

Месяц	Дата	Время	Формат мероприятия	Описание мероприятия	Категория мероприятия (ЗОЖ/Развитие/Творчество)	Тип (встреча клуба/иное мероприятие)	ФИО инициатора
февраль	01.02.2023	10:00	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	01.02.2023	10:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будькина Татьяна Федоровна
февраль	01.02.2023	10:00	OFF	Делаем цветок-брошь из атласных лент в японской технике "Канзаши".	Творчество	Встреча клуба	Голобурда Антонина Ивановна
февраль	01.02.2023	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
февраль	01.02.2023	11:30	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	01.02.2023	12:00	OFF	Исполнение песен 40-80 годов, песен из к/ф, романсов, русских народных, военно-патриотических и эстрадных.	Творчество	Мероприятие	Афанасьева Лариса Александровна
февраль	01.02.2023	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
февраль	01.02.2023	12:00	OFF	Постановка и репетиция танцев разных направлений под любимые мелодии. Танцуем для души и от души!	ЗОЖ	Встреча клуба	Иноземцева Людмила Георгиевна
февраль	01.02.2023	12:00	OFF	Написание картин масляными красками. Зимние пейзажи.	Творчество	Встреча клуба	Никольская Людмила Михайловна
февраль	01.02.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	01.02.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	01.02.2023	13:00	OFF	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
февраль	01.02.2023	14:00	OFF	Подготовка к мероприятию, отработка движений, разучивание новых танцевальных номеров.	ЗОЖ	Встреча клуба	Гутлина Элла Наумовна
февраль	01.02.2023	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
февраль	01.02.2023	15:00	OFF	Бисероплетение, декупаж и другие виды рукоделия	Творчество	Встреча клуба	Бувайло Наталья Александровна
февраль	01.02.2023	15:00	OFF	Обереговые куклы для дома и души. У каждой своё предназначение.	Творчество	Мероприятие	Климова Елена Александровна
февраль	01.02.2023	15:00	OFF	Театральная репетиция — подготовка и создание нового спектакля. Повторение старых пьес и постановок. Чехов	Творчество	Встреча клуба	Степковская Галина Вячеславовна
февраль	01.02.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	01.02.2023	17:00	OFF	Обсуждение сложных репетиционных моментов, обмен опытом, отдых в нашем уютном кафе, подготовка сценария новых выступлений	ЗОЖ	Встреча клуба	Степковская Галина Вячеславовна
февраль	01.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
февраль	01.02.2023	18:00	OFF	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Замович
февраль	01.02.2023	18:00	ON	Мастер-класс "Практическая психология".	ЗОЖ	Мероприятие	Слепов Александр Григорьевич
февраль	01.02.2023	18:00	OFF	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
февраль	01.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	01.02.2023	19:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
февраль	02.02.2023	10:00	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	02.02.2023	10:00	OFF	Создание мягких игрушек своими руками. От кроя до мелких деталей.	Творчество	Мероприятие	Морозова Людмила Владимировна
февраль	02.02.2023	11:00	OFF	Бизнес-уикенд	Развитие	Мероприятие	Невская Ирина Анатольевна
февраль	02.02.2023	11:00	OFF	Зарядка с нутрициологом, диетологом по правильному питанию, самомассажу, омоложению, пробуждению организма после зимы и болезней.	ЗОЖ	Встреча клуба	Макаревич Маргарита Владимировна
февраль	02.02.2023	11:30	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	02.02.2023	12:00	OFF	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченок Наталья Ивановна
февраль	02.02.2023	12:00	OFF	Небольшая зарядка-разминка и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
февраль	02.02.2023	12:00	OFF	Авторские игрушки Надежды Дмитриевны Красавиной	Творчество	Встреча клуба	Красавина Надежда Дмитриевна
февраль	02.02.2023	12:00	OFF	Репетиция танцевальной студии "Комплимент" в стиле Латино под руководством Гончаровой Людмилы Викторовны.	ЗОЖ	Мероприятие	Гончарова Людмила Викторовна
февраль	02.02.2023	12:00	OFF	Написание картин масляными красками. Зимние пейзажи.	Творчество	Встреча клуба	Никольская Людмила Михайловна
февраль	02.02.2023	12:00	OFF	Подготовка к мастер - классу.	Развитие	Встреча клуба	Середа Надежда Викторовна
февраль	02.02.2023	13:00	OFF	Готовим люля-кебаб из смешанного фарша, салат из капусты и перцев, манник с маком. Мастер - класс от лидера клуба Надежды Викторовны Середа. Делимся рецептами и секретами приготовления. О последовательности приготовления вы сможете узнать на встрече клуба.	Развитие	Встреча клуба	Середа Надежда Викторовна
февраль	02.02.2023	13:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
февраль	02.02.2023	13:00	OFF	Отработка бальных танцев в паре. Клуб подходит для тех, кто давно занимается бальными танцами и готов отрабатывать танцы и дружной компании	ЗОЖ	Встреча клуба	Болгова Людмила Владимировна
февраль	02.02.2023	14:00	OFF	Встреча участников клуба на тему: "Антон Семенович Макаренко". Педагог, социальный работник и писатель, продвигал демократические идеи и принципы в теории и практике образования. Основоположник советской педагогики, разработал методику воспитания в самоуправляемых детских коллективах. Проводит встречу лидер литературного клуба - Вера Георгиевна Антонова.	Развитие	Встреча клуба	Антонова Вера Георгиевна
февраль	02.02.2023	14:00	OFF	Дегустация блюд участниками мастер - класса.	Развитие	Встреча клуба	Середа Надежда Викторовна
февраль	02.02.2023	14:30	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна

февраль	02.02.2023	15:00	OFF	Своё творчество представит коллектив "Оптимисты". В их исполнении прозвучат песни, романсы, будут танцевальные номера.	Творчество	Мероприятие	Симонова Вера Ивановна
февраль	02.02.2023	15:00	OFF	Просмотр фильма по звячкам.	Развитие	Встреча клуба	Котляревская Ольга Анатольевна
февраль	02.02.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	02.02.2023	16:00	OFF	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартынов Виктор Васильевич
февраль	02.02.2023	16:00	OFF	Репетиция музыкального ансамбля: совместное исполнение песен в тёплой дружеской обстановке (открытый микрофон).	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
февраль	02.02.2023	16:00	OFF	Занятие танцами по направлению Хаул	ЗОЖ	Встреча клуба	Кухтин Евгений Валентинович
февраль	02.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
февраль	02.02.2023	18:00	OFF	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казков Сергей Владимирович
февраль	02.02.2023	18:30	ON	Массаж лица, шеи и рук. Приготовление масок из натуральных ингредиентов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Калыбина Светлана Валентиновна
февраль	02.02.2023	19:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
февраль	03.02.2023	10:00	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	03.02.2023	10:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будькина Татьяна Фёдоровна
февраль	03.02.2023	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
февраль	03.02.2023	11:30	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	03.02.2023	12:00	OFF	Приглашаем к участию в акции «Носочки для сыночков»! Наш вклад – это вязаные вещи, которые согрешат 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
февраль	03.02.2023	12:00	OFF	Исполнение песен 40-80 годов, песен из к/ф, романсов, русских народных, военно-патриотических и эстрадных.	Творчество	Мероприятие	Афанасьева Лариса Александровна
февраль	03.02.2023	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
февраль	03.02.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	03.02.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	03.02.2023	13:00	OFF	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
февраль	03.02.2023	13:00	OFF	Чаепитие участников клуба.	Творчество	Встреча клуба	Трекалова Ольга Васильевна
февраль	03.02.2023	14:00	OFF	Приглашаем вас присоединиться к клубу "Хочу все знать". В программе занятия - настоящая зарядка для мозга: интересные вопросы, логические задачи. Ирина Андреевна Ананьева уже подготовила новые задания. Ждем вас. Уже завтра в 14:00. Не пропустите.	Развитие	Встреча клуба	Ананьева Ирина Андреевна
февраль	03.02.2023	14:00	OFF	Продолжение темы 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 Владимовна Байрамкулова. На встрече вы сможете получить рекомендации профессионала по выбору стрижек, причёсок и окрашиванию волос.	ЗОЖ	Встреча клуба	Байрамкулова Эвелина Владимовна
февраль	03.02.2023	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
февраль	03.02.2023	14:00	OFF	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
февраль	03.02.2023	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
февраль	03.02.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	03.02.2023	16:00	OFF	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранаяма, Шавасана 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
февраль	03.02.2023	16:00	OFF	Исполнение любимых хитов в микрофон.	Творчество	Встреча клуба	Черкасова Наталья Николаевна
февраль	03.02.2023	17:00	OFF	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранаяма, Шавасана 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
февраль	03.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
февраль	03.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	03.02.2023	19:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
февраль	04.02.2023	10:00	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	04.02.2023	10:00	OFF	Шьем в технике пэчворк. Техника "КРУГ", сальфетка.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна

февраль	04.02.2023	10:00	OFF	Встреча пчеловодов, беседа о продуктах пчеловодства.	ЗОЖ	Встреча клуба	Крюков Борис Викторович
февраль	04.02.2023	11:00	OFF	Изготовление открытки в технике папье-маше. Папье-маше – это ручное вырезание из бумаги и создание 3D изображений. Используя технику папье-маше можно создать чудесные объемные картины своими руками.	Творчество	Мероприятие	Комлева Лариса Петровна
февраль	04.02.2023	11:30	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	04.02.2023	12:00	OFF	Подготовка к мастер - классу.	ЗОЖ	Мероприятие	Козлов Владимир Андреевич
февраль	04.02.2023	12:00	OFF	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченок Наталья Ивановна
февраль	04.02.2023	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
февраль	04.02.2023	13:00	ON+OFF	Мастер - класс по приготовлению вегетарианского борща от повара - кулинара Владимира Андреевича Козлова. О последовательности приготовления блюда вы сможете узнать во время встречи нашего клуба. Готовим блюда и обсуждаем полезные свойства ингредиентов.	ЗОЖ	Мероприятие	Козлов Владимир Андреевич
февраль	04.02.2023	13:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
февраль	04.02.2023	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 Василиене.	ЗОЖ	Мероприятие	Василиене Элеонора Герасимовна
февраль	04.02.2023	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
февраль	04.02.2023	14:00	OFF	Дегустация блюд участниками мастер - класса.	ЗОЖ	Мероприятие	Козлов Владимир Андреевич
февраль	04.02.2023	14:30	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
февраль	04.02.2023	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
февраль	04.02.2023	15:00	ON	Клуб "Психолог и я". Тема встречи: мы родом из детства	ЗОЖ	Мероприятие	Мезина Инна Александровна
февраль	04.02.2023	15:00	OFF	Чествование именинников января, игры, конкурсы, букет музыкальных поздравлений. Мы рады встрече с вами.	ЗОЖ	Встреча клуба	Рудакова Елена Викторовна
февраль	04.02.2023	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
февраль	04.02.2023	15:00	OFF	Концерт клуба "Радуга" в ЦМД "Капотня"	Творчество	Мероприятие	Кириллова Валентина Алексеевна
февраль	04.02.2023	15:30	OFF	Художественный фильм "Человек - мост". Эта эпическая история происходит между 1820 и 1860 годами во время Габсбургской монархии и повествует о жизни одного из величайших венгерских аристократов – графа Иштвана Сеченьи – который был одаён во всех качествах. Одной из главных заслуг Сеченьи заслуженно считается строительство в Будапеште грандиозного моста через Дунай, символически связавшего Запад и Восток.	Развитие	Встреча клуба	Котляревская Ольга Анатольевна
февраль	04.02.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	04.02.2023	16:30	OFF	Музыкальная терапия классической музыкой, исполненной на скрипке.	ЗОЖ	Мероприятие	Иванова Светлана Анатольевна
февраль	04.02.2023	17:00	OFF	Репетиция новых танцевальных номеров.	ЗОЖ	Встреча клуба	Дворецкая Елена Сергеевна
февраль	04.02.2023	18:00	ON+OFF	Тема встречи: "Хурма". Будут обсуждаться следующие вопросы: полезна ли хурма для организма; как правильно есть хурму; какие витамины находятся в хурме; чем полезна сушённая хурма; польза хурмы для мужчин и женщин; хурма против алкоголизма.	ЗОЖ	Встреча клуба	Калябина Светлана Валентиновна
февраль	04.02.2023	18:00	OFF	Занятие танцами по направлению Хаустл	ЗОЖ	Встреча клуба	Кухтин Евгений Валентинович
февраль	04.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	05.02.2023	10:00	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	05.02.2023	10:00	OFF	Шьем в технике пэчворк. Техника "КРУГ", салфетка.	Творчество	Мероприятие	Панна Елена Анатольевна
февраль	05.02.2023	10:00	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
февраль	05.02.2023	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
февраль	05.02.2023	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	Белоус Татьяна Нисоновна
февраль	05.02.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	05.02.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	05.02.2023	13:00	OFF	Обучение игре в шахматы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Мешков Анатолий Юрьевич
февраль	05.02.2023	13:00	OFF	Концертная программа ансамбля "Хорошее настроение" в ЦМД "Забликово"	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна

