сережки, подвески и другие изящные изделия с элементами кольчужного плетения.	Творчество	Встреча клуба	Коровайцева Наталья Павловна
январь	19.01.2023	11:30	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	19.01.2023	12:00	OFF	Подготовка к мастер - классу.	Развитие	Встреча клуба	Середа Надежда Викторовна
январь	19.01.2023	12:00	OFF	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченок Наталья Ивановна
январь	19.01.2023	12:00	OFF	Авторские игрушки Надежды Дмитриевны Красавиной	Творчество	Встреча клуба	Красавина Надежда Дмитриевна
январь	19.01.2023	12:00	OFF	Небольшая зарядка-разминка, записанная лидером клуба Ульяной Игоровной и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
январь	19.01.2023	12:00	OFF	Репетиция танцевальной студии "Комплимент" под руководством Гончаровой Людмилы Викторовны.	ЗОЖ	Мероприятие	Гончарова Людмила Викторовна

январь	19.01.2023	12:00	OFF	Написание картин масляными красками. Зимние пейзажи.	Творчество	Встреча клуба	Никопская Людмила Михайловна
январь	19.01.2023	13:00	OFF	Готовим блюда с Надеждой Викторовной Середой. 1. "Дымляма" - овощное рагу с мясом; 2. Салат из пекинской капусты, зелёной редьки и яблок; 3. Рулеты с вареной сгущённой и творожным сыром. Делимся рецептами и секретами приготовления. О последовательности приготовления вы сможете узнать на встрече клуба.	Развитие	Встреча клуба	Середина Надежда Викторовна
январь	19.01.2023	13:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
январь	19.01.2023	14:00	OFF	Встреча посвящена русскому прозаику, поэту и драматургу Владимиру Николаевичу Войновичу. Он известен также как автор текстов песен и художник-живописец. Является лауреатом Государственной премии Российской Федерации. Почётный член Российской академии художеств. Ведет встречу лидер литературного клуба - Вера Георгиевна Антонова.	Развитие	Встреча клуба	Антонова Вера Георгиевна
январь	19.01.2023	14:00	OFF	Встреча нового клуба по парикмахерскому искусству "Ваш стиль". Добро пожаловать в пространство индивидуального образа! Ваш стиль дополняют эффектные и выразительные линии, а создание форм по правилам золотого сечения не потребуют укладки, дадут свободу и удобство. Встречу проводит парикмахер - стилист Юлия Игоревна Грищенкова.	Развитие	Мероприятие	Грищенкова Юлия Игоревна
январь	19.01.2023	14:00	OFF	Дегустация блюда участниками мастер-класса.	Развитие	Встреча клуба	Середина Надежда Викторовна
январь	19.01.2023	14:30	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
январь	19.01.2023	15:00	OFF	Встреча нового клуба по парикмахерскому искусству "Ваш стиль". Добро пожаловать в пространство индивидуального образа! Ваш стиль дополняют эффектные и выразительные линии, а создание форм по правилам золотого сечения не потребуют укладки, дадут свободу и удобство. Встречу проводит парикмахер - стилист Юлия Игоревна Грищенкова.	Развитие	Мероприятие	Грищенкова Юлия Игоревна
январь	19.01.2023	16:00	OFF	Занятие танцами по направлению Хапсл	ЗОЖ	Мероприятие	Кухтин Евгений Валентинович
январь	19.01.2023	16:00	OFF	Репетиция музыкального ансамбля: совместное исполнение песен в тёплой дружеской обстановке (открытый микрофон).	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
январь	19.01.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	19.01.2023	18:00	OFF	Чаепитие членов клуба и обсуждение дальнейших занятий	ЗОЖ	Мероприятие	Кухтин Евгений Валентинович
январь	19.01.2023	18:00	ON+OFF	Массаж лица, шеи и рук. Приготовление масок из натуральных ингредиентов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Калябина Светлана Валентиновна
январь	19.01.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
январь	19.01.2023	18:00	OFF	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казакос Сергей Владимирович
январь	19.01.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	19.01.2023	19:00	ON	Книги и повести онлайн. Продолжение аудиокнижки Павла Санаева "Похороните меня за плинтусом"	Развитие	Встреча клуба	Червоцнев Александр Дмитриевич
январь	19.01.2023	19:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
январь	19.01.2023	20:30	ON	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
январь	20.01.2023	10:00	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	20.01.2023	10:00	OFF	Делаем цветок-брошь "Золотая рыбка" в технике канзаши.	Творчество	Встреча клуба	Голобурда Антонина Ивановна
январь	20.01.2023	10:30	OFF	Дорогие друзья, приглашаем вас на увлекательное занятие по релаксации и созданию позитивного настроения! На занятии вы сможете: Отдохнуть от повседневных забот; Улучшить свое настроение; Зарядиться энергией; Интересно провести время; Обогатить свой творческий потенциал. Занятие проведут опытные психологи Московской службы психологической помощи населению.	Развитие	Мероприятие	Мамонова Ольга Валерьевна
январь	20.01.2023	11:30	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	20.01.2023	12:00	OFF	Приглашаем к участию в акции «Носочки для сыночков»! Наш вклад – это вязаные вещи, которые согреют и уберегут ребят на передовой и помогут восстановиться в госпиталях, подарят им кусочек тепла и любви родного дома! Встреча клуба любителей вязания. Обмен опытом методов и техник вязания.	Творчество	Встреча клуба	Трекалова Ольга Васильевна
январь	20.01.2023	12:00	OFF	Небольшая зарядка-разминка, записанная лидером клуба Ульяной Игоревной и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
январь	20.01.2023	12:00	OFF	Исполнение песен 40-80 годов, песен из к/ф, романсов, русских народных, военно-патриотических и эстрадных.	Творчество	Мероприятие	Афанасьева Лариса Александровна
январь	20.01.2023	13:00	OFF	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
январь	20.01.2023	13:00	ON+OFF	Готовим мексиканский суп и горячие бутерброды.	ЗОЖ	Мероприятие	Власова Ирина Юрьевна
январь	20.01.2023	13:00	OFF	Чаепитие участников клуба.	Творчество	Встреча клуба	Трекалова Ольга Васильевна

январь	20.01.2023	13:00	OFF	Профилактика невроза. ВСД. Мягкая и эффективная программа направлена на то, чтобы оптимальным образом воздействовать на слабые участки и снимать напряжение с позвоночника и шеи.	ЗОЖ	Мероприятие	Белякова Татьяна Константиновна
январь	20.01.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	20.01.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	20.01.2023	14:00	OFF	Чашепитие. Подготовка к концерту	Творчество	Мероприятие	Афанасьева Лариса Александровна
январь	20.01.2023	14:00	OFF	Традиции русского домашнего быта, внешние убранства. На встрече вы сможете получить рекомендации профессионала по выбору стрижек и причесок. Встречу проводит профессиональный парикмахер, лидер - клуба Эвелина Вадимовна Байрамкулова.	ЗОЖ	Встреча клуба	Байрамкулова Эвелина Вадимовна
