

Месяц	Дата	Время	Формат мероприятия	Наименование мероприятия	Описание мероприятия	Категория мероприятия (ЗОЖ/Развитие/Творчество)	Тип (встреча клуба/иное мероприятие)	ФИО инициатора
апрель	01.04.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	01.04.2023	10:00	OFF	Мастер - класс	Шьем в технике печворк. Сумочка из тентовой ткани.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	01.04.2023	11:00	OFF	Мастер - класс	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
апрель	01.04.2023	11:00	OFF	Мастер - класс	Шьем в технике печворк. Сумочка из тентовой ткани.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	01.04.2023	11:00	OFF	ВСД	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
апрель	01.04.2023	11:30	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	01.04.2023	12:00	OFF	Йога	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченко Наталья Ивановна
апрель	01.04.2023	12:00	OFF	Зарядка + кардио-упражнения	Небольшая зарядка-разминка и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
апрель	01.04.2023	12:00	OFF	Цикл встреч на тему "Константин Георгиевич Паустовский и музыка его произведений".	Встреча первая "Музыка Грига в рассказе "Корзина с словами шишками".	Развитие	Мероприятие	Антонова Ульяна Игоревна
апрель	01.04.2023	12:00	OFF	Чаепитие	Чаепитие участников клуба.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	01.04.2023	12:00	OFF	Кулинарный мастер-класс	Подготовка к мастер - классу.	ЗОЖ	Мероприятие	Антощенко Любовь Петровна
апрель	01.04.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
апрель	01.04.2023	13:00	OFF	Концерт "Хороши весной в саду цветочки"	Своё творчество представит коллектив "Кладезь" под руководством Оксаны Анатольевны Казаковой, аккомпанирует Алексей Анатольевич Рогачев.	Творчество	Мероприятие	Линдин Борис Викторович
апрель	01.04.2023	13:00	ON+OFF	Кулинарный мастер-класс	Готовим калиновый кисель, паштет из куринной печени и полезный салат. О последовательности приготовления блюда вы сможете узнать во время встречи нашего клуба. Готовим блюда и обсуждаем полезные свойства ингредиентов.	ЗОЖ	Мероприятие	Антощенко Любовь Петровна
апрель	01.04.2023	13:00	OFF	Мастер - класс	Шьем в технике печворк. Сумочка из тентовой ткани.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	01.04.2023	14:00	OFF	Мандалы и нейрографика	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
апрель	01.04.2023	14:00	OFF	Мастер - класс	Шьем в технике печворк. Сумочка из тентовой ткани.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	01.04.2023	14:00	OFF	Кулинарный мастер-класс	Дегустация приготовленных блюд	ЗОЖ	Мероприятие	Антощенко Любовь Петровна
апрель	01.04.2023	14:30	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
апрель	01.04.2023	15:00	ON	Психолог и Я	Клуб "Психолог и я". Тема встречи : "Не делай добра - не получишь зла" Важно! Квалифицированный психолог Инна Александровна временно выходит на встречи клуба в формате он-лайн. Присоединиться Вы можете через видео-чат телеграмм или из медиагостиной 3 нашего центра.	ЗОЖ	Мероприятие	Мезина Инна Александровна
апрель	01.04.2023	15:00	OFF	Кулинарный мастер-класс	Обсуждение дальнейших встреч, планирование мастер - классов.	ЗОЖ	Мероприятие	Антощенко Любовь Петровна
апрель	01.04.2023	15:30	OFF	Просмотр художественных фильмов.	"Фантомас разбушевался" (1965) — франко-итальянская приключенческая кинокомедия 1964 года режиссёра Андре Юнебеля, пародия на романы Пьера Сувестра и Марселя Аллена.	Развитие	Встреча клуба	Фролов Вячеслав Ильич
апрель	01.04.2023	17:00	OFF	Восточные танцы "Салям"	Занятия танцами в клубе "Салям".	ЗОЖ	Встреча клуба	Купешова Татьяна Анатольевна