февраль	05.02.2023	14:00	OFF	Городское мероприятие. Ведущие: психологи Александр Буран и Наталья Слепова. Тренинг для тех, кто хочет вернуть положительные эмоции в свою жизнь, зарядиться энергией и построить личные траектории счастливой жизни. Вы получите мощный заряд энергии, позволяющий добиваться своих целей	Развитие	Мероприятие	Слепов Александр Григорьевич
февраль	05.02.2023	14:00	OFF	Районный отборочный турнир по шахматам. Регистрация в 13.40	ЗОЖ	Мероприятие	Мешков Анатолий Юрьевич
февраль	05.02.2023	15:00	OFF	Концерт "Лейся песня раздолбая". Своё творчество представят солисты Культурного центра "ЗИЛ" Ирина Пырхало, Владимир Товканец, аккомпанирует Олег Алексеевич Сергеев.	Творчество	Мероприятие	Пырхало Ирина Викторовна
февраль	05.02.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	05.02.2023	16:00	OFF	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Гниловский Андрей Николаевич
февраль	05.02.2023	18:00	ON	Командные онлайн-игры на логику и скорость мышления: Мафия, Импровизация, Элиас, Крокодил и др.	Развитие	Встреча клуба	Ананьева Ирина Андреевна
февраль	05.02.2023	18:00	OFF	Репетиция танцевальных номеров, подготовка к мероприятиям.	ЗОЖ	Встреча клуба	Гутлина Элла Наумовна
февраль	05.02.2023	18:00	OFF	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казков Сергей Владимирович
февраль	05.02.2023	18:00	OFF	Гимнастика для лица. Блоки упражнений.	Развитие	Встреча клуба	Григорьянц Галина Николаевна
февраль	05.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	06.02.2023	10:00	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	06.02.2023	10:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будькина Татьяна Федоровна
февраль	06.02.2023	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	Мероприятие	Ежов Валерий Трофимович
февраль	06.02.2023	11:00	OFF	Разъяснение законодательства в сфере гражданского, банковского права (права заемщика, способы исполнения обязательств, задолженность, обращение взыскания при задолженности, исполнительное производство, кредитная история).	Развитие	Мероприятие	Куличева Елена Викторовна
февраль	06.02.2023	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
февраль	06.02.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	06.02.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	06.02.2023	13:00	OFF	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранаяма, Шавасана 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
февраль	06.02.2023	13:00	OFF	Дорогие друзья! Лидер волонтерского отряда "Добрые руки" Елена Рудакова проводит встречу сподвижников, по вопросам организации нового гуманитарного сбора. Получить подробную информацию об акции и задать все интересующие вас вопросы Вы можете на встрече или в чате клуба https://chat.whatsapp.com/LItoC1bObmKYaV9iadHAJ	Развитие	Встреча клуба	Рудакова Елена Викторовна
февраль	06.02.2023	13:30	OFF	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
февраль	06.02.2023	14:00	OFF	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранаяма, Шавасана 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
февраль	06.02.2023	14:00	OFF	Просмотр фильма "Все деньги мира" (2017). Реж. Ридли Скотт. История одного из самых громких скандалов XX века. В Риме преступники в масках похищают внука Жана Пола Гетти — богатейшего человека мира, известного своей маниакальной скупостью. Ко всеобщему шоку Гетти отказывается платить выкуп, несмотря на все мольбы Гэйл, матери ребенка, которой никакие богатства не заменят сына. Время истекает, требования похитителей становятся жестче, и единственной надеждой на спасение подростка становится Флетчер Чейс — сотрудник службы безопасности самого Гетти. В ролях: Мишель Уильямс, Кристофер Пламмер, Марк Уолберг	Развитие	Встреча клуба	Петропавловская Нина Владимировна
февраль	06.02.2023	15:00	OFF	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
февраль	06.02.2023	15:00	OFF	Театральная репетиция — подготовка и создание нового спектакля. Повторение старых пьес и постановок. Чехов	Творчество	Встреча клуба	Степковская Галина Вячеславовна
февраль	06.02.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	06.02.2023	16:00	OFF	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
февраль	06.02.2023	16:30	OFF	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
февраль	06.02.2023	17:00	OFF	Обсуждение после репетиции сложных репетиционных моментов, обмен опытом, отдых в нашем уютном кафе	ЗОЖ	Встреча клуба	Степковская Галина Вячеславовна
февраль	06.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
февраль	06.02.2023	18:00	OFF	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Замович
февраль	06.02.2023	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
февраль	07.02.2023	10:00	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	07.02.2023	10:00	OFF	Отработка бальных танцев в парах. Клуб подходит для тех, кто давно занимается бальными танцами и готов отрабатывать танцы в дружной компании	ЗОЖ	Встреча клуба	Болгова Людмила Владимировна
февраль	07.02.2023	11:00	OFF	Зарядка с нутрициологом, диетологом по правильному питанию, самомассажу, омоложению, пробуждению организма после зимы и болезней.	ЗОЖ	Встреча клуба	Макаревич Маргарита Владимировна

февраль	07.02.2023	11:00	OFF	Сочинение пьес, изготовление кукол-петрушек в технике папье-маше, создание домашних кукольных театров.	Творчество	Встреча клуба	Землякова Галина Владимировна
февраль	07.02.2023	11:00	ON+OFF	Тема встречи: Семья Пушкиных. Загадка места рождения поэта. Немецкая свобода.	Развитие	Встреча клуба	Дворецкая Елена Сергеевна
февраль	07.02.2023	11:30	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	07.02.2023	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
февраль	07.02.2023	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
февраль	07.02.2023	12:00	OFF	Упражнения на координацию и равновесие с Ириной Сивцовой.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченок Наталья Ивановна
февраль	07.02.2023	12:00	OFF	Мастер - класс по приготовлению блюд от повара - кулинара Владимира Андреевича Козлова. Готовим блюдо македонской кухни "Ягня из курицы с черносливом" и салат с копченой курицей. Делимся рецептами и секретами приготовления. О последовательности приготовления вы сможете узнать на встрече клуба.	Развитие	Встреча клуба	Козлов Владимир Андреевич
февраль	07.02.2023	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
февраль	07.02.2023	12:00	OFF	"Поэтический салон". Стихи собственного сочинения, поэзия души.	Творчество	Встреча клуба	Горяинов Виктор Петрович
февраль	07.02.2023	13:00	OFF	Культурно-познавательная программа для любителей путешествий. Лекция с Татьяной Георгиевной Кочевой. Специалерах по международному туризму. Тема: Мосты и каналы Санкт - Петербурга	Развитие	Мероприятие	Кочева Татьяна Георгиевна
февраль	07.02.2023	13:00	OFF	Чаепитие участников клуба.	Творчество	Встреча клуба	Трекалова Ольга Васильевна
февраль	07.02.2023	13:00	OFF	Мастер - класс по приготовлению блюд от повара - кулинара Владимира Андреевича Козлова. Готовим блюдо македонской кухни "Ягня из курицы с черносливом" и салат с копченой курицей. Делимся рецептами и секретами приготовления. О последовательности приготовления вы сможете узнать на встрече клуба.	Развитие	Встреча клуба	Козлов Владимир Андреевич
февраль	07.02.2023	13:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
февраль	07.02.2023	13:00	OFF	Репетиция музыкального ансамбля: совместное исполнение песен в теплой дружеской обстановке (открытый микрофон).	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
февраль	07.02.2023	13:00	OFF	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
февраль	07.02.2023	14:00	OFF	Мастер - класс по приготовлению блюд от повара - кулинара Владимира Андреевича Козлова. Готовим блюдо македонской кухни "Ягня из курицы с черносливом" и салат с копченой курицей. Делимся рецептами и секретами приготовления. О последовательности приготовления вы сможете узнать на встрече клуба.	Развитие	Встреча клуба	Козлов Владимир Андреевич
февраль	07.02.2023	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
февраль	07.02.2023	14:00	OFF	Музыкально-поэтическая программа "Сталинградская высота" к 80-летию Сталинградской битвы с участием вокального коллектива "Ностальгия", солиста Василия Яковлевича Краснякова и др.	Творчество	Встреча клуба	Кардова Зоя Забитовна
февраль	07.02.2023	14:30	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
февраль	07.02.2023	15:00	OFF	Игра на гитаре, разучивание новых композиций и мелодий.	Творчество	Встреча клуба	Леонова Наталья Владимировна
февраль	07.02.2023	16:00	OFF	Игры в настольный теннис для любого уровня подготовки	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	07.02.2023	16:00	OFF	Занятие танцами по направлению Хапсл	ЗОЖ	Мероприятие	Кухтин Евгений Валентинович
февраль	07.02.2023	18:00	OFF	Чаепитие членов клуба и обсуждение дальнейших занятий	ЗОЖ	Мероприятие	Кухтин Евгений Валентинович
февраль	07.02.2023	18:00	OFF	Игры в настольный теннис для любого уровня подготовки	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	07.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
февраль	07.02.2023	18:00	OFF	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казakov Сергей Владимирович
февраль	07.02.2023	19:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
февраль	08.02.2023	10:00	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	08.02.2023	10:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будькина Татьяна Фёдоровна
февраль	08.02.2023	10:00	OFF	Делаем цветок-брошь из атласных лент в японской технике "Канзаши".	Творчество	Встреча клуба	Голобурда Антонина Ивановна
февраль	08.02.2023	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
февраль	08.02.2023	11:30	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	08.02.2023	12:00	OFF	Лекция с интерактивом от "Клуб здоровья 55+". Тематика "Образ жизни": питание, физическая активность, лекарства (анализ), полезные советы (лайфхаки) Лекцию проводит врач-нутрициолог, кандидат медицинских наук, консультант по коррекции веса и нарушений пищевого поведения Дина Сагитовна Левницкая	ЗОЖ	Мероприятие	Левницкая Дина Сагитовна
февраль	08.02.2023	12:00	OFF	Исполнение песен 40-80 годов, песен из к/ф, романсов, русских народных, военно-патриотических и эстрадных.	Творчество	Мероприятие	Афанасьева Лариса Александровна