январь	20.01.2023	14:30	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	20.01.2023	14:30	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	20.01.2023	15:00	OFF	На встрече клуба мы обсудим: - социальную психологию личности; - социальную психологию общностей и общения; - общественные отношения; - формы духовной деятельности; - индивидуальные психологические тесты.	Развитие	Встреча клуба	Коробков Николай Петрович
январь	20.01.2023	15:00	OFF	Просмотр фильма по заявкам	Развитие	Встреча клуба	Котляревская Ольга Анатольевна
январь	20.01.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	20.01.2023	16:00	OFF	Исполнение любимых хитов в микрофон.	Творчество	Встреча клуба	Черкасова Наталья Николаевна
январь	20.01.2023	16:00	OFF	В программе: Оздоровительные гимнастики, Комплексы (статические и динамические) Асан и Пранаям, Шавасана, Мудры, Мантры, Самомассаж, Медитации, Упражнения для омоложения. Практики направленные на поддержание организма в здоровом состоянии. Для занятия нужна теплая и не стесняющая движения одежда, на ногах носочки, а также коврик. Возьмите с собой бутылочку питьевой воды. Встречу проводит опытный тренер по йоге - Ирина Михайловна Соломатина.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
январь	20.01.2023	17:00	OFF	В программе: Оздоровительные гимнастики, Комплексы (статические и динамические) Асан и Пранаям, Шавасана, Мудры, Мантры, Самомассаж, Медитации, Упражнения для омоложения. Практики направленные на поддержание организма в здоровом состоянии. Для занятия нужна теплая и не стесняющая движения одежда, на ногах носочки, а также коврик. Возьмите с собой бутылочку питьевой воды. Встречу проводит опытный тренер по йоге - Ирина Михайловна Соломатина.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
январь	20.01.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	20.01.2023	18:00	OFF	Как давно и недавно одновременно это было. Музыка, стили, одежда, научные изобретения и многое другое. Танцуют все под 70-80-90 е	ЗОЖ	Мероприятие	Бабышкина Светлана Шулимовна
январь	20.01.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
январь	20.01.2023	19:00	ON	Книги и повести онлайн.	Развитие	Встреча клуба	Червоцев Александр Дмитриевич
январь	20.01.2023	19:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
январь	20.01.2023	20:30	ON	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
январь	21.01.2023	10:00	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	21.01.2023	10:00	OFF	Шьем в технике печворк. Мини - сумочка.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
январь	21.01.2023	10:00	OFF	Встреча участников клуба, беседа на темы j пчеловодств с опытным пчеловодом Борисом Викторовичем Крюковым.	ЗОЖ	Встреча клуба	Крюков Борис Викторович
январь	21.01.2023	11:00	OFF	Мастер-класс в технике "папертоль", создание открытки	Творчество	Мероприятие	Комлева Лариса Петровна
январь	21.01.2023	11:30	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	21.01.2023	12:00	OFF	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченко Наталья Ивановна
январь	21.01.2023	12:00	ON+OFF	Подготовка к мастер - классу.	ЗОЖ	Мероприятие	Белякова Татьяна Константиновна
январь	21.01.2023	12:00	OFF	Небольшая зарядка-разминка, записанная лидером клуба Ульяной Игоревной и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
январь	21.01.2023	13:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
январь	21.01.2023	13:00	OFF	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
январь	21.01.2023	13:00	ON+OFF	Готовим ароматную солянку с грибами. О последовательности приготовления десертов вы сможете узнать во время встречи нашего клуба. Готовим блюда и обсуждаем полезные свойства ингредиентов.	ЗОЖ	Мероприятие	Белякова Татьяна Константиновна

январь	21.01.2023	13:00	OFF	Приглашаем вас на музыкально - оздоровительную встречу, где вы сможете поднять свое настроение через пение и танец. В программе: знакомство с темой "Откуда берутся болезни"; раскрытие секретов поддержания здоровья души и тела; узнаете как стать более счастливым и здоровым; вас ждет практическое занятие по правильному дыханию, а также исполнение песен и танцев как инструментов здоровья. Встречу проводит педагог - психолог, музыкотерапевт, композитор - Элеонора Герасимовна Василене.	ЗОЖ	Мероприятие	Василене Элеонора Герасимовна
январь	21.01.2023	14:00	ON+OFF	Дегустация блюда участниками мастер-класса.	ЗОЖ	Мероприятие	Белякова Татьяна Константиновна
январь	21.01.2023	14:00	OFF	Арт-терапия - особый вид диалога с самим собой. Приглашаем вас успокоить свои мысли и стать более гармоничным. Посвятите себе час, рисуя мандалы или нейрографику и слушая звуки Тибетских поющих чаш или медитативную музыку.	ЗОЖ	Встреча клуба	Пылова Елена Николаевна
январь	21.01.2023	14:00	OFF	Приглашаем вас на музыкально - оздоровительную встречу, где вы сможете поднять свое настроение через пение и танец. В программе: знакомство с темой "Откуда берутся болезни"; раскрытие секретов поддержания здоровья души и тела; узнаете как стать более счастливым и здоровым; вас ждет практическое занятие по правильному дыханию, а также исполнение песен и танцев как инструментов здоровья. Встречу проводит педагог - психолог, музыкотерапевт, композитор - Элеонора Герасимовна Василене.	ЗОЖ	Мероприятие	Василене Элеонора Герасимовна
январь	21.01.2023	14:30	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
январь	21.01.2023	15:00	ON+OFF	Приглашаем на лекцию - беседу с опытным пчеловодом, профессионалом своего дела Борисом Викторовичем Крюковым. Тема встречи: "Как заготовить продукты пчеловодства и как их хранить в условиях московской квартиры".	ЗОЖ	Встреча клуба	Крюков Борис Викторович
январь	21.01.2023	15:00	ON+OFF	Клуб "Психолог и Я". В субботу, 21 января в 15-00 поговорим о созависимости в отношениях. Разберём психологию отношений героев фильма "Любовь по правилам и без". Важно! Встречи временно проходят в он-лайн формате.	ЗОЖ	Мероприятие	Мезина Инна Александровна
январь	21.01.2023	15:00	OFF	Просмотр фильма "Сиси молодая императрица", в главной роли Роми Шнайдер.	Развитие	Мероприятие	Котляревская Ольга Анатольевна
январь	21.01.2023	16:00	OFF	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартьянов Виктор Васильевич
январь	21.01.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	21.01.2023	18:00	ON	«Всё про лекарственные травы». 1. Мята перечная, морфологическое описание. 2. Как отличить мяту перечную от обычной? 3. Какие свойства у мяты перечной. 4. Кому нельзя употреблять мяту перечную. 5. Как правильно приготовить мятный чай с лимоном?	ЗОЖ	Встреча клуба	Калябина Светлана Валентиновна
январь	21.01.2023	18:00	OFF	Занятие танцами по направлению Хаствл	ЗОЖ	Мероприятие	Кухтин Евгений Валентинович
январь	21.01.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	22.01.2023	10:00	ON+OFF	Сочетание дыхательных упражнений, которые насыщают мозг и другие органы кислородом. Вас наполняет энергия, отступают болезни, улучшаются настроение и отношения с людьми, вся жизнь в целом переходит на качественно иной уровень.	ЗОЖ	Мероприятие	Русинова Людмила Владимировна