февраль	08.02.2023	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
февраль	08.02.2023	12:00	OFF	Постановка и репетиция танцев разных направлений под любимые мелодии. Танцуем для души и от души!	ЗОЖ	Встреча клуба	Иноземцева Людмила Георгиевна
февраль	08.02.2023	12:00	OFF	Написание картин масляными красками. Зимние пейзажи.	Творчество	Встреча клуба	Никольская Людмила Михайловна
февраль	08.02.2023	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
февраль	08.02.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	08.02.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	08.02.2023	13:00	OFF	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
февраль	08.02.2023	13:00	OFF	Интересные истории и факты о районе Тушино, просмотр слайдов и чтение стихотворений. Тема лекции " Николай Сергеевич Щербатов и его семья" часть 2	Развитие	Мероприятие	Ильина Наталья Ивановна
февраль	08.02.2023	13:00	OFF	Дорогие друзья! Многие из вас давно занимаются или планируют начать заниматься скандинавской ходьбой или просто гуляют и стараются делать это чаще. Все вы знаете о пользе ходьбы. Настал тот момент, когда нужно принять правильное решение! Елена Рудакова приглашает вас вступить в команду по ходьбе! В составе команды мы все вместе будем не только ухаживать за здоровьем, но и сможем участвовать в соревнованиях! Собираться для этого совсем не обязательно, каждый может шагнуть по своему привычному графику, что очень удобно! Все вопросы и уточнения на первой организационной встрече в среду, 08.02 в 13ч	ЗОЖ	Мероприятие	Рудакова Елена Викторовна
февраль	08.02.2023	14:00	OFF	Чаепитие членов клуба и обсуждение дальнейших занятий.	Развитие	Встреча клуба	Ильина Наталья Ивановна
февраль	08.02.2023	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
февраль	08.02.2023	14:00	OFF	Обсуждение репетиции и сложных репетиционных моментов, обмен опытом, отдых в нашем уютном кафе	ЗОЖ	Встреча клуба	Стемпковская Галина Вячеславовна
февраль	08.02.2023	15:00	OFF	Мастер - класс по созданию домашнего органайзера для бытовых вещей! Необходимые материалы: плотная ткань, ткань для отделки, ножницы, игла и нитки. Обязательно продумайте размер своего будущего органайзера. Встречу проводит опытная мастерица - Людмила Сергеевна Андрианова.	Творчество	Мероприятие	Андрианова Людмила Сергеевна
февраль	08.02.2023	15:00	OFF	Театральная репетиция — подготовка и создание нового спектакля. Повторение старых пьес и постановок. Чехов	Творчество	Встреча клуба	Стемпковская Галина Вячеславовна
февраль	08.02.2023	15:00	OFF	Обереговые куклы для дома и души. У каждой своё предназначение.	Творчество	Мероприятие	Климова Елена Александровна
февраль	08.02.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	08.02.2023	16:00	OFF	Театрализованный показ спектакля "Маленькие истории" по мотивам рассказов А.П. Чехова	Творчество	Мероприятие	Стемпковская Галина Вячеславовна
февраль	08.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
февраль	08.02.2023	18:00	OFF	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Замович
февраль	08.02.2023	18:00	ON	Мастер-класс "Практическая психология".	ЗОЖ	Мероприятие	Слепов Александр Григорьевич
февраль	08.02.2023	18:00	OFF	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
февраль	08.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	08.02.2023	19:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
февраль	09.02.2023	10:00	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	09.02.2023	10:00	OFF	Встреча ветеранов района "Покровское-Стрешнево"	ЗОЖ	Мероприятие	Стемпковская Галина Вячеславовна
февраль	09.02.2023	10:00	OFF	Создание мягких игрушек своими руками. От кроя до мелких деталей.	Творчество	Мероприятие	Морозова Людмила Владимировна
февраль	09.02.2023	11:00	OFF	Зарядка снутрициологом, диетологом по правильному питанию, самомассажу, омоложению, пробуждению организма после зимы и болезней.	ЗОЖ	Встреча клуба	Макаревич Маргарита Владимировна
февраль	09.02.2023	11:30	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	09.02.2023	12:00	OFF	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченок Наталья Ивановна
февраль	09.02.2023	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
февраль	09.02.2023	12:00	OFF	Авторские игрушки Надежды Дмитриевны Красавиной	Творчество	Встреча клуба	Красавина Надежда Дмитриевна
февраль	09.02.2023	12:00	OFF	Репетиция танцевальной студии "Комплимент" в стиле Латина под руководством Гончаровой Людмилы Викторовны.	ЗОЖ	Мероприятие	Гончарова Людмила Викторовна
февраль	09.02.2023	12:00	OFF	Написание картин масляными красками. Цветы	Творчество	Встреча клуба	Никольская Людмила Михайловна
февраль	09.02.2023	12:00	OFF	Подготовка к мастер - классу.	Развитие	Встреча клуба	Антощенко Любовь Петровна
февраль	09.02.2023	13:00	OFF	Мастер - класс от опытного кулинара Любови Петровны Антощенко. Готовим традиционное блюдо славянских и прибалтийских народов "Бигус" и яблочный пирог. Делимся рецептами и секретами приготовления. О последовательности приготовления вы сможете узнать на встрече клуба.	Развитие	Встреча клуба	Антощенко Любовь Петровна
февраль	09.02.2023	13:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
февраль	09.02.2023	14:00	OFF	Дегустация блюд участниками мастер - класса.	Развитие	Встреча клуба	Антощенко Любовь Петровна

февраль	09.02.2023	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. Любый 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
февраль	09.02.2023	14:00	OFF	"Высокое счастье поэта" - жизнь и творчество Эдуарда Аркадьевича Асадова. Проводит встречу лидер литературного клуба - Вера Георгиевна Антонова. Во второй части встречи каждый желающий сможет прочитать стихи своего сочинения, либо стихи других авторов.	Развитие	Встреча клуба	Антонова Вера Георгиевна
февраль	09.02.2023	14:00	OFF	Встреча клуба по парикмахерскому искусству "Ваш стиль". Добро пожаловать в пространство индивидуального образа! Ваш стиль дополнят эффектные и выразительные линии, а создание форм по правилам золотого сечения не потребуют укладки, дадут свободу и удобство. Встречу проводит парикмахер - стилист Юлия Игоревна Грищенко.	Развитие	Мероприятие	Грищенко Юлия Игоревна
февраль	09.02.2023	14:30	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
февраль	09.02.2023	15:00	OFF	Мастер - класс по приготовлению рыбы в духовке.	Развитие	Встреча клуба	Козлов Владимир Андреевич
февраль	09.02.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	09.02.2023	16:00	OFF	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартынов Виктор Васильевич
февраль	09.02.2023	16:00	OFF	Репетиция музыкального ансамбля: совместное исполнение песен в тёплой дружеской обстановке (открытый микрофон).	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
февраль	09.02.2023	16:00	OFF	Занятие танцами по направлению Хапсл	ЗОЖ	Мероприятие	Кухтин Евгений Валентинович
февраль	09.02.2023	18:00	OFF	Чаепитие членов клуба и обсуждение дальнейших занятий	ЗОЖ	Встреча клуба	Кухтин Евгений Валентинович
февраль	09.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
февраль	09.02.2023	18:00	OFF	Танцевальная гостиная - это система разных танцевальных техник с ненавязчивым терапевтическим аспектом для восстановления внутренней гармонии, ресурсного состояния и жизнелюбности. Здесь не только танцуют, но и рисуют, рассуждают, пишут, медитируют и просто получают удовольствие.	ЗОЖ	Мероприятие	Кутукова Ольга Григорьевна
февраль	09.02.2023	18:00	OFF	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казakov Сергей Владимирович
февраль	09.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	09.02.2023	18:30	ON	Массаж лица, шеи и рук. Приготовление масок из натуральных ингредиентов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Калябина Светлана Валентиновна
февраль	09.02.2023	19:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
февраль	10.02.2023	10:00	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	10.02.2023	10:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будыкина Татьяна Федоровна
февраль	10.02.2023	10:00	OFF	Делаем цветок-брошь из атласных лент в японской технике "Канзаши".	Творчество	Мероприятие	Голобура Антонина Ивановна
февраль	10.02.2023	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.	Развитие	Мероприятие	Мамонова Ольга Валерьевна
февраль	10.02.2023	11:30	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	10.02.2023	12:00	OFF	Приглашаем к участию в акции «Носочки для сыночков!» Наш вклад – это вязаные вещи, которые согреют и уберут 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
февраль	10.02.2023	12:00	OFF	Исполнение песен 40-80 годов, песен из к/ф, романсов, русских народных, военно-патриотических и эстрадных.	Творчество	Мероприятие	Афанасьева Лариса Александровна
февраль	10.02.2023	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
февраль	10.02.2023	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
февраль	10.02.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	10.02.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	10.02.2023	13:00	OFF	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
февраль	10.02.2023	13:00	OFF	Чаепитие участников клуба.	Творчество	Встреча клуба	Трекалова Ольга Васильевна
февраль	10.02.2023	14:00	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
февраль	10.02.2023	14:00	OFF	Тема: "Долговременная завивка волос вчера и сегодня". 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
февраль	10.02.2023	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
февраль	10.02.2023	14:00	OFF	Цыганские танцы	ЗОЖ	Мероприятие	Кириллова Валентина Алексеевна

февраль	10.02.2023	16:00	OFF	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранаема, Шавасана 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
февраль	10.02.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	10.02.2023	17:00	OFF	Обсуждение игр и дружеское общение за чашкой чая.	ЗОЖ	Встреча клуба	Алешин Андрей Викторович
февраль	10.02.2023	17:00	OFF	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранаема, Шавасана 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
февраль	10.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
февраль	10.02.2023	18:00	OFF	Репетиция танцевальных номеров, подготовка к мероприятиям.	ЗОЖ	Встреча клуба	Гутина Олла Наумовна
февраль	10.02.2023	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 Шудимовна
февраль	10.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	10.02.2023	19:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
февраль	11.02.2023	10:00	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	11.02.2023	10:00	OFF	Шьем в технике печворк. Техника "КРУГ", сальфетка.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
февраль	11.02.2023	10:00	OFF	Встреча пчеловодов, беседа о продуктах пчеловодства.	ЗОЖ	Встреча клуба	Крюков Борис Викторович
февраль	11.02.2023	11:00	OFF	Изготовление открытки в технике папертоль. Папертоль – это ручное вырезание из бумаги и создание 3D изображений. Используя технику папертоль можно создать чудесные объемные картины своими руками.	Творчество	Мероприятие	Комлева Лариса Петровна
февраль	11.02.2023	11:00	OFF	Подготовка к мастер - классу.	ЗОЖ	Мероприятие	Полонская Белла Анатольевна
февраль	11.02.2023	11:30	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	11.02.2023	12:00	OFF	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченок Наталья Ивановна
февраль	11.02.2023	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
февраль	11.02.2023	13:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
февраль	11.02.2023	13:00	ON+OFF	Готовим вместе с Беллой Анатольевной Полонской мацу и форшмак с селедкой. О последовательности приготовления блюд вы сможете узнать во время встречи нашего клуба. Готовим блюда и обсуждаем полезные свойства ингредиентов.	ЗОЖ	Мероприятие	Полонская Белла Анатольевна
февраль	11.02.2023	13:00	OFF	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
февраль	11.02.2023	13:00	OFF	Чаепитие участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Крюков Борис Викторович
февраль	11.02.2023	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
февраль	11.02.2023	14:00	OFF	Дегустация блюд участниками мастер - класса.	ЗОЖ	Мероприятие	Полонская Белла Анатольевна
февраль	11.02.2023	14:30	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
февраль	11.02.2023	15:00	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
февраль	11.02.2023	15:00	ON	Приглашаем Вас на встречу с психологом Инной Александровной Мезиной. Тема субботней встречи: "Что на судьбе написано? (продолжение)". Ждём Вас 11.02 в 15:00 ВНИМАНИЕ: встречи временно проходят в он-лайн формате.	ЗОЖ	Мероприятие	Мезина Инна Александровна
февраль	11.02.2023	16:00	OFF	Авторы и исполнители в жанре русский шансон Михаил Оводков и Роман Виноградов приглашают на концертную программу.	Творчество	Мероприятие	Михаил Иванович Оводков
февраль	11.02.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	11.02.2023	18:00	ON+OFF	Тема: «Ежовник гребенчатый». Научная классификация. Экология и распространение. Пищевая ценность и медицинское распространение.	ЗОЖ	Встреча клуба	Калябина Светлана Валентиновна
февраль	11.02.2023	18:00	OFF	Занятие танцами по направлению Хапсл	ЗОЖ	Мероприятие	Кухтин Евгений Валентинович
февраль	12.02.2023	10:00	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	12.02.2023	10:00	OFF	Шьем в технике печворк. Техника "Крейзи - Вул".	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
февраль	12.02.2023	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
февраль	12.02.2023	10:00	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
февраль	12.02.2023	11:30	OFF	Шьем в технике печворк. Техника "Крейзи - Вул".	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
февраль	12.02.2023	11:30	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	12.02.2023	13:00	OFF	Шьем в технике печворк. Техника "Крейзи - Вул".	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
февраль	12.02.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Таласв Игорь Александрович
февраль	12.02.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Таласв Игорь Александрович
февраль	12.02.2023	14:00	OFF	Тренировка по игре в шахматы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Мешков Анатолий Юрьевич
февраль	12.02.2023	14:30	OFF	Шьем в технике печворк. Техника "Крейзи - Вул".	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна

февраль	12.02.2023	15:00	OFF	Концерт «Песня остаётся с человеком!» 12 февраля 2023 г. Начало 15:00 час. Коллектив «Команда молодости нашей». Прозвучат песни советских композиторов. Участвуют: Базарнов Александр, Иванов Виктор, Никишин Виктор, Нестерова Татьяна, Аргышева Виталина, Варфоламеева Раиса.	Творчество	Мероприятие	Иванов Виктор Трофимович
февраль	12.02.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	12.02.2023	16:00	OFF	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Гниловский Андрей Николаевич
февраль	12.02.2023	17:00	OFF	Впервые! Битва Поэтов! Приглашаем познакомиться и послушать! 12 февраля, в воскресенье, в 17:00 в тихой гостиной. Принимают участие 8 поэтов, четверо из них, члены Союза Писателей России. Прочтение собственных произведений на тему, заданную жюри. Приходите поддержать участников.	ЗОЖ	Мероприятие	Петров Валентин Васильевич
февраль	12.02.2023	18:00	ON	На этой встрече клуба вы сможете пообщаться с участниками, рассказать интересные истории и поиграть в интеллектуальные игры.	Развитие	Встреча клуба	Ананьева Ирина Андреевна
февраль	12.02.2023	18:00	OFF	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Зямович
февраль	12.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	13.02.2023	10:00	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	13.02.2023	10:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будькина Татьяна Фёдоровна
февраль	13.02.2023	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	Мероприятие	Ежов Валерий Трофимович
февраль	13.02.2023	11:00	OFF	Фоновая ходьба - ходьба любым способом: с палками и без них, группами и индивидуально, и даже дома, например, при просмотре ТВ-передачи! Всё максимально удобно и полезно для каждого - ходите или гуляете в привычном для вас режиме, никаких расписаний, никаких обязательных собраний! Объединение в пары или группы исключительно только по вашему выбору и желанию. Все вопросы и уточнения на организационной встрече 13.02 в 11ч	ЗОЖ	Мероприятие	Рудакова Елена Викторовна
февраль	13.02.2023	11:00	OFF	Разъяснение законодательства в сфере семейного, наследственного, банковского права. Темы встречи: "Права заемщика", "Способы исполнения обязательств", "Задолженность. Обращение взыскания при задолженности". "Исполнительное производство". "Кредитная история". Встречи проходят в формате лекций.	Развитие	Мероприятие	Кудичева Елена Викторовна
февраль	13.02.2023	11:30	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	13.02.2023	12:00	OFF	Выездная экскурсия в Храм Христа Спасителя для лидеров клубов ЦМД СЗАО	Развитие	Мероприятие	Ананьева Ирина Андреевна
февраль	13.02.2023	12:00	OFF	"Дорогие друзья! В рамках "Недели добрых дел" лидер волонтерского отряда ""Добрые руки"" Елена Рудакова проводит гуманитарные сборы вещей 14.02 и 16.02. Получить подробную информацию Вы можете на встрече клуба или на стойке регистрации в нашем центре. Давайте делать добрые дела! Волонтеры могут всё!"	Развитие	Встреча клуба	Рудакова Елена Викторовна
февраль	13.02.2023	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
февраль	13.02.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	13.02.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	13.02.2023	13:00	OFF	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранаяма, Шавасана 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
февраль	13.02.2023	13:30	OFF	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
февраль	13.02.2023	14:00	OFF	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранаяма, Шавасана 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
февраль	13.02.2023	15:00	OFF	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
февраль	13.02.2023	15:00	OFF	Театральная репетиция — подготовка и создание нового спектакля. Повторение старых пьес и постановок. Чехов	Творчество	Встреча клуба	Степковская Галина Вячеславовна
февраль	13.02.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	13.02.2023	16:00	OFF	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
февраль	13.02.2023	16:30	OFF	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
февраль	13.02.2023	17:00	OFF	Обсуждение после репетиции сложных репетиционных моментов, обмен опытом, отдых в нашем уютном кафе	ЗОЖ	Встреча клуба	Степковская Галина Вячеславовна
февраль	13.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
февраль	13.02.2023	18:00	OFF	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Зямович
февраль	13.02.2023	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
февраль	13.02.2023	18:00	OFF	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
февраль	13.02.2023	19:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	13.02.2023	19:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
февраль	14.02.2023	10:00	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	14.02.2023	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

февраль	14.02.2023	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
февраль	14.02.2023	11:00	OFF	Сочинение пьес, изготовление кукол-петрушек в технике папье-маше, создание домашних кукольных театров.	Творчество	Встреча клуба	Землякова Галина Владимировна
февраль	14.02.2023	11:00	OFF	"Поэтический салон". Стихи собственного сочинения, поэзия души.	Творчество	Встреча клуба	Горяинов Виктор Петрович
февраль	14.02.2023	11:30	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	14.02.2023	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
февраль	14.02.2023	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
февраль	14.02.2023	12:00	OFF	Подготовка к мастер - классу.	Развитие	Встреча клуба	Белякова Татьяна Константиновна
февраль	14.02.2023	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
февраль	14.02.2023	13:00	OFF	Чаепитие участников клуба.	Творчество	Встреча клуба	Трекалова Ольга Васильевна
февраль	14.02.2023	13:00	OFF	Культурно-познавательная программа для любителей путешествий. Лекция с Татьяной Георгиевной Кочисовой. Специалист по международному туризму. Тема: Золотое кольцо. Часть 1.История маршрута. Начало пути.	Развитие	Мероприятие	Кочисова Татьяна Георгиевна
февраль	14.02.2023	13:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
февраль	14.02.2023	13:00	OFF	В день всех влюбленных вспомним наши любимые блюда 2022 года: салат с сельдереем и тунцом, суп куриный с сельдереем, грибы фаршированные с запеченным картофелем. Делимся рецептами и секретами приготовления. О последовательности приготовления вы сможете узнать на встрече клуба.	Развитие	Встреча клуба	Белякова Татьяна Константиновна
февраль	14.02.2023	14:00	OFF	Дегустация блюд участниками мастер - класса.	Развитие	Встреча клуба	Белякова Татьяна Константиновна
февраль	14.02.2023	14:00	OFF	Концерт ансамбля "Хорошее настроение". Акустическое выступление. В концертной программе: сольные вокальные номера участников ансамбля "Хорошее настроение" под аккомпанемент на рояле.	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
февраль	14.02.2023	14:30	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
февраль	14.02.2023	15:00	OFF	14 февраля в 15.00. в тихой гостиной, Поэтический Клуб Версты совместно с Клубом Полезных Знакомств организуют и проводят встречу любителей поэзии. Будут декламироваться известные и неизвестные стихи знаменитых поэтов всего мира, созданные в самое разное время. Тема стихов, в основном, посвящена любви, в самом разном ее проявлении. Особый интерес вызывает игра в посвящения, где каждому зрителю предполагается посвящение стиха, выбранного случайным образом. Тексты стихов могут быть лично высланы желающим зрителям.	Творчество	Мероприятие	Кардова Зоя Забитовна
февраль	14.02.2023	15:00	OFF	Игра на гитаре, разучивание новых композиций и мелодий.	Творчество	Встреча клуба	Леонова Наталья Владимировна
февраль	14.02.2023	15:30	OFF	Художественный фильм "Красотка", американская комедийная мелодрама режиссёра Гарри Маршалла с Ричардом Гиром и Джулией Робертс в главных ролях.	Развитие	Встреча клуба	Котляревская Ольга Анатольевна
февраль	14.02.2023	16:00	OFF	Встреча участников кулинарного клуба и клуба по бильярду за чаепитием.	Развитие	Мероприятие	Белякова Татьяна Константиновна
февраль	14.02.2023	16:00	OFF	Игры в настольный теннис для любого уровня подготовки	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	14.02.2023	16:00	OFF	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартынов Виктор Васильевич
февраль	14.02.2023	16:00	OFF	Занятие танцами по направлению Хастл	ЗОЖ	Мероприятие	Кухтин Евгений Валентинович
февраль	14.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
февраль	14.02.2023	18:00	OFF	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казakov Сергей Владимирович
февраль	14.02.2023	19:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
февраль	15.02.2023	10:00	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	15.02.2023	10:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будькина Татьяна Федоровна
февраль	15.02.2023	10:00	OFF	Делаем цветок-брошь из атласных лент в японской технике "Канзаши".	Творчество	Встреча клуба	Голобурда Антонина Ивановна
февраль	15.02.2023	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
февраль	15.02.2023	10:30	OFF	Окружной этап городского шахматного турнира в ЦМД "Митино"	ЗОЖ	Встреча клуба	Мешков Анатолий Юрьевич
февраль	15.02.2023	10:30	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
февраль	15.02.2023	11:00	OFF	11ч Мастер-класс по изготовлению блиндажных свечей от лидера волонтерского клуба "Добрые руки" Рудаковой Елены. С собой надо принести чистые консервные банки с ровными краями и немного тонкого гофрокартона.	ЗОЖ	Мероприятие	Рудакова Елена Викторовна
февраль	15.02.2023	11:30	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	15.02.2023	12:00	OFF	Исполнение песен 40-80 годов, песен из к/ф, романсов, русских народных, военно-патриотических и эстрадных.	Творчество	Мероприятие	Афанасьева Лариса Александровна
февраль	15.02.2023	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

февраль	15.02.2023	12:00	OFF	Лекция с интерактивом от "Клуб здоровья 55+". Тема "Образ жизни: питание, физическая активность, лекарства (анализ), полезные советы (лайфхаки)." Лекцию проводит врач-нутрициолог, кандидат медицинских наук, консультант по коррекции веса и нарушений пищевого поведения Дина Сагитовна Левицкая	ЗОЖ	Мероприятие	Левицкая Дина Сагитовна
февраль	15.02.2023	12:00	OFF	Постановка и репетиция танцев разных направлений под любимые мелодии. Танцуем для души и от души!	ЗОЖ	Встреча клуба	Иноземцева Людмила Георгиевна
февраль	15.02.2023	12:00	OFF	Написание картин масляными красками. Зимние пейзажи.	Творчество	Встреча клуба	Никольская Людмила Михайловна
февраль	15.02.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	15.02.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	15.02.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	15.02.2023	13:00	OFF	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
февраль	15.02.2023	14:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	15.02.2023	14:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	15.02.2023	14:00	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
февраль	15.02.2023	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
февраль	15.02.2023	14:00	OFF	Участие команды клуба в игре Что? Где? Когда? от ЦМД "Печатники"	ЗОЖ	Встреча клуба	Ананьева Ирина Андреевна
февраль	15.02.2023	15:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	15.02.2023	15:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	15.02.2023	15:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	15.02.2023	15:00	OFF	Приглашаем вас на повторные мастер - классы в "Творческую мастерскую". Мастерим и создаем коврики для ванной, уютные тапочки для дома, органайзер для бытовых вещей. Необходимые материалы: для коврика - органза и плотный материал для основы, для тапочек и для органайзера - плотная ткань, ножницы, иглки и нитки. Встречу проводит опытная мастерица - Людмила Сергеевна Андрианова.	Творчество	Мероприятие	Андрианова Людмила Сергеевна
февраль	15.02.2023	15:00	OFF	Бисероплетение, декупаж и другие виды рукоделия	Творчество	Мероприятие	Бувайло Наталья Александровна
февраль	15.02.2023	15:00	OFF	Обереговые куклы для дома и души. У каждой своё предназначение.	Творчество	Мероприятие	Климова Елена Александровна
февраль	15.02.2023	15:00	OFF	Театральная репетиция — подготовка и создание нового спектакля. Повторение старых пьес и постановок. Чехов	Творчество	Встреча клуба	Стемпковская Галина Вячеславовна
февраль	15.02.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	15.02.2023	17:00	OFF	Обсуждение после репетиции сложных репетиционных моментов, обмен опытом, отдых в нашем уютном кафе	ЗОЖ	Встреча клуба	Стемпковская Галина Вячеславовна
февраль	15.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
февраль	15.02.2023	18:00	OFF	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Замович
февраль	15.02.2023	18:00	OFF	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
февраль	15.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	15.02.2023	19:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
февраль	16.02.2023	10:00	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	16.02.2023	10:00	OFF	Создание мягких игрушек своими руками. От кроя до мелких деталей.	Творчество	Мероприятие	Морозова Людмила Владимировна
февраль	16.02.2023	10:00	OFF	Подготовка к мастер - классу.	Развитие	Встреча клуба	Козлов Владимир Андреевич
февраль	16.02.2023	11:00	OFF	Зарядка с нутрициологом, диетологом по правильному питанию, самомассажу, омоложению, пробуждению организма после зимы и болезни.	ЗОЖ	Встреча клуба	Макаревич Маргарита Владимировна
февраль	16.02.2023	11:00	OFF	Готовим блюдо итальянской кухни - спагетти «Болоньезе». Делимся рецептами и секретами приготовления. О последовательности приготовления вы сможете узнать на встрече клуба.	Развитие	Встреча клуба	Козлов Владимир Андреевич
февраль	16.02.2023	11:30	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	16.02.2023	12:00	OFF	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченок Наталья Ивановна
февраль	16.02.2023	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
февраль	16.02.2023	12:00	OFF	Авторские игрушки Надежды Дмитриевны Красавиной	Творчество	Мероприятие	Красавина Надежда Дмитриевна
февраль	16.02.2023	12:00	OFF	Репетиция танцевальной студии "Комплимент" в стиле Латино под руководством Гончаровой Людмилы Викторовны.	ЗОЖ	Мероприятие	Гончарова Людмила Викторовна
февраль	16.02.2023	12:00	OFF	Написание картин масляными красками. Зимние пейзажи.	Творчество	Встреча клуба	Никольская Людмила Михайловна
февраль	16.02.2023	12:00	OFF	Просмотр фильма "Рейтинг итальянских паст".	Развитие	Встреча клуба	Козлов Владимир Андреевич
февраль	16.02.2023	13:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильных Елена Юрьевна
февраль	16.02.2023	13:00	OFF	Просмотр фильма "Рейтинг итальянских паст".	Развитие	Встреча клуба	Козлов Владимир Андреевич
февраль	16.02.2023	13:00	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
февраль	16.02.2023	14:00	OFF	Просмотр фильма "Рейтинг итальянских паст".	Развитие	Встреча клуба	Козлов Владимир Андреевич

февраль	16.02.2023	14:00	OFF	Встреча посвящена Владимиру Алексеевичу Солоухину, русскому советскому писателю и поэту, представителю «деревенской прозы».	Развитие	Встреча клуба	Антонова Вера Георгиевна
февраль	16.02.2023	14:30	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
февраль	16.02.2023	15:00	OFF	Готовим блюдо итальянской кухни - спагетти «Болоньезе». Делимся рецептами и секретами приготовления. О последовательности приготовления вы сможете узнать на встрече клуба.	Развитие	Встреча клуба	Козлов Владимир Андреевич
февраль	16.02.2023	15:00	OFF	Встреча посвящена Владимиру Алексеевичу Солоухину, русскому советскому писателю и поэту, представителю «деревенской прозы».	Развитие	Встреча клуба	Антонова Вера Георгиевна
февраль	16.02.2023	15:00	OFF	Тема встречи: "Социальный фонд России: объединение Пенсионного фонда РФ и Фонда и социального страхования. Вопросы по пенсионному законодательству".	Развитие	Мероприятие	Новикова Наталья Владимировна
февраль	16.02.2023	16:00	OFF	Просмотр видеоролика "Спагетти Болоньезе - разнообразие приготовления".	Развитие	Встреча клуба	Козлов Владимир Андреевич
февраль	16.02.2023	16:00	OFF	Чаепитие участников клуба.	Развитие	Встреча клуба	Антонова Вера Георгиевна
февраль	16.02.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	16.02.2023	16:00	OFF	Репетиция музыкального ансамбля: совместное исполнение песен в теплой дружеской обстановке (открытый микрофон).	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
февраль	16.02.2023	16:00	OFF	Занятие танцами по направлению Хаустл	ЗОЖ	Мероприятие	Кухтин Евгений Валентинович
февраль	16.02.2023	17:00	OFF	Дегустация блюд участниками мастер - класса.	Развитие	Встреча клуба	Козлов Владимир Андреевич
февраль	16.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
февраль	16.02.2023	18:00	OFF	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казаков Сергей Владимирович
февраль	16.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	16.02.2023	18:30	ON	Массаж лица, шеи и рук. Приготовление масок из натуральных ингредиентов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Калябина Светлана Валентиновна
февраль	16.02.2023	19:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
февраль	17.02.2023	10:00	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	17.02.2023	10:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будькина Татьяна Федоровна
февраль	17.02.2023	10:00	OFF	Делаем цветок-брошь из атласных лент в японской технике "Канзаши".	Творчество	Мероприятие	Голубурда Антонина Ивановна
февраль	17.02.2023	10:00	OFF	Подготовка к мастер - классу.	ЗОЖ	Встреча клуба	Власова Ирина Юрьевна
февраль	17.02.2023	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
февраль	17.02.2023	11:00	ON+OFF	Мастер - класс по приготовлению хумуса.	ЗОЖ	Встреча клуба	Власова Ирина Юрьевна
февраль	17.02.2023	11:30	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	17.02.2023	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
февраль	17.02.2023	12:00	OFF	Исполнение песен 40-80 годов, песен из к/ф, романсов, русских народных, военно-патриотических и эстрадных.	Творчество	Мероприятие	Афанасьева Лариса Александровна
февраль	17.02.2023	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
февраль	17.02.2023	12:00	OFF	Лидер клуба Елена Викторовна Рудакова организует праздничное чаепитие для членов клуба "Добрые руки", посвящённое празднованию Дня доброты. В программе мероприятия: награждение активистов, слова благодарности, написание открыток для одиноких людей, чаепитие.	Развитие	Встреча клуба	Рудакова Елена Викторовна
февраль	17.02.2023	12:00	OFF	Мастер - класс по приготовлению свекольника.	ЗОЖ	Встреча клуба	Власова Ирина Юрьевна
февраль	17.02.2023	12:45	OFF	Чаепитие участников клуба.	Творчество	Встреча клуба	Трекалова Ольга Васильевна
февраль	17.02.2023	13:00	OFF	Литературный салон Елены Дворецкой приглашает любителей творчества Александра Сергеевича Пушкина	Творчество	Мероприятие	Елена Сергеевна Дворецкая
февраль	17.02.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, отдачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	17.02.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, отдачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	17.02.2023	13:00	OFF	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
февраль	17.02.2023	13:00	OFF	Мастер - класс по приготовлению кальмаров с рисом.	ЗОЖ	Встреча клуба	Власова Ирина Юрьевна
февраль	17.02.2023	13:15	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
февраль	17.02.2023	14:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, отдачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	17.02.2023	14:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, отдачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	17.02.2023	14:00	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
февраль	17.02.2023	14:00	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. Не пропустите.	Развитие	Встреча клуба	Ананьева Ирина Андреевна
февраль	17.02.2023	14:00	OFF	17.02.2023 Пушкинский бал, ведущая Галина Александровна	Творчество	Мероприятие	Галина Васильевна Александрова

февраль	17.02.2023	14:00	OFF	"Стайлинги" - виды и отличия укладочных средств. 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
февраль	17.02.2023	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
февраль	17.02.2023	14:00	OFF	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
февраль	17.02.2023	14:00	OFF	Мастер - класс по приготовлению десерта.	ЗОЖ	Встреча клуба	Власова Ирина Юрьевна
февраль	17.02.2023	15:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	17.02.2023	15:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	17.02.2023	15:00	OFF	"Стайлинги" - виды и отличия укладочных средств. 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
февраль	17.02.2023	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
февраль	17.02.2023	15:00	OFF	Дегустация блюд участниками мастер - класса.	ЗОЖ	Встреча клуба	Власова Ирина Юрьевна
февраль	17.02.2023	16:00	OFF	Чаепитие участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Байрамкулова Эвелина Вадимовна
февраль	17.02.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	17.02.2023	16:00	OFF	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранаяма, Шавасана 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
февраль	17.02.2023	16:00	OFF	Дегустация блюд участниками мастер - класса.	ЗОЖ	Встреча клуба	Власова Ирина Юрьевна
февраль	17.02.2023	16:40	OFF	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранаяма, Шавасана 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
февраль	17.02.2023	17:00	OFF	Чаепитие, общение.	ЗОЖ	Встреча клуба	Бабьшклина Светлана Шулимовна
февраль	17.02.2023	17:20	OFF	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранаяма, Шавасана 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
февраль	17.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
февраль	17.02.2023	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	Бабьшклина Светлана Шулимовна
февраль	17.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	17.02.2023	19:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
февраль	18.02.2023	10:00	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	18.02.2023	10:00	OFF	Шьем в технике печворк. Салфетка к 8 Марта - "Тюльпан".	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
февраль	18.02.2023	10:30	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
февраль	18.02.2023	11:00	OFF	Утренняя встреча участников клуба.	ЗОЖ	Мероприятие	Козлов Владимир Андреевич
февраль	18.02.2023	11:00	OFF	Шьем в технике печворк. Салфетка к 8 Марта - "Тюльпан".	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
февраль	18.02.2023	11:00	OFF	Изготовление открытки в технике папертоль. Папертоль – это ручное вырезание из бумаги и создание 3D изображений. Используя технику папертоль можно создать чудесные объемные картины своими руками.	Творчество	Мероприятие	Комлева Лариса Петровна
февраль	18.02.2023	11:00	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
февраль	18.02.2023	11:30	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	18.02.2023	12:00	OFF	Подготовка к мастер - классу.	ЗОЖ	Мероприятие	Козлов Владимир Андреевич
февраль	18.02.2023	12:00	OFF	Шьем в технике печворк. Салфетка к 8 Марта - "Тюльпан".	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
февраль	18.02.2023	12:00	OFF	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченок Наталья Ивановна
февраль	18.02.2023	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
февраль	18.02.2023	13:00	OFF	Шьем в технике печворк. Салфетка к 8 Марта - "Тюльпан".	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
февраль	18.02.2023	13:00	ON+OFF	Классический винегрет с сельдью и суп с красной рыбой. Мастер - класс по приготовлению блюда от повара - кулинара Владимира Андреевича Козлова. О последовательности приготовления блюд вы сможете узнать во время встречи нашего клуба. Готовим блюда и обсуждаем полезные свойства ингредиентов.	ЗОЖ	Мероприятие	Козлов Владимир Андреевич
февраль	18.02.2023	13:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
февраль	18.02.2023	13:00	OFF	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
февраль	18.02.2023	14:00	OFF	Мастер - класс по приготовлению ухи.	ЗОЖ	Мероприятие	Козлов Владимир Андреевич