январь	22.01.2023	10:00	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	22.01.2023	10:00	OFF	Шьем в технике печворк. Мини - сумочка.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
январь	22.01.2023	10:00	OFF	Игра в теннис для среднего уровня подготовки. отработка ударов и работа на тренажерах, для развития выносливости.	ЗОЖ	Встреча клуба	Полянинов Сергей Леонидович
январь	22.01.2023	11:30	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	22.01.2023	12:00	OFF	Работа на координацию и ловкость на балансировочных полусферах Boys для желающих улучшить свою физическую форму. Набор в группу только с хорошей физической формой и по записи.	ЗОЖ	Мероприятие	Белосу Татьяна Нисоновна
январь	22.01.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	22.01.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	22.01.2023	14:00	OFF	Тренировка по игре в шахматы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Мешков Анатолий Юрьевич
январь	22.01.2023	14:00	OFF	Профессиональный фотограф, член союза фотографов, сотрудник газеты "Аргументы и факты" готов давать фотуроки. Как настроить камеру, как подобрать идеальный кадр, как сделать удачный кадр с первого раза.	Развитие	Встреча клуба	Макарычев Геннадий Александрович
январь	22.01.2023	14:30	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	22.01.2023	14:30	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	22.01.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	22.01.2023	16:00	OFF	Занятия танцами в клубе "Саям".	ЗОЖ	Мероприятие	Кулешова Татьяна Анатольевна
январь	22.01.2023	18:00	ON	Командные онлайн-игры на логику и скорость мышления: Мафия, Импровизация, Элиас, Крокодил и др.	Развитие	Встреча клуба	Ананьева Ирина Андреевна

январь	22.01.2023	18:00	OFF	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Зямович
январь	22.01.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	23.01.2023	10:00	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	23.01.2023	10:00	OFF	Исторические танцы предназначены для времяпрепровождения людей, не имеющих специальной подготовки. Занятия будут интересны и комфортны участникам любого уровня подготовки, физических данных, способностей, опыта и навыков.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ежов Валерий Трофимович
январь	23.01.2023	10:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будькина Татьяна Фёдоровна
январь	23.01.2023	11:00	OFF	Разъяснение законодательства в сфере семейного, наследственного права. Об открытии и закрытии банковского счета. Получение кредита, оплата процентов и части долга, досрочное погашение кредита. Представительство (оформление доверенности). Защита прав потребителей, потребителей финансовых услуг. Порядок обращения и сроки обращения в суд. Встречи проходят в формате лекций.	Развитие	Мероприятие	Куличева Елена Викторовна
январь	23.01.2023	11:30	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	23.01.2023	13:00	OFF	Дорогие друзья! Лидер волонтерского отряда "Добрые руки" Елена Рудакова ищет новых друзей, желающих помогать тем, кто в этом нуждается. Выберите удобные для Вас формат и направление и становитесь частью нашей команды! Ничего сложного! Достаточно иметь немного свободного времени и желание делиться теплом своих добрых сердец с другими. Встречаемся каждый понедельник в 13:00 в медиагостиной 2. Давайте делать добрые дела! Волонтеры могут всё!	Развитие	Встреча клуба	Рудакова Елена Викторовна
январь	23.01.2023	13:00	OFF	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранаяма, Шавасану и Созерцание, самомассаж, медитации, мудры и мантры, а также упражнения для омоложения. Для занятия нужна теплая и не стесняющая движения одежда, на ногах носочки. Возьмите с собой бутылочку питьевой воды. Встречу проводит опытный тренер по йоге - Ирина Михайловна Соломатина.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
январь	23.01.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	23.01.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	23.01.2023	14:00	OFF	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранаяма, Шавасану и Созерцание, самомассаж, медитации, мудры и мантры, а также упражнения для омоложения. Для занятия нужна теплая и не стесняющая движения одежда, на ногах носочки. Возьмите с собой бутылочку питьевой воды. Встречу проводит опытный тренер по йоге - Ирина Михайловна Соломатина.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
январь	23.01.2023	14:30	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	23.01.2023	14:30	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	23.01.2023	15:00	OFF	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
январь	23.01.2023	15:00	OFF	Театральная репетиция — подготовка и создание нового спектакля. Повторение старых пьес и постановок. Чехов	Творчество	Встреча клуба	Стемпковская Галина Вячеславовна
январь	23.01.2023	15:30	OFF	Танцевальная гостиная - это система разных танцевальных техник с ненавязчивым терапевтическим аспектом для восстановления внутренней гармонии, ресурсного состояния и жизнерадостности. Здесь не только танцуют, но и рисуют, рассуждают, пишут, медитируют и просто получают удовольствие.	ЗОЖ	Мероприятие	Кутукова Ольга Григорьевна
январь	23.01.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	23.01.2023	17:00	OFF	Обсуждение после репетиции сложных репетиционных моментов, обмен опытом, отдых в нашем уютном кафе	ЗОЖ	Встреча клуба	Стемпковская Галина Вячеславовна
январь	23.01.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
январь	23.01.2023	18:00	OFF	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
январь	23.01.2023	18:00	ON+OFF	Гимнастика с элементами самомассажа и растяжки. Улучшается мобильность суставов, растягиваются мышцы, убираются зажимы и улучшается общее физическое состояние. Подходит для любого уровня физической подготовки.	ЗОЖ	Мероприятие	Антонова Ульяна Игоревна
январь	23.01.2023	18:00	OFF	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Зямович
январь	23.01.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	23.01.2023	19:00	ON	Книги и повести онлайн	Развитие	Встреча клуба	Червоцков Александр Дмитриевич
январь	23.01.2023	19:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
январь	23.01.2023	20:30	ON	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна

январь	24.01.2023	10:00	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	24.01.2023	10:00	OFF	Отработка бальных танцев в парах. Клуб подходит для тех, кто давно занимается бальными танцами и готов обрабатывать танцы и дружной компании	ЗОЖ	Встреча клуба	Болгова Людмила Владимировна
январь	24.01.2023	11:00	OFF	Зарядка с нутрициологом, диетологом по правильному питанию, самомассажу, омоложению, пробуждению организма после зимы и болезней.	ЗОЖ	Встреча клуба	Макаревич Маргарита Владимировна