февраль	18.02.2023	14:00	OFF	Шьем в технике печворк. Салфетка к 8 Марта - "Тюльпан".	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
февраль	18.02.2023	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
февраль	18.02.2023	14:30	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
февраль	18.02.2023	15:00	OFF	Мастер - класс по приготовлению винегрета.	ЗОЖ	Мероприятие	Козлов Владимир Андреевич
февраль	18.02.2023	15:00	ON	В эту субботу с психологом Инной Александровной Мезиной обсудим тему: "Внутренний саботаж" Поговорим о том, что и как мешает нам получить желаемое. Важно! Временно встречи клуба проходят только в он-лайн формате. Присоединиться к видео чату Вы можете по ссылке: https://t.me/+V4ociQsuQ6lwYjEY .	ЗОЖ	Мероприятие	Мезина Инна Александровна
февраль	18.02.2023	16:00	OFF	Дегустация блюд участниками мастер - класса.	ЗОЖ	Мероприятие	Козлов Владимир Андреевич
февраль	18.02.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	18.02.2023	16:00	OFF	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартьянов Виктор Васильевич
февраль	18.02.2023	16:30	OFF	Художественный фильм "Сбежавшая невеста", американская комедийная мелодрама режиссера Гарри Маршалла с Ричардом Гиром и Джулией Робертс в главных ролях. Тема "Ревень".	Развитие	Встреча клуба	Котляревская Ольга Анатольевна
февраль	18.02.2023	18:00	ON+OFF	Полезные свойства, размножение, посадка и уход. Целебный корень и вкусные черешки. Ботаническое описание. Особенности выращивания ревеня. Болезни и вредители ревеня. Полезные свойства ревеня.	ЗОЖ	Встреча клуба	Калыбина Светлана Валентиновна
февраль	18.02.2023	18:00	OFF	Занятие танцами по направлению Хаустл	ЗОЖ	Мероприятие	Кухтин Евгений Валентинович
февраль	18.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	19.02.2023	10:00	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	19.02.2023	10:00	OFF	Шьем в технике печворк. Салфетка к 8 Марта - "Тюльпан".	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
февраль	19.02.2023	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
февраль	19.02.2023	10:00	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
февраль	19.02.2023	11:00	OFF	Делаем цветок-брошь из атласных лент в японской технике "Канзаши".	Творчество	Мероприятие	Голобурда Антонина Ивановна
февраль	19.02.2023	11:00	OFF	Шьем в технике печворк. Салфетка к 8 Марта - "Тюльпан".	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
февраль	19.02.2023	11:30	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	19.02.2023	12:00	OFF	НЕ ДЛЯ РАСПИСАНИЯ!!!!Показ театральной постановки "Сказ про Федота Стрелыца" на территории ЦМД "Бибирево"	Творчество	Встреча клуба	Стемпковская Галина Вячеславовна
февраль	19.02.2023	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	Белоус Татьяна Нисоновна
февраль	19.02.2023	12:00	OFF	Шьем в технике печворк. Салфетка к 8 Марта - "Тюльпан".	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
февраль	19.02.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	19.02.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	19.02.2023	13:00	OFF	Шьем в технике печворк. Салфетка к 8 Марта - "Тюльпан".	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
февраль	19.02.2023	14:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	19.02.2023	14:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	19.02.2023	14:00	OFF	Шьем в технике печворк. Салфетка к 8 Марта - "Тюльпан".	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
февраль	19.02.2023	14:00	OFF	Тренировка по игре в шахматы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Мешков Анатолий Юрьевич
февраль	19.02.2023	15:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	19.02.2023	15:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	19.02.2023	15:00	OFF	Шьем в технике печворк. Салфетка к 8 Марта - "Тюльпан".	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
февраль	19.02.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	19.02.2023	16:00	OFF	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Гниловский Андрей Николаевич
февраль	19.02.2023	16:00	OFF	Занятия танцами в клубе "Салям".	ЗОЖ	Мероприятие	Кулешова Татьяна Анатольевна
февраль	19.02.2023	16:30	OFF	Это совместная встреча Клуба Полезных Знакомств и специалиста в отношениях семьи и брака - Ольги Соболевой. Приглашаются все желающие, рекомендуем, - семейным приходите парой, одиночкам, - рекомендуем прийти обязательно. Цель встречи, - начать хорошие знакомства! В Программе встречи: презентация, фотосессия, командные игры, вопросы к психологам, развлекательная программа.	ЗОЖ	Мероприятие	Петров Валентин Васильевич
февраль	19.02.2023	18:00	ON	На этой встрече клуба вы сможете пообщаться с участниками, рассказать интересные истории и поиграть в интеллектуальные игры.	Развитие	Встреча клуба	Ананьева Ирина Андреевна
февраль	19.02.2023	18:00	OFF	Подготовка участников клуба к мероприятию.	ЗОЖ	Встреча клуба	Гутлина Элла Наумовна
февраль	19.02.2023	18:00	OFF	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Зямович
февраль	19.02.2023	18:00	OFF	Гимнастика для лица. Блоки упражнений.	Развитие	Встреча клуба	Григорьянц Галина Николаевна
февраль	19.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	19.02.2023	18:30	OFF	Дружеское чаепитие, как окончания вечера знакомств	ЗОЖ	Мероприятие	Петров Валентин Васильевич

февраль	20.02.2023	10:00	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	20.02.2023	10:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будькина Татьяна Федоровна
февраль	20.02.2023	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	Мероприятие	Ежов Валерий Трофимович
февраль	20.02.2023	11:00	OFF	Фоновая ходьба - ходьба любым способом: с палками и без них, группами и индивидуально, и даже дома, например, при просмотре ТВ-передач!. Всё максимально удобно и полезно для каждого - ходите или гуляете в привычном для вас режиме, никаких расписаний, никаких обязательных собраний! Объединение в пары или группы исключительно только по вашему выбору и желанию. Все вопросы и уточнения на организационной встрече.	ЗОЖ	Мероприятие	Рудакова Елена Викторовна
февраль	20.02.2023	11:30	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	20.02.2023	12:00	OFF	Культурно-развлекательная программа по мотивам сказок.	Творчество	Мероприятие	Александрова Галина Васильевна
февраль	20.02.2023	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
февраль	20.02.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, отдачаем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	20.02.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, отдачаем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	20.02.2023	13:00	OFF	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранама, 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
февраль	20.02.2023	13:30	OFF	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
февраль	20.02.2023	13:40	OFF	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранама, Шавасана 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
февраль	20.02.2023	14:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, отдачаем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	20.02.2023	14:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, отдачаем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	20.02.2023	14:00	OFF	Начальный курс владения графическим рисунком и письмом. Встреча участников клуба, совместное выполнение ранее заданных работ.	ЗОЖ	Встреча клуба	Михайлова Елена Ивановна
февраль	20.02.2023	14:20	OFF	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранама, Шавасана 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
февраль	20.02.2023	15:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, отдачаем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	20.02.2023	15:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, отдачаем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	20.02.2023	15:00	OFF	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
февраль	20.02.2023	15:00	OFF	Театральная репетиция — подготовка и создание нового спектакля. Повторение старых пьес и постановок. Чехов	Творчество	Встреча клуба	Стемповская Галина Вячеславовна
февраль	20.02.2023	15:00	OFF	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранама, Шавасана 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
февраль	20.02.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	20.02.2023	16:00	OFF	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
февраль	20.02.2023	16:30	OFF	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
февраль	20.02.2023	17:00	OFF	Обсуждение после спектакля сложных моментов, обмен опытом, отдых в нашем уютном кафе	ЗОЖ	Встреча клуба	Стемповская Галина Вячеславовна
февраль	20.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
февраль	20.02.2023	18:00	OFF	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Замович
февраль	20.02.2023	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
февраль	20.02.2023	18:00	OFF	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
февраль	20.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	20.02.2023	19:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
февраль	21.02.2023	10:00	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	21.02.2023	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
февраль	21.02.2023	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
февраль	21.02.2023	11:00	OFF	Сочинение пьес, изготовление кукол-петрушек в технике папье-маше, создание домашних кукольных театров.	Творчество	Встреча клуба	Землякова Галина Владимировна

февраль	21.02.2023	11:30	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	21.02.2023	12:00	OFF	Упражнения на координацию и равновесие с Ириной Сивцовой.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченок Наталья Ивановна
февраль	21.02.2023	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
февраль	21.02.2023	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
февраль	21.02.2023	12:00	OFF	Подготовка и составление программы к 23.02.2023	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
февраль	21.02.2023	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
февраль	21.02.2023	13:00	OFF	Чаепитие участников клуба.	Творчество	Встреча клуба	Трекалова Ольга Васильевна
февраль	21.02.2023	13:00	OFF	Культурно-познавательная программа для любителей путешествий. Лекция с Татьяной Георгиевной Кочневой. Специалист по международному туризму. Тема: Золотое кольцо.	Развитие	Мероприятие	Кочнева Татьяна Георгиевна
февраль	21.02.2023	13:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
февраль	21.02.2023	13:00	OFF	Тема встречи: 23 февраля - день защитника отечества.	Творчество	Встреча клуба	Кардова Зоя Забитовна
февраль	21.02.2023	13:20	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
февраль	21.02.2023	14:00	OFF	Музыкальная программа "Любимым мужчинам" посвящена Дню защитника Отечества.	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
февраль	21.02.2023	15:00	OFF	Игра на гитаре, разучивание новых композиций и мелодий.	Творчество	Встреча клуба	Леона Наталья Владимировна
февраль	21.02.2023	16:00	OFF	Игры в настольный теннис для любого уровня подготовки	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	21.02.2023	16:00	OFF	Занятие танцами по направлению Хастл	ЗОЖ	Мероприятие	Кухтин Евгений Валентинович
февраль	21.02.2023	18:00	OFF	Игры в настольный теннис для любого уровня подготовки	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	21.02.2023	18:00	ON	Работа в минигруппах, для проработки своих психологических проблем	Развитие	Встреча клуба	Мезина Инна Александровна
февраль	21.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
февраль	21.02.2023	18:00	OFF	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казаков Сергей Владимирович
февраль	21.02.2023	19:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
февраль	22.02.2023	10:00	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	22.02.2023	10:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будькина Татьяна Федоровна
февраль	22.02.2023	10:00	OFF	Делаем солнышко из атласных лент в японской технике "Канзаши". Здравствуй весна!	Творчество	Мероприятие	Голобурда Антонина Ивановна
февраль	22.02.2023	10:30	OFF	"Весенняя гимнастика". 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
февраль	22.02.2023	11:00	OFF	Приготовление блинов на Масленицу.	ЗОЖ	Мероприятие	Козлов Владимир Андреевич
февраль	22.02.2023	11:30	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	22.02.2023	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
февраль	22.02.2023	12:00	OFF	Написание картин масляными красками. Зимние пейзажи.	Творчество	Встреча клуба	Никольская Людмила Михайловна
февраль	22.02.2023	12:00	OFF	Дегустация блинов.	ЗОЖ	Мероприятие	Козлов Владимир Андреевич
февраль	22.02.2023	12:30	OFF	Чаепитие участников клуба.	Творчество	Мероприятие	Андрианова Людмила Сергеевна
февраль	22.02.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	22.02.2023	13:00	OFF	Дегустация блинов.	ЗОЖ	Мероприятие	Козлов Владимир Андреевич
февраль	22.02.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	22.02.2023	13:00	OFF	Интересные истории и факты о районе Тушино, просмотр слайдов и чтение стихотворений. Тема лекции "Масленица на Руси: история и традиции"	Развитие	Встреча клуба	Ильина Наталья Ивановна
февраль	22.02.2023	13:00	OFF	Приглашаем вас на мастер - класс в "Творческую мастерскую" по созданию органайзера для мужчин на 23 февраля! Необходимые материалы: отделочные материалы, плотная ткань, ножницы, иголки и нитки. Встречу проводит опытная мастерица - Людмила Сергеевна Андрианова.	Творчество	Мероприятие	Андрианова Людмила Сергеевна
февраль	22.02.2023	14:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	22.02.2023	14:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	22.02.2023	14:00	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
февраль	22.02.2023	14:00	OFF	Участие команды нашего центра в игре "Квиз извилиг" от ЦМД "Куркино"	Развитие	Встреча клуба	Ананьева Ирина Андреевна