январь	24.01.2023	11:00	ON+OFF	"Прогулка по пушкинской Москве" - от Немечкой слободы до Воротниковского переулка.	Развитие	Встреча клуба	Дворецкая Елена Сергеевна
январь	24.01.2023	11:00	OFF	Сочинение пьес, изготовление кукол-петрушек в технике папье-маше, создание домашних кукольных театров.	Творчество	Мероприятие	Землякова Галина Владимировна
январь	24.01.2023	11:30	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	24.01.2023	12:00	OFF	Участие команды нашего центра в игре "Где логика" от ЦМД "Войковская	Развитие	Встреча клуба	Ананьева Ирина Андреевна
январь	24.01.2023	12:00	OFF	Поэтический салон "2 Господина". Выступают: Виктор Петрович Горяинов-поэзия души, Александр Дмитриевич Червоццев-сонеты.	Творчество	Встреча клуба	Червоццев Александр Дмитриевич
январь	24.01.2023	12:00	OFF	Приглашаем к участию в акции «Носочки для сыночков!» Наш вклад – это вязаные вещи, которые согреют и убергут ребят на передовой и помогут восстановиться в госпиталях, подарят им кусочек тепла и любви родного дома! Встреча клуба любителей вязания. Обмен опытом методов и техник вязания.	Творчество	Встреча клуба	Трекалова Ольга Васильевна
январь	24.01.2023	12:00	OFF	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченок Наталья Ивановна
январь	24.01.2023	12:00	OFF	Как плести из газетных трубочек: пошаговые советы опытной мастерицы. Создаем бумажную лозу, превратив груды скопившихся газет и прочей макулатуры в сырье для создания эффектных плетеных шедевров. Необходимые материалы: газетные листы, ножницы, клей ПВА, канцелярский нож, тонкая спица (1,5-2 мм.), губка для протирания рук.	Творчество	Встреча клуба	Малахова Людмила Гавриловна
январь	24.01.2023	12:00	OFF	Небольшая зарядка-разминка, записанная лидером клуба Ульяной Игоревной и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
январь	24.01.2023	13:00	OFF	Отдых после интеллектуальной игры, обмен опытом, обсуждение вопросов	ЗОЖ	Встреча клуба	Ананьева Ирина Андреевна
январь	24.01.2023	13:00	OFF	В теплой уютной обстановке пройдет обучение как правильно ухаживать за лицом и как правильно делать лимфодренажный массаж лица. Полное преображение!	ЗОЖ	Встреча клуба	Макаревич Маргарита Владимировна
январь	24.01.2023	13:00	OFF	Культурно-познавательная программа для любителей путешествий. Лекция с Татьяной Георгиевной Кочиевой. Специалист по международному туризму. Тема: Дворцы и фонтаны Санкт - Петербурга	Развитие	Мероприятие	Кочиева Татьяна Георгиевна
январь	24.01.2023	13:00	OFF	Репетиция музыкального ансамбля: совместное исполнение песен в тёплой дружеской обстановке (открытый микрофон).	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
январь	24.01.2023	13:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
январь	24.01.2023	13:00	OFF	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
январь	24.01.2023	14:00	OFF	Встреча клуба "Я дышу - и значит, я люблю! Я люблю - и, значит, я живу!" Посвящена памяти Владимира Высоцкого.	Творчество	Встреча клуба	Кардова Зоя Забитовна
январь	24.01.2023	14:30	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
январь	24.01.2023	16:00	OFF	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартынов Виктор Васильевич
январь	24.01.2023	16:00	OFF	Игры в настольный теннис для любого уровня подготовки	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	24.01.2023	16:00	OFF	Занятие танцами по направлению Хасти	ЗОЖ	Мероприятие	Кухтин Евгений Валентинович
январь	24.01.2023	17:00	OFF	Метафорические ассоциативные карты - помощь психолога в вашей жизни. Разбор сновидений, как проекций реальности, проблем на работе, сложностей в отношениях; работа с чувствами; вопросы самоопределения и поиска своего "я". Занятия проводит сертифицированный специалист, социальный психолог, этнопсихолог - Николай Викторович Страхов.	ЗОЖ	Мероприятие	Страхов Николай Викторович
январь	24.01.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
январь	24.01.2023	18:00	OFF	Игры в настольный теннис для любого уровня подготовки	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	24.01.2023	18:00	OFF	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казakov Сергей Владимирович
январь	24.01.2023	19:00	ON	Книги и повести онлайн	Развитие	Встреча клуба	Червоццев Александр Дмитриевич
январь	24.01.2023	19:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
январь	24.01.2023	20:30	ON	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
январь	25.01.2023	10:00	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	25.01.2023	10:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будыкина Татьяна Фёдоровна
январь	25.01.2023	10:00	OFF	Делаем цветок-брошь в технике канзаши.	Творчество	Встреча клуба	Голобурда Антолина Ивановна

январь	25.01.2023	10:30	OFF	В программе следующие виды гимнастики: мышечно-суставная, глазная, для позвоночника, от плоскостопия, для языка, пальчиковая, для координации, ритмика и другие полезности. Для занятия нужна теплая и не стесняющая движения одежда, на ногах носочки. Возьмите с собой бутылочку питьевой воды. Встречу проводит опытный тренер - Ирина Михайловна Соломатина.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
январь	25.01.2023	12:00	OFF	Фотосессия участников клуба "Сподвижники"	ЗОЖ	Встреча клуба	Иванов Олег Валентинович
январь	25.01.2023	12:00	OFF	Постановка и репетиция танцев разных направлений под любимые мелодии. Танцуем для души и от души!	ЗОЖ	Встреча клуба	Иноземцева Людмила Георгиевна
январь	25.01.2023	12:00	OFF	Небольшая зарядка-разминка, записанная лидером клуба Ульяной Игоревной и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
январь	25.01.2023	12:00	OFF	Написание картин масляными красками. Зимние пейзажи.	Творчество	Встреча клуба	Никольская Людмила Михайловна
январь	25.01.2023	13:00	OFF	Обсуждение новой танцевальной программы, набор новых участников	ЗОЖ	Встреча клуба	Иноземцева Людмила Георгиевна
январь	25.01.2023	13:00	OFF	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
январь	25.01.2023	13:00	OFF	Профилактика невроза ВСД. Мягкая и эффективная программа направлена на то, чтобы оптимальным образом воздействовать на слабые участки и снимать напряжение с позвоночника и шеи.	ЗОЖ	Мероприятие	Белякова Татьяна Константиновна
январь	25.01.2023	13:00	OFF	Интересные истории и факты о районе Тушино, просмотр слайдов и чтение стихотворений.	Развитие	Встреча клуба	Ильина Наталья Ивановна
январь	25.01.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	25.01.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	25.01.2023	14:00	OFF	Чаепитие членов клуба и обсуждение дальнейших мастер - классов.	Развитие	Встреча клуба	Ильина Наталья Ивановна
январь	25.01.2023	14:00	OFF	Участие команды нашего центра в игре "Квиз извилил" от ЦМД "Куркино"	Развитие	Встреча клуба	Ананьева Ирина Андреевна
январь	25.01.2023	14:00	OFF	В 14.00 в кафе Клуб Полезных Знакомств проводит встречу с Партнерами Клуба.	Развитие	Мероприятие	Петров Валентин Васильевич
январь	25.01.2023	14:00	OFF	Концерт, посвященный юбилею Владимира Высоцкого.	Творчество	Мероприятие	Афанасьева Лариса Александровна
январь	25.01.2023	14:00	OFF	Отдых в кафе после игры, обсуждение вопросов, обмен опытом	ЗОЖ	Встреча клуба	Ананьева Ирина Андреевна
январь	25.01.2023	14:00	OFF	Обсуждение сложных репетиционных моментов, обмен опытом, отдых в нашем уютном кафе	ЗОЖ	Встреча клуба	Степиковская Галина Вячеславовна
январь	25.01.2023	14:30	OFF	Театральная репетиция — подготовка и создание нового спектакля. Повторение старых пьес и постановок. Чехов	Творчество	Встреча клуба	Степиковская Галина Вячеславовна
январь	25.01.2023	15:00	OFF	Бисероплетение, декупаж и другие виды рукоделия	Творчество	Мероприятие	Бувайло Наталья Александровна
январь	25.01.2023	15:00	OFF	Обереговые куклы.	Творчество	Встреча клуба	Климова Елена Александровна
январь	25.01.2023	15:00	OFF	Приглашаем вас на мастер - класс в "Творческую мастерскую" по созданию уютных домашних тапочек для себя и гостей! Необходимые материалы: старые джинсы или любой плотный материал, можно использовать ненужные кофты, остатки материала, ножницы, нитки и иглолка, а также стельки для того, чтобы вырезать точный размер. Встречу проводит опытная мастерица - Людмила Сергеевна Андрианова.	Творчество	Мероприятие	Андрианова Людмила Сергеевна
январь	25.01.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	25.01.2023	16:00	OFF	Чаепитие, разбор концерта.	Творчество	Мероприятие	Афанасьева Лариса Александровна
январь	25.01.2023	17:00	OFF	Чаепитие членов клуба и обсуждение дальнейших мастер - классов.	Творчество	Мероприятие	Бувайло Наталья Александровна
январь	25.01.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
январь	25.01.2023	18:00	OFF	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
январь	25.01.2023	18:00	ON	Мастер-класс "Практическая психология". "Как понять себя и найти внутреннюю опору"	ЗОЖ	Мероприятие	Слепов Александр Григорьевич
январь	25.01.2023	18:00	OFF	Угадываем загаданное без слов	Развитие	Мероприятие	Зяткова Наталья Игнатьевна
январь	25.01.2023	18:00	OFF	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Зямович
январь	25.01.2023	19:00	ON	Книги и повести онлайн	Развитие	Встреча клуба	Червонов Александр Дмитриевич
январь	25.01.2023	20:30	ON	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
январь	26.01.2023	10:00	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	26.01.2023	10:00	OFF	Создание мягких игрушек своими руками.	Творчество	Встреча клуба	Морозова Людмила Владимировна
январь	26.01.2023	11:00	ON+OFF	Зарядка с нутрициологом, диетологом по правильному питанию, самомассажу, омоложению, пробуждению организма после зимы и болезней.	ЗОЖ	Встреча клуба	Макаревич Маргарита Владимировна
январь	26.01.2023	12:00	OFF	Подготовка к мастер - классу.	Развитие	Встреча клуба	Антощенко Любовь Петровна
январь	26.01.2023	12:00	OFF	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченко Наталья Ивановна

январь	26.01.2023	12:00	OFF	Авторские игрушки Надежды Дмитриевны Красиной	Творчество	Мероприятие	Красавина Надежда Дмитриевна
январь	26.01.2023	12:00	OFF	Небольшая зарядка-разминка, записанная лидером клуба Ульяной Игоревной и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
январь	26.01.2023	12:00	OFF	Репетиция танцевальной студии "Комплимент" в стиле Латино под руководством Гончаровой Людмилы Викторовны.	ЗОЖ	Мероприятие	Гончарова Людмила Викторовна
январь	26.01.2023	13:00	OFF		ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
январь	26.01.2023	13:00	OFF	Готовим греческий суп с чечевицей, салат "Лебединый пух" и пирог с клюквой. Встречу проводят Любовь Петровна Антощенко и Людмила Николаевна Набатова. Делимся рецептами и секретами приготовления. О последовательности приготовления вы сможете узнать на встрече клуба.	Развитие	Встреча клуба	Антощенко Любовь Петровна
январь	26.01.2023	13:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
январь	26.01.2023	13:00	OFF	Просмотр фильма по заявкам	Развитие	Встреча клуба	Полякова Светлана Анатольевна
январь	26.01.2023	14:00	OFF	Дегустация блюда участниками мастер-класса.	Развитие	Встреча клуба	Антощенко Любовь Петровна
январь	26.01.2023	14:00	OFF	Встреча участников клуба на тему: "Михаил Михайлович Пришвин". Писатель, прозаик, описывающий в своем творчестве человека и природу в их взаимосвязи, вопросы судьбы человека, его бытия, смысла жизни, религии, сделавший огромный вклад в отечественную литературу.	Развитие	Встреча клуба	Антонова Вера Георгиевна
январь	26.01.2023	14:00	OFF	Приглашаем вас на обмен комнатными растениями «Цветочный кроссинг». На встрече вы сможете обменяться комнатными растениями, в виде черенков. Это возможность завести зеленых питомцев, передать свои растения в хорошие руки и просто пообщаться с такими же энтузиастами. На встрече вы сможете обменяться опытом по выращиванию растений. Любой желающий может принести свои растения, как взрослые, так и в виде укорененных черенков, а взамен забрать любое понравившееся из тех, что принесли другие. Встречу проводит - Анна Евгеньевна Любимова.	ЗОЖ	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
январь	26.01.2023	15:00	OFF	Своё творчество представят солисты ретро-клуба Центрального Дворца Культуры Железнодорожников. Прозвучат популярные песни 50 -70-х годов, городские романсы, арии из оперетт.	Творчество	Мероприятие	Боровицкая Ирина Михайловна
январь	26.01.2023	16:00	OFF	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартынов Виктор Васильевич
январь	26.01.2023	16:00	OFF	Занятие танцами по направлению Хаул	ЗОЖ	Мероприятие	Кухтин Евгений Валентинович
январь	26.01.2023	16:00	OFF	Репетиция музыкального ансамбля: совместное исполнение песен в тёплой дружеской обстановке (открытый микрофон).	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
январь	26.01.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	26.01.2023	18:00	OFF	Чаепитие членов клуба и обсуждение дальнейших занятий	ЗОЖ	Мероприятие	Кухтин Евгений Валентинович
январь	26.01.2023	18:00	ON+OFF	Массаж лица, шеи и рук. Приготовление масок из натуральных ингредиентов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Калябина Светлана Валентиновна
январь	26.01.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
январь	26.01.2023	18:00	OFF	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казак Сергей Владимирович
январь	26.01.2023	19:00	ON	Книги и повести онлайн	Развитие	Встреча клуба	Червоцнев Александр Дмитриевич
январь	26.01.2023	20:30	ON	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
январь	27.01.2023	10:00	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	27.01.2023	10:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будыкина Татьяна Фёдоровна
январь	27.01.2023	10:00	OFF	Делаем цветок-брошь в технике канзаши.	Творчество	Встреча клуба	Голобурда Антонина Ивановна