февраль	22.02.2023	14:00	OFF	Репетиция концерта театра песни "Ностальгия"	Творчество	Мероприятие	Афанасьева Лариса Александровна
февраль	22.02.2023	14:00	OFF	Обсуждение приготовления блюд на следующих встречах.	ЗОЖ	Мероприятие	Козлов Владимир Андреевич
февраль	22.02.2023	14:15	OFF	Чаепитие участников клуба.	Творчество	Мероприятие	Андрианова Людмила Сергеевна
февраль	22.02.2023	14:30	OFF	Чаепитие участников клуба.	Творчество	Мероприятие	Андрианова Людмила Сергеевна
февраль	22.02.2023	15:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	22.02.2023	15:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	22.02.2023	15:00	OFF	Репетиция концерта театра песни "Ностальгия"	Творчество	Мероприятие	Афанасьева Лариса Александровна
февраль	22.02.2023	15:00	OFF	Приглашаем вас на мастер - класс "Весну закликаем" в "Творческую мастерскую"! Мастерим на Масленицу "Шитье подставки под чашки своими руками"! Необходимые материалы: отделочные материалы, цветные ткани - лоскуты, ножницы, иголки и нитки. Встречу проводит опытная мастерица - Людмила Сергеевна Андрианова.	Творчество	Мероприятие	Андрианова Людмила Сергеевна
февраль	22.02.2023	15:00	OFF	Под звуки белого рояля прозвучат известные романы.	Творчество	Мероприятие	Афанасьева Лариса Александровна
февраль	22.02.2023	15:00	OFF	Обереговые куклы для дома и души. У каждой своё предназначение. Ай да масленица!	Творчество	Встреча клуба	Климова Елена Александровна
февраль	22.02.2023	16:00	OFF	Отдых после викторины, отмечание масленицы, обсуждение и подготовки новых вопросов	ЗОЖ	Встреча клуба	Ананьева Ирина Андреевна
февраль	22.02.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	22.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
февраль	22.02.2023	18:00	OFF	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Замович
февраль	22.02.2023	18:00	ON	Мастер-класс "Практическая психология".	ЗОЖ	Мероприятие	Слепов Александр Григорьевич
февраль	22.02.2023	18:00	OFF	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
февраль	22.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	22.02.2023	19:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
февраль	22.02.2023	14:00	ON+OFF	Мастер-класс "Практическая психология".	ЗОЖ	Мероприятие	Слепов Александр Григорьевич
февраль	23.02.2023	10:00	OFF	Делаем солнышко из атласных лент в японской технике "Канзаши". Здравствуй весна!	Творчество	Встреча клуба	Голобурада Антонина Ивановна
февраль	23.02.2023	10:00	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	23.02.2023	10:00	OFF	Создание мягких игрушек своими руками. От кроя до мелких деталей.	Творчество	Мероприятие	Морозова Людмила Владимировна
февраль	23.02.2023	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
февраль	23.02.2023	11:00	OFF	Встреча участников клуба, обсуждение рецептов.	Развитие	Встреча клуба	Антощенко Любовь Петровна
февраль	23.02.2023	11:30	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	23.02.2023	12:00	OFF	В предверии дня защитника отчества предлагаем Вас посмотреть армейские фотографии наших посетителей.	Творчество	Мероприятие	Графев Владимир Афанасьевич
февраль	23.02.2023	12:00	OFF	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченок Наталья Ивановна
февраль	23.02.2023	12:00	OFF	Авторские игрушки Надежды Дмитриевны Красавиной	Творчество	Встреча клуба	Красавина Надежда Дмитриевна
февраль	23.02.2023	12:00	OFF	Репетиция танцевальной студии "Комплимент" в стиле Латино под руководством Гончаровой Людмилы Викторовны.	ЗОЖ	Мероприятие	Гончарова Людмила Викторовна
февраль	23.02.2023	12:00	OFF	Подготовка к мастер - классу.	Развитие	Встреча клуба	Антощенко Любовь Петровна
февраль	23.02.2023	13:00	OFF	Чаепитие праздничное	Творчество	Мероприятие	Морозова Людмила Владимировна
февраль	23.02.2023	13:00	OFF	Фестиваль блинов. Рецепты приготовления блинов на Масленицу от лидеров и активистов кулинарных клубов. Делимся рецептами и секретами приготовления. О последовательности приготовления вы сможете узнать на встрече клуба.	Развитие	Встреча клуба	Антощенко Любовь Петровна
февраль	23.02.2023	13:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильных Елена Юрьевна
февраль	23.02.2023	14:00	OFF	Постановка и репетиция танцев разных направлений под любимые мелодии. Танцуем для души и от души!	ЗОЖ	Встреча клуба	Иноземцева Людмила Георгиевна
февраль	23.02.2023	14:00	OFF	Дегустация блинов.	Развитие	Встреча клуба	Антощенко Любовь Петровна
февраль	23.02.2023	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. Любый 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
февраль	23.02.2023	14:00	OFF	Встреча посвящена доблестным защитникам Отечества! Приглашаем всех желающих на прочтение стихов, посвященных празднованию 23 февраля. В этот день каждый сможет зачитать стихи собственного сочинения, либо других авторов. Проводит встречу лидер литературного клуба - Вера Георгиевна Антонова.	Развитие	Встреча клуба	Антонова Вера Георгиевна
февраль	23.02.2023	14:30	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильных Елена Юрьевна
февраль	23.02.2023	15:00	OFF	Встреча посвящена доблестным защитникам Отечества! Приглашаем всех желающих на прочтение стихов, посвященных празднованию 23 февраля. В этот день каждый сможет зачитать стихи собственного сочинения, либо других авторов. Проводит встречу лидер литературного клуба - Вера Георгиевна Антонова.	Развитие	Встреча клуба	Антонова Вера Георгиевна
февраль	23.02.2023	15:00	OFF	Дегустация блинов.	Развитие	Встреча клуба	Антощенко Любовь Петровна
февраль	23.02.2023	15:00	OFF	Репетиция музыкального ансамбля: совместное исполнение песен в тёплой дружеской обстановке (открытый микрофон).	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна

февраль	23.02.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	23.02.2023	16:00	OFF	Дегустация блинов.	Развитие	Встреча клуба	Антощенко Любовь Петровна
февраль	23.02.2023	16:00	OFF	Занятие танцами по направлению Хастл	ЗОЖ	Встреча клуба	Кухтин Евгений Валентинович
февраль	23.02.2023	17:00	OFF	Дегустация блинов.	Развитие	Встреча клуба	Антощенко Любовь Петровна
февраль	23.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
февраль	23.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	23.02.2023	19:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
февраль	24.02.2023	10:00	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	24.02.2023	10:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будькина Татьяна Федоровна
февраль	24.02.2023	10:00	OFF	Делаем цветок-брошь из атласных лент в японской технике "Канзаши".	Творчество	Встреча клуба	Голобура Антолина Ивановна
февраль	24.02.2023	11:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будькина Татьяна Федоровна
февраль	24.02.2023	11:30	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	24.02.2023	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
февраль	24.02.2023	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
февраль	24.02.2023	12:00	OFF	Исполнение песен 40-80 годов, песен из к/ф, романсов, русских народных, военно-патриотических и эстрадных.	Творчество	Мероприятие	Афанасьева Лариса Александровна
февраль	24.02.2023	12:40	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
февраль	24.02.2023	13:00	OFF	Чаепитие участников клуба.	Творчество	Встреча клуба	Трекалова Ольга Васильевна
февраль	24.02.2023	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
февраль	24.02.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, отдачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	24.02.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, отдачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	24.02.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, отдачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	24.02.2023	13:00	OFF	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
февраль	24.02.2023	13:20	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
февраль	24.02.2023	14:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, отдачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	24.02.2023	14:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, отдачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	24.02.2023	14:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, отдачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	24.02.2023	14:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, отдачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	24.02.2023	14:00	OFF	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
февраль	24.02.2023	14:00	OFF	Репетиция концерта участников Центра московского долголетия "Донской"	Творчество	Мероприятие	Слепов Александр Григорьевич
февраль	24.02.2023	14:00	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	Мероприятие	Ананьева Ирина Андреевна
февраль	24.02.2023	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
февраль	24.02.2023	15:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, отдачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	24.02.2023	15:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, отдачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	24.02.2023	15:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, отдачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	24.02.2023	15:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, отдачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	24.02.2023	15:00	OFF	Концерт участников Центра московского долголетия "Донской"	Творчество	Мероприятие	Слепов Александр Григорьевич
февраль	24.02.2023	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
февраль	24.02.2023	16:00	OFF	Исполнение любимых хитов в микрофон.	Творчество	Мероприятие	Черкасова Наталия Николаевна

февраль	24.02.2023	16:00	OFF	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранаяма, Шавасана 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
февраль	24.02.2023	16:40	OFF	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранаяма, Шавасана 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
февраль	24.02.2023	17:00	OFF	встреча, обсуждения дальнейшего развития клуба	ЗОЖ	Встреча клуба	Бабьшкіна Светлана Шулимовна
февраль	24.02.2023	17:20	OFF	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранаяма, Шавасана 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
февраль	24.02.2023	18:00	OFF	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранаяма, Шавасана 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
февраль	24.02.2023	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	Бабьшкіна Светлана Шулимовна
февраль	24.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
февраль	24.02.2023	19:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
февраль	25.02.2023	10:00	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	25.02.2023	10:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будькина Татьяна Фёдоровна
февраль	25.02.2023	10:00	OFF	Шьем в технике печворк. Салфетка к 8 Марта - "Тюльпан".	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
февраль	25.02.2023	10:00	OFF	Подготовка и обсуждение рецептов дня между ведущими мастер - класса.	ЗОЖ	Мероприятие	Антощенко Любовь Петровна
февраль	25.02.2023	11:00	OFF	Подготовка к матер - классу.	ЗОЖ	Мероприятие	Антощенко Любовь Петровна
февраль	25.02.2023	11:00	OFF	Делаем цветок-брошь из атласных лент в японской технике "Канзаши".	Творчество	Встреча клуба	Голобурда Антонина Ивановна
февраль	25.02.2023	11:00	OFF	Изготовление открытки в технике паптероль. Паптероль – это ручное вырезание из бумаги и создание 3D изображений. Используя технику паптероль можно создать чудесные объемные картины своими руками.	Творчество	Мероприятие	Комлева Лариса Петровна
февраль	25.02.2023	11:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будькина Татьяна Фёдоровна
февраль	25.02.2023	11:00	OFF	Шьем в технике печворк. Салфетка к 8 Марта - "Тюльпан".	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
февраль	25.02.2023	11:30	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	25.02.2023	12:00	OFF	Встреча участников клуба, обсуждение рецептов.	ЗОЖ	Мероприятие	Антощенко Любовь Петровна
февраль	25.02.2023	13:00	OFF	Фоновая ходьба - ходьба любым способом: с палками и без них, группами и индивидуально, и даже дома, например, при просмотре ТВ-передач! Всё максимально удобно и полезно для каждого - ходите или гуляете в привычном для вас режиме, никаких расписаний, никаких обязательных собраний! Объединение в пары или группы исключительно только по вашему выбору и желанию. Все вопросы и уточнения на организационной встрече.	ЗОЖ	Мероприятие	Рудакова Елена Викторовна
февраль	25.02.2023	12:00	OFF	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченко Наталья Ивановна
февраль	25.02.2023	12:00	OFF	Обсуждение совместного концерта	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
февраль	25.02.2023	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
февраль	25.02.2023	12:00	OFF	Шьем в технике печворк. Салфетка к 8 Марта - "Тюльпан".	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
февраль	25.02.2023	13:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильинных Елена Юрьевна
февраль	25.02.2023	13:00	ON+OFF	Масленицу отмечаем "Золоткины посиделки". Рецепты приготовления блинов на Масленицу от лидеров и активистов кулинарных клубов. О последовательности приготовления блюда вы сможете узнать во время встречи нашего клуба. Готовим блюда и обсуждаем полезные свойства ингредиентов.	ЗОЖ	Мероприятие	Антощенко Любовь Петровна
февраль	25.02.2023	13:00	OFF	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
февраль	25.02.2023	13:00	OFF	Шьем в технике печворк. Салфетка к 8 Марта - "Тюльпан".	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
февраль	25.02.2023	13:00	OFF	Масленицу отмечаем "Золоткины посиделки"	ЗОЖ	Встреча клуба	Александрова Галина Васильевна
февраль	25.02.2023	14:00	OFF	Встреча участников клуба, обсуждение рецептов.	ЗОЖ	Мероприятие	Антощенко Любовь Петровна
февраль	25.02.2023	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
февраль	25.02.2023	14:00	OFF	Чаепитие участников клуба.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
февраль	25.02.2023	14:30	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильинных Елена Юрьевна
февраль	25.02.2023	14:00	OFF	Чаепитие участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Крюков Борис Викторович
февраль	25.02.2023	14:40	OFF	Встреча участников клуба, обсуждение рецептов.	ЗОЖ	Мероприятие	Антощенко Любовь Петровна
февраль	25.02.2023	14:00	OFF	Беседа "История одной картины. Рассказ об истории создании картины В.И. Сурикова "Взятие снежного городка"	ЗОЖ	Встреча клуба	Александрова Галина Васильевна