январь	27.01.2023	10:30	OFF	Дорогие друзья, приглашаем вас на увлекательное занятие по релаксации и созданию позитивного настроения! На занятии вы сможете: Отдохнуть от повседневных забот; Улучшить свое настроение; Зарядиться энергией; Интересно провести время; Обогадить свой творческий потенциал. Занятие проведут опытные психологи Московской службы психологической помощи населению.	Развитие	Мероприятие	Мамонова Ольга Валерьевна
январь	27.01.2023	12:00	OFF	Приглашаем к участию в акции «Носочки для сыночков»! Наш вклад – это вязаные вещи, которые согреют и уберегут ребят на передовой и помогут восстановиться в госпиталях, подарят им кусочек тепла и любви родного дома! Встреча клуба любителей вязания. Обмен опытом методов и техник вязания.	Творчество	Встреча клуба	Трекалова Ольга Васильевна
январь	27.01.2023	12:00	OFF	Небольшая зарядка-разминка, записанная лидером клуба Ульяной Игоревной и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
январь	27.01.2023	12:00	OFF	Исполнение песен 40-80 годов, песен из к/ф, романсов, русских народных, военно-патриотических и эстрадных.	Творчество	Мероприятие	Афанасьева Лариса Александровна
январь	27.01.2023	13:00	ON+OFF		ЗОЖ	Мероприятие	Власова Ирина Юрьевна
январь	27.01.2023	13:00	OFF	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич

январь	27.01.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	27.01.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	27.01.2023	13:00	OFF	Чаепитие участников клуба.	Творчество	Встреча клуба	Трекалова Ольга Васильевна
январь	27.01.2023	14:00	ON+OFF	Приглашаем вас присоединиться к клубу "Хочу все знать". В программе занятия - настоящая зарядка для мозга: интересные вопросы, логические задачки. Ирина Андреевна Ананьева уже подготовила новые задания. Ждем вас. Уже завтра в 14:00. Не пропустите.	Развитие	Встреча клуба	Ананьева Ирина Андреевна
январь	27.01.2023	14:00	OFF	Чаепитие участников клуба, обсуждение, планирование творческой программы.	Творчество	Мероприятие	Афанасьева Лариса Александровна
январь	27.01.2023	14:00	OFF	Тема встречи: "Прически и шляпки". Шляпки являются эффективным дополнением к образу и возможностью сделать красивый акцент на причёске. Этот аксессуар отлично вписывается в экстравагантный образ и помогает выделиться из толпы. Каждой причёске своя шляпка. Как уложить волосы под тот или иной головной убор? Об этом вам расскажет лидер клуба - Эвелина Вадимовна Байрамкулова. На встрече вы сможете получить рекомендации профессионала по выбору стрижки, причёсок и окрашиванию волос.	ЗОЖ	Встреча клуба	Байрамкулова Эвелина Вадимовна
январь	27.01.2023	14:00	OFF	Цыганские танцы	ЗОЖ	Мероприятие	Кириллова Валентина Алексеевна
январь	27.01.2023	14:00	OFF	Арт-терапия - особый вид диалога с самим собой. Приглашаем вас успокоить свои мысли и стать более гармоничным. Посвятите себе час, рисуя мандалы или нейрографику и слушая звуки Тибетских поющих чаш или медитативную музыку.	ЗОЖ	Встреча клуба	Пылова Елена Николаевна
январь	27.01.2023	15:00	OFF	Консультация по шитью.	Творчество	Встреча клуба	Шашкова Анна Михайловна
январь	27.01.2023	15:00	OFF	Тема встречи: "Прически и шляпки". Шляпки являются эффективным дополнением к образу и возможностью сделать красивый акцент на причёске. Этот аксессуар отлично вписывается в экстравагантный образ и помогает выделиться из толпы. Каждой причёске своя шляпка. Как уложить волосы под тот или иной головной убор? Об этом вам расскажет лидер клуба - Эвелина Вадимовна Байрамкулова. На встрече вы сможете получить рекомендации профессионала по выбору стрижки, причёсок и окрашиванию волос.	ЗОЖ	Встреча клуба	Байрамкулова Эвелина Вадимовна
январь	27.01.2023	15:00	OFF	На встрече клуба мы обсудим: - социальную психологию личности; - социальную психологию общностей и общения; - общественные отношения; - формы духовной деятельности; - индивидуальные психологические тесты.	Развитие	Встреча клуба	Коробков Николай Петрович
январь	27.01.2023	15:30	OFF	Просмотр фильма по заявкам.	Развитие	Встреча клуба	Котляревская Ольга Анатольевна
январь	27.01.2023	16:00	OFF	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранаема, Шавасану и Созерцание, самомассаж, медитации, мудры и мантры, а также упражнения для омоложения. Для занятия нужна теплая и не стесняющая движения одежда, на ногах носочки. Возьмите с собой бутылочку питьевой воды. Встречу проводит опытный тренер по йоге - Ирина Михайловна Соломатина.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
январь	27.01.2023	16:00	OFF	Ланч в стиле ЗОЖ	ЗОЖ	Встреча клуба	Ананьева Ирина Андреевна
январь	27.01.2023	16:00	OFF	Исполнение любимых хитов в микрофон.	Творчество	Встреча клуба	Черкасова Наталья Николаевна
январь	27.01.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	27.01.2023	17:00	OFF	Прощание с дедом Морозом	Творчество	Мероприятие	Власова Ирина Юрьевна
январь	27.01.2023	17:00	OFF	Празднование дня рождения одного из участников клуба бит.	ЗОЖ	Встреча клуба	Талаев Игорь Александрович
январь	27.01.2023	17:00	OFF	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранаема, Шавасану и Созерцание, самомассаж, медитации, мудры и мантры, а также упражнения для омоложения. Для занятия нужна теплая и не стесняющая движения одежда, на ногах носочки. Возьмите с собой бутылочку питьевой воды. Встречу проводит опытный тренер по йоге - Ирина Михайловна Соломатина.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
январь	27.01.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
январь	27.01.2023	18:00	OFF	Репетиция танцев под руководством Эллы Наумовны Гутлиной.	Творчество	Встреча клуба	Гутлина Элла Наумовна
январь	27.01.2023	19:00	ON	Книги и повести онлайн	Развитие	Встреча клуба	Червонцев Александр Дмитриевич
январь	27.01.2023	20:30	ON	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
январь	28.01.2023	10:00	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	28.01.2023	10:00	OFF	Шьем в технике печворк. Мини - сумочка.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
январь	28.01.2023	10:00	OFF	Встреча пчеловодов, беседа о продуктах пчеловодства.	ЗОЖ	Встреча клуба	Крюков Борис Викторович

январь	28.01.2023	11:00	OFF	Изготовление открытки в технике "папертоль"	Творчество	Мероприятие	Комлева Лариса Петровна
январь	28.01.2023	12:00	OFF	Подготовка к мастер-классу.	ЗОЖ	Мероприятие	Козлов Владимир Андреевич
январь	28.01.2023	12:00	OFF	Небольшая зарядка-разминка, записанная лидером клуба Ульяной Игоревной и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
январь	28.01.2023	13:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
январь	28.01.2023	13:00	ON+OFF	Мастер - класс от повара - кулинара Владимира Андреевича Козлова. Готовим следующие блюда вместе: 1. Классический гороховый суп с сухариками. 2. Кнели куриные с овощами. 3. Тосты со сливочным сыром и запеченной тыквой. О последовательности приготовления блюда вы сможете узнать во время встречи нашего клуба. Готовим блюда и обсуждаем полезные свойства ингредиентов.	ЗОЖ	Мероприятие	Козлов Владимир Андреевич
январь	28.01.2023	14:00	OFF	Арт-терапия - особый вид диалога с самим собой. Приглашаем вас успокоить свои мысли и стать более гармоничным. Посвятите себе час, рисуя мандалы или нейрографику и слушая звуки Тибетских поющих чаш или медитативную музыку.	ЗОЖ	Встреча клуба	Пылова Елена Николаевна
январь	28.01.2023	14:00	OFF	Дегустация блюд участниками мастер-класса.	ЗОЖ	Мероприятие	Козлов Владимир Андреевич
январь	28.01.2023	15:00	OFF	Лидер волонерского клуба "Добрые руки" приглашает всех на субботнюю встречу - чаепитие. Возьмите с собой хорошее настроение и что-нибудь к чаю.	ЗОЖ	Встреча клуба	Рудакова Елена Викторовна
январь	28.01.2023	15:00	ON+OFF	Приглашаем на лекцию - беседу с опытным пчеловодом, профессионалом своего дела Борисом Викторовичем Крюковым. Тема встречи: "Как лечиться продуктами пчеловодства".	ЗОЖ	Встреча клуба	Крюков Борис Викторович
январь	28.01.2023	15:00	OFF	Приглашаем вас на музыкально - оздоровительную встречу, где вы сможете поднять свое настроение через пение и танец. В программе: знакомство с темой "Откуда берутся болезни"; раскрытие секретов поддержания здоровья души и тела; узнаете как стать более счастливым и здоровым; вас ждет практическое занятие по правильному дыханию, а также исполнение песен и танцев как инструментов здоровья. Встречу проводит педагог - психолог, музыкотерапевт, композитор - Элеонора Герасимовна Василиене.	ЗОЖ	Мероприятие	Василиене Элеонора Герасимовна
январь	28.01.2023	15:00	ON	Клуб "Психолог и я". Тема встречи : "Мы родом из детства" как в детстве закладывается судьба	ЗОЖ	Мероприятие	Мезина Инна Александровна
январь	28.01.2023	15:30	OFF	Просмотр фильма по заявкам.	Развитие	Встреча клуба	Котляревская Ольга Анатольевна
январь	28.01.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	28.01.2023	16:00	OFF	Приглашаем вас на музыкально - оздоровительную встречу, где вы сможете поднять свое настроение через пение и танец. В программе: знакомство с темой "Откуда берутся болезни"; раскрытие секретов поддержания здоровья души и тела; узнаете как стать более счастливым и здоровым; вас ждет практическое занятие по правильному дыханию, а также исполнение песен и танцев как инструментов здоровья. Встречу проводит педагог - психолог, музыкотерапевт, композитор - Элеонора Герасимовна Василиене.	ЗОЖ	Мероприятие	Василиене Элеонора Герасимовна
январь	28.01.2023	17:00	OFF	Концерт ВИА "Московское долголетие"	Творчество	Мероприятие	Комлева Лариса Петровна
январь	28.01.2023	17:00	OFF	Занятия танцами в клубе "Саям".	ЗОЖ	Встреча клуба	Кулешова Татьяна Анатольевна
январь	28.01.2023	18:00	ON+OFF	Красный перец Чили. Общие сведения, история путешествия Христофора Колумба и красный перец Чили. Как правильно выбрать перец. Как хранить перец. Пищевая ценность. Полезные свойства перца Чили. Мастер - класс по выращиванию рассады перца Чили.	ЗОЖ	Встреча клуба	Калябина Светлана Валентиновна
январь	28.01.2023	18:00	OFF	Занятие танцами по направлению Хастл	ЗОЖ	Встреча клуба	Кухтин Евгений Валентинович
январь	29.01.2023	10:00	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	29.01.2023	10:00	OFF	Шьем в технике печворк. Техника "КРУГ", салфетка.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
январь	29.01.2023	10:00	ON	Сочетание дыхательных упражнений, которые насыщают мозг и другие органы кислородом. Вас наполняет энергия, отступают болезни, улучшаются настроение и отношения с людьми, вся жизнь в целом переходит на качественно иной уровень.	ЗОЖ	Мероприятие	Русинова Людмила Владимировна
январь	29.01.2023	10:00	OFF	Игра в теннис для среднего уровня подготовки. отработка ударов и работа на тренажерах, для развития выносливости.	ЗОЖ	Встреча клуба	Полянинов Сергей Леонидович
январь	29.01.2023	11:00	OFF	Отработка балльных танцев в парах. Клуб подходит для тех, кто давно занимается балльными танцами и готов отрабатывать танцы и дружной компании	ЗОЖ	Встреча клуба	Болгова Людмила Владимировна
январь	29.01.2023	12:00	OFF	Работа на координацию и ловкость на балансировочных полусферах Воус для желающих улучшить свою физическую форму. Набор в группу только с хорошей физической формой и по записи.	ЗОЖ	Мероприятие	Белосу Татьяна Нисоновна
январь	29.01.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	29.01.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	29.01.2023	13:00	OFF	Игра в шашки	Развитие	Встреча клуба	Никитин Виктор Андреевич
январь	29.01.2023	14:00	OFF	Тренировка по игре в шахматы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Мешков Анатолий Юрьевич

январь	29.01.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	29.01.2023	16:00	OFF	Вокальная программа: "Жизнь и творчество Имре Калмана". "Принцесса цирка", "Графиня маркиза", "Сильва", "Фиалка Монмартра", "Баядера" и другое.	Творчество	Мероприятие	Лебедева Наталья Владимировна
январь	29.01.2023	16:00	OFF	Репетиция клуба "Желтый трамвай"	Творчество	Встреча клуба	Мартынов Виктор Васильевич
январь	29.01.2023	17:00	OFF	Выездной концерт коллектива "Радуга" в ЦМД "Богородское" с вокально-танцевальными номерами.	Творчество	Мероприятие	Кириллова Валентина Алексеевна
январь	29.01.2023	18:00	ON	Командные онлайн-игры на логику и скорость мышления: Мафия, Импровизация, Элиас, Крокодил и др.	Развитие	Встреча клуба	Ананьева Ирина Андреевна
январь	29.01.2023	18:00	OFF	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Зямович
январь	30.01.2023	10:00	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	30.01.2023	10:00	OFF	Исторические танцы предназначены для времяпрепровождения людей, не имеющих специальной подготовки. Занятия будут интересны и комфортны участникам любого уровня подготовки, физических данных, способностей, опыта и навыков.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ежов Валерий Трофимович
январь	30.01.2023	10:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будькина Татьяна Фёдоровна
январь	30.01.2023	11:00	OFF	Разъяснение законодательства в сфере семейного, наследственного права. Об открытии и закрытии банковского счета. Получение кредита, оплата процентов и части долга, досрочное погашение кредита. Представительство (оформление доверенности). Защита прав потребителей, потребителей финансовых услуг. Порядок обращения и сроки обращения в суд. Встречи проходят в формате лекций.	Развитие	Мероприятие	Куличева Елена Викторовна
январь	30.01.2023	13:00	OFF	Дорогие друзья! Лидер волонтерского отряда "Добрые руки" Елена Рудакова ищет новых друзей, желающих помогать тем, кто в этом нуждается. Выберите удобные для Вас формат и направление и становитесь частью нашей команды! Ничего сложного! Достаточно иметь немного свободного времени и желание делиться теплом своих добрых сердец с другими. Встречаемся каждый понедельник в 13:00 в медиагостиной 2. Давайте делать добрые дела! Волонтеры могут всё!	Развитие	Встреча клуба	Рудакова Елена Викторовна