февраль	25.02.2023	15:00	OFF	Приглашаем на лекцию - беседу с опытным пчеловодом, профессионалом своего дела Борисом Викторовичем Крюковым. Тема встречи: "Как лечиться продуктами пчеловодства".	ЗОЖ	Мероприятие	Крюков Борис Викторович
февраль	25.02.2023	15:00	ON	Клуб "Психолог и я". Тема встречи : Как слово наше отзовется..... Важно! Временно встречи клуба проходят в режиме он-лайн	ЗОЖ	Мероприятие	Мезина Инна Александровна
февраль	25.02.2023	15:20	OFF	Встреча участников клуба, обсуждение рецептов.	ЗОЖ	Мероприятие	Антощенко Любовь Петровна
февраль	25.02.2023	16:00	OFF	Беседа "История празднования масленицы в Кремле при Петре I"	Развитие	Мероприятие	Александрова Галина Васильевна
февраль	25.02.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	25.02.2023	16:00	OFF	Сольный концерт певца Карена Хачатуряна. Прозвучат популярные эстрадные песни.	Творчество	Мероприятие	Хачатурян Каро Арамович
февраль	25.02.2023	16:00	OFF	Встреча участников клуба, обсуждение рецептов.	ЗОЖ	Мероприятие	Антощенко Любовь Петровна
февраль	25.02.2023	16:40	OFF	Встреча участников клуба, обсуждение рецептов.	ЗОЖ	Мероприятие	Антощенко Любовь Петровна
февраль	25.02.2023	17:00	OFF	Встреча участников клуба, обсуждение рецептов.	ЗОЖ	Мероприятие	Антощенко Любовь Петровна
февраль	25.02.2023	18:00	OFF	Занятие танцами по направлению Хастл	ЗОЖ	Встреча клуба	Кухтин Евгений Валентинович
февраль	25.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	25.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
февраль	25.02.2023	19:00	OFF	Занятие танцами по направлению Хастл	ЗОЖ	Встреча клуба	Кухтин Евгений Валентинович
февраль	25.02.2023	19:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
февраль	26.02.2023	10:00	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	26.02.2023	10:00	OFF	Шьем в технике печворк. Салфетка к 8 Марта - "Тюльпан".	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
февраль	26.02.2023	10:00	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
февраль	26.02.2023	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
февраль	26.02.2023	11:00	OFF	Шьем в технике печворк. Салфетка к 8 Марта - "Тюльпан".	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
февраль	26.02.2023	11:30	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	26.02.2023	12:00	OFF	Работа на координацию и ловкость на балансировочных полусферах Vous для желающих улучшить свою физическую форму. Набор в группу только с хорошей физической формой и по записи.	ЗОЖ	Мероприятие	Белоус Татьяна Нисоновна
февраль	26.02.2023	12:00	OFF	Шьем в технике печворк. Салфетка к 8 Марта - "Тюльпан".	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
февраль	26.02.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	26.02.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	26.02.2023	13:00	OFF	Шьем в технике печворк. Салфетка к 8 Марта - "Тюльпан".	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
февраль	26.02.2023	14:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	26.02.2023	14:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	26.02.2023	14:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	26.02.2023	14:00	OFF	Тренировка по игре в шахматы. Дружеский шахматный турнир. Начало турнира в 14:00 Регистрации в 13:30	ЗОЖ	Встреча клуба	Мешков Анатолий Юрьевич
февраль	26.02.2023	15:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	26.02.2023	15:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	26.02.2023	15:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	26.02.2023	15:00	OFF	Праздничный концерт коллектива "Кладезь" под руководством Оксаны Анатольевны Казаковой, аккомпаниатор Алексей Анатольевич Рогачев. Прозвучат русские народные песни, а также тематические песни известных авторов, посвященные празднованию Масленицы.	Творчество	Мероприятие	Линдин Борис Викторович
февраль	26.02.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	26.02.2023	16:00	OFF	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Гниловский Андрей Николаевич
февраль	26.02.2023	18:00	OFF	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Мероприятие	Гончаров Михаил Зямович
февраль	26.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	27.02.2023	10:00	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	27.02.2023	10:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будькина Татьяна Федоровна
февраль	27.02.2023	10:00	OFF	Исторические танцы предназначены для времяпрепровождения людей, не имеющих специальной подготовки. Начальная группа. Обучение танцам с нуля. Изучение ПА, азов, названия движений	ЗОЖ	Мероприятие	Ежов Валерий Трофимович
февраль	27.02.2023	11:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будькина Татьяна Федоровна
февраль	27.02.2023	11:30	OFF	Исторические танцы предназначены для времяпрепровождения людей, не имеющих специальной подготовки. Отработка танцев и танцевальных движений, подготовка к баллам. Продвинутая группа	ЗОЖ	Мероприятие	Ежов Валерий Трофимович
февраль	27.02.2023	11:30	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	27.02.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	27.02.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	27.02.2023	13:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович

февраль	27.02.2023	13:00	OFF	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранаема, Шавасана 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
февраль	27.02.2023	13:30	OFF	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
февраль	27.02.2023	14:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	27.02.2023	14:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	27.02.2023	14:00	OFF	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранаема, Шавасана 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
февраль	27.02.2023	15:00	OFF	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
февраль	27.02.2023	15:00	OFF	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	27.02.2023	15:00	OFF	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
февраль	27.02.2023	15:00	OFF	Театральная репетиция — подготовка и создание нового спектакля. Повторение старых пьес и постановок. Чехов	Творчество	Встреча клуба	Стемпковская Галина Вячеславовна
февраль	27.02.2023	16:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	27.02.2023	16:30	OFF	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
февраль	27.02.2023	16:00	OFF	Бронзовый призер творческого фестиваля "Московское долголетие" Ансамбль "Татьянин день" и Театр "Долголетие" представят программу к 5-летию проекта "Московское долголетие". В программе: романсы А. Вертинского, песни русских и советских композиторов.	Творчество	Мероприятие	Дарья Демидова
февраль	27.02.2023	17:00	OFF	Поздравление мужчин клуба с 23 февраля	ЗОЖ	Встреча клуба	Стемпковская Галина Вячеславовна
февраль	27.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
февраль	27.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	27.02.2023	18:00	OFF	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Замович
февраль	27.02.2023	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
февраль	27.02.2023	19:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
февраль	28.02.2023	10:00	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	28.02.2023	10:00	OFF	Отработка бальных танцев в парах. Клуб подходит для тех, кто давно занимается бальными танцами и готов оттачивать танцы и дружить компании	ЗОЖ	Встреча клуба	Болгова Людмила Владимировна
февраль	28.02.2023	10:00	OFF	Лекция с интерактивом от "Клуб здоровья 55+". Тематика "Образ жизни": питание, физическая активность, лекарства (анализ), полезные советы (лайфхаки) Лекцию проводит врач-нутрициолог, кандидат медицинских наук, консультант по коррекции веса и нарушений пищевого поведения Дина Сагитовна Левицкая	ЗОЖ	Мероприятие	Левицкая Дина Сагитовна
февраль	28.02.2023	11:00	OFF	Зарядка с нутрициологом, диетологом по правильному питанию, самомассажу, омоложению, пробуждению организма после зимы и болезни.	ЗОЖ	Встреча клуба	Макаревич Маргарита Владимировна
февраль	28.02.2023	11:00	OFF	Сочинение пьес, изготовление кукол-петрушек в технике папье-маше, создание домашних кукольных театров.	Творчество	Встреча клуба	Землякова Галина Владимировна
февраль	28.02.2023	11:00	ON+OFF	Приглашаем вас на встречу клуба "Удобный город". Вместе с Еленой Сергеевной Дворецкой совершим виртуальную прогулку по Москве пушкинского детства: пройдемся по всем 12 адресам, где жили Пушкины, увидим уютные палаты боярина Волкова, услышим историю рода Юсуповых, богатейшего семейства России, узнаете, на каком языке Саша Пушкин написал свое первое стихотворение и как, и кто обучал детей Сергея и Надежды Пушкиных. Приходите на нашу виртуальную прогулку!	Развитие	Встреча клуба	Дворецкая Елена Сергеевна
февраль	28.02.2023	11:30	OFF	Игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
февраль	28.02.2023	12:00	OFF	На фотовыставке представлены фотографии с мероприятий, которые проходят в центре московского долголетия Тушино. По окончании выставки вы сможете забрать работы себе на память.	Творчество	Мероприятие	Юхимчук Юрий Петрович
февраль	28.02.2023	12:00	OFF	Поэтический салон "Поэзия души". Стихи собственного сочинения. Ведущий встречи - Виктор Петрович Горяинов.	Творчество	Встреча клуба	Горяинов Виктор Петрович
февраль	28.02.2023	12:00	OFF	Упражнения на координацию и равновесие с Ириной Сивцовой.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченок Наталья Ивановна
февраль	28.02.2023	12:00	OFF	Встреча клуба любителей вязания. Обмен опытом методов и техник вязания. Ручное вязание – старинное народное ремесло, которое сегодня вновь на пике популярности. На встрече клуба можно научиться вязать нужные, красивые, единственные в своем роде вещи. Процесс вязания приносит человеку радость, дает возможность выразить себя в творчестве, увидеть в привычном и повседневном быту красоту и гармонию.	Творчество	Встреча клуба	Трекалова Ольга Васильевна
февраль	28.02.2023	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
февраль	28.02.2023	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
февраль	28.02.2023	14:00	OFF	Чаепитие участников клуба.	Творчество	Встреча клуба	Трекалова Ольга Васильевна
февраль	28.02.2023	13:00	OFF	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
февраль	28.02.2023	13:00	OFF	Репетиция музыкального ансамбля: совместное исполнение песен в теплой дружеской обстановке (открытый микрофон).	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна

февраль	28.02.2023	13:00	OFF	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
февраль	28.02.2023	13:00	OFF	Обсуждение проектов. Отдых за чашкой чая.	ЗОЖ	Встреча клуба	Трекалова Ольга Васильевна
февраль	28.02.2023	14:00	OFF	Встреча посвящена королю поэзии - Игорю Северянину. Этот – известный русский поэт, яркий представитель Серебряного века был искусным декламатором, настоящим новатором-словотворцем. Активно пропагандировавшим свои произведения. Именно Северянина называют первым эстрадным поэтом, со своими «поззоконцертами» он объездил много российских городов. В 1918 году Северянин стал «Королем поэтов» Проводит встречу лидер поэтического клуба - Зоя Забитовна Кардова.	Творчество	Встреча клуба	Кардова Зоя Забитовна
февраль	28.02.2023	15:00	OFF	Игра на гитаре, разучивание новых композиций и мелодий.	Творчество	Встреча клуба	Леонова Наталья Владимировна
февраль	28.02.2023	16:00	OFF	Игры в настольный теннис для любого уровня подготовки	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
февраль	28.02.2023	16:00	OFF	Занятие танцами по направлению Хастл	ЗОЖ	Встреча клуба	Кухтин Евгений Валентинович
февраль	28.02.2023	17:00	OFF	Занятие танцами по направлению Хастл	ЗОЖ	Встреча клуба	Кухтин Евгений Валентинович
февраль	28.02.2023	18:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
февраль	28.02.2023	18:00	OFF	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казаков Сергей Владимирович
февраль	28.02.2023	19:00	OFF	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
февраль	28.02.2023	17:00	OFF	Подготовка к мероприятию, отработка движений, разучивание новых танцевальных номеров.	ЗОЖ	Встреча клуба	Гутлина Элла Наумовна