январь	30.01.2023	13:00	OFF	Начальный курс владения графическим рисунком и письмом. Встреча участников клуба, совместное выполнение ранее заданных работ.	ЗОЖ	Встреча клуба	Михайлова Елена Ивановна
январь	30.01.2023	13:00	OFF	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранаема, Шавасану и Созерцание, самомассаж, медитации, мудры и мантры, а также упражнения для омоложения. Для занятия нужна теплая и не стесняющая движения одежда, на ногах носочки. Возьмите с собой бутылочку питьевой воды. Встречу проводит опытный тренер по йоге - Ирина Михайловна Соломатина.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
январь	30.01.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	30.01.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
январь	30.01.2023	14:00	OFF	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранаема, Шавасану и Созерцание, самомассаж, медитации, мудры и мантры, а также упражнения для омоложения. Для занятия нужна теплая и не стесняющая движения одежда, на ногах носочки. Возьмите с собой бутылочку питьевой воды. Встречу проводит опытный тренер по йоге - Ирина Михайловна Соломатина.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
январь	30.01.2023	14:00	OFF	Просмотр фильма по заявкам	Развитие	Встреча клуба	Петропавловская Нина Владимировна
январь	30.01.2023	15:00	OFF	Театральная репетиция — подготовка и создание нового спектакля. Повторение старых пьес и постановок. Чехов	Творчество	Встреча клуба	Степковская Галина Вячеславовна
январь	30.01.2023	16:00	OFF	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
январь	30.01.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	30.01.2023	17:00	OFF	Обсуждение после репетиции сложных репетиционных моментов, обмен опытом, отдых в нашем уютном кафе	ЗОЖ	Встреча клуба	Степковская Галина Вячеславовна
январь	30.01.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
январь	30.01.2023	18:00	OFF	Гимнастика с элементами самомассажа и растяжки. Улучшается мобильность суставов, растягиваются мышцы, убираются зажимы и улучшается общее физическое состояние. Подходит для любого уровня физической подготовки.	ЗОЖ	Мероприятие	Антонова Ульяна Игоревна
январь	30.01.2023	18:00	OFF	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Зямович
январь	30.01.2023	18:00	OFF	Подготовка к мероприятию, отработка движений, разучивание новых танцевальных номеров.	ЗОЖ	Встреча клуба	Гутлина Элла Наумовна
январь	31.01.2023	10:00	OFF	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
январь	31.01.2023	10:00	OFF	Отработка бальных танцев в парах. Клуб подходит для тех, кто давно занимается бальными танцами и готов отрабатывать танцы и дружной компании	ЗОЖ	Встреча клуба	Болгова Людмила Владимировна

январь	31.01.2023	11:00	OFF	Зарядка с нутрициологом, диетологом по правильному питанию, самомассажу, омоложению, пробуждению организма после зимы и болезней.	ЗОЖ	Встреча клуба	Макаревич Маргарита Владимировна
январь	31.01.2023	11:00	ON+OFF	На встрече вы сможете узнать о московских предках Пушкина, где жили, чем занимались, как участвовали в исторических событиях. Узнаете о Григории Пушке, родоначальнике фамилии, где поставлен ему памятник, о славных прапрапрапра-прапрапра-прапра-прадедах поэта, о местах в Москве, где были их усадьбы. Сам Пушкин не раз писал о своих предках, но некоторые истории, им написанные, были мифами. Ирина Сергеевна расскажет о том, как новые поиски в архивах позволили достоверно узнать и о трагической судьбе прадеда поэта и о том, каким на самом деле добрым и отзывчивым человеком был дед Лев Александрович. Приходите и погрузитесь в давние времена, в московскую родословную великого поэта!	Развитие	Встреча клуба	Дворецкая Елена Сергеевна
январь	31.01.2023	12:00	OFF	Приглашаем к участию в акции «Носочки для сыночков»! Наш вклад – это вязаные вещи, которые согреют и убергут ребят на передовой и помогут восстановиться в госпиталях, подарят им кусочек тепла и любви родного дома! Встреча клуба любителей вязания. Обмен опытом методов и техник вязания.	Творчество	Встреча клуба	Трекалова Ольга Васильевна
январь	31.01.2023	12:00	OFF	Как плести из газетных трубочек: пошаговые советы опытной мастерицы. Создаем бумажную лозу, превратив груды скопившихся газет и прочей макулатуры в сырье для создания эффектных плетеных шедевров. Необходимые материалы: газетные листы, ножницы, клей ПВА, канцелярский нож, тонкая спица (1,5-2 мм.), губка для протирания рук.	Творчество	Встреча клуба	Малахова Людмила Гавриловна
январь	31.01.2023	12:00	OFF	Небольшая зарядка-разминка, записанная лидером клуба Ульяной Игоревной и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
январь	31.01.2023	12:00	OFF	"Поэтический салон". Чтение стихов собственного сочинения, поэзия души.	Творчество	Встреча клуба	Горяинов Виктор Петрович
январь	31.01.2023	13:00	OFF	Чаепитие участников клуба.	Творчество	Встреча клуба	Трекалова Ольга Васильевна
январь	31.01.2023	13:00	OFF	Репетиция музыкального ансамбля: совместное исполнение песен в теплой дружеской обстановке (открытый микрофон).	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
январь	31.01.2023	13:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
январь	31.01.2023	13:00	OFF		ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
январь	31.01.2023	14:00	OFF	Тема встречи - поэсса Белла Ахмадулина.	Творчество	Встреча клуба	Карлова Зоя Забитовна
январь	31.01.2023	14:00	OFF	Арт-терапия - особый вид диалога с самим собой. Приглашаем вас успокоить свои мысли и стать более гармоничным. Посвятите себе час, рисуя мандалы или нейрографику и слушая звуки Тибетских поющих чаш или медитативную музыку.	ЗОЖ	Встреча клуба	Пылова Елена Николаевна
январь	31.01.2023	14:00	OFF	Фильмы. Несравненная классика и бессмертные шедевры.	Творчество	Встреча клуба	Червонцев Александр Дмитриевич
январь	31.01.2023	15:00	OFF	Игра на гитаре, разучивание новых композиций и мелодий.	Творчество	Встреча клуба	Леонова Наталья Владимировна
январь	31.01.2023	16:00	OFF	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартынов Виктор Васильевич
январь	31.01.2023	18:30	OFF	Чаепитие клуба Желтый трамвай	Творчество	Встреча клуба	Мартынов Виктор Васильевич
январь	31.01.2023	16:00	OFF	Игры в настольный теннис для любого уровня подготовки	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
январь	31.01.2023	16:00	OFF	Занятие танцами по направлению Хапсл	ЗОЖ	Встреча клуба	Кухтин Евгений Валентинович
январь	31.01.2023	18:00	OFF	Чаепитие клуба Хапсл	ЗОЖ	Встреча клуба	Кухтин Евгений Валентинович
январь	31.01.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
январь	31.01.2023	18:00	OFF	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казakov Сергей Владимирович