апрель	01.04.2023	18:00	ON+OFF	Знакомство с целебными растениями, правилами сбора и их применением.	Польза и вред кофе для организма - только факты. Кофеин помогает в профилактике некоторых видов рака. Кофе активизирует работу мозга. Кофе снижает риск развития Альцгеймера и Паркинсона. Кофе выводит токсины из организма. Польза кофе для мужчин. Вред кофе: причины отказа от кофе.	ЗОЖ	Встреча клуба	Калябина Светлана Валентиновна
апрель	01.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба	Гимнастика для лица. Блоки упражнений.	Развитие	Встреча клуба	Григорьянц Галина Николаевна
апрель	01.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба Хастл	Занятие танцами по направлению Хастл	ЗОЖ	Мероприятие	Кухтин Евгений Валентинович
апрель	02.04.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	02.04.2023	10:00	OFF	Мастер - класс	Шьем в технике печворк. Сумочка из тентовой ткани.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	02.04.2023	10:00	OFF	Смехойога	Сочетание дыхательных упражнений, которые насыщают мозг и другие органы кислородом. Вас наполняет энергия, отступают болезни, улучшается настроение и отношения с людьми, вся жизнь в целом переходит на качественно иной уровень.	ЗОЖ	Мероприятие	Русинова Людмила Владимировна
апрель	02.04.2023	10:00	OFF	Игра в теннис только для участников клуба	Игра в теннис для среднего уровня подготовки, отработка ударов и работа на тренажерах, для развития выносливости.	ЗОЖ	Встреча клуба	Полянинов Сергей Леонидович
апрель	02.04.2023	11:00	OFF	Мастер - класс	Шьем в технике печворк. Сумочка из тентовой ткани.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	02.04.2023	11:30	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	02.04.2023	12:00	OFF	Турнир по настольному теннису	Весенние соревнования по настольному теннису.	ЗОЖ	Мероприятие	Ильиных Елена Юрьевна
апрель	02.04.2023	12:00	OFF	Мастер-класс Йога система Кацулдо Ниши	Алхимия здоровья. Путеводитель по карте здоровья (ВОСТОК-ЗАПАД) Маршрут №-1 гибкий позвоночник; здоровые капилляры; внутренняя чистота; счастливый ум	ЗОЖ	Мероприятие	Косова Валентина Николаевна

апрель	02.04.2023	12:00	OFF	Vosu - club (по предварительной записи)	¶ Не для расписания ¶ Работа на координацию и ловкость на балансировочных полусферах Vosu для желающих улучшить свою физическую форму. Набор в группу только с хорошей физической формой и по записи.	ЗОЖ	Встреча клуба	Белоус Татьяна Нисоновна
апрель	02.04.2023	12:00	OFF	Мастер - класс	Шьем в технике печворк. Сумочка из тентовой ткани.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	02.04.2023	13:00	OFF	Клуб "Хитрая щука "	Секреты, методы и способы рыбной ловли на всех водоёмах круглый год, обсуждения, обмен опытом, рецепты ухи от бывалых рыбаков	ЗОЖ	Встреча клуба	Кудряшов Сергей Николаевич
апрель	02.04.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	02.04.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	02.04.2023	13:00	OFF	Играем в кикер	Играем в настольный футбол. Контролируем положение рук, анализируем ходы, проявляем активность.	ЗОЖ	Мероприятие	Бахши Ариф Казим
апрель	02.04.2023	13:00	OFF	Мастер - класс	Шьем в технике печворк. Сумочка из тентовой ткани.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	02.04.2023	14:00	OFF	Встреча клуба "Дружба"	Тренировка по игре в шахматы. Дружеский шахматный турнир. Начало турнира в 14:00 Регистрации в 13:30	ЗОЖ	Мероприятие	Мешков Анатолий Юрьевич
апрель	02.04.2023	14:00	OFF	Репетиция клуба "Вечная молодость"	Репетиция ВИА "Вечная молодость"	Творчество	Мероприятие	Казakov Сергей Владимирович
апрель	02.04.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	02.04.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	02.04.2023	14:00	OFF	Встреча клуба	Лекции о космосе, самолётостроении, современных технологиях в мире машиностроения, новые инженерные решения в разных отраслях науки	Развитие	Встреча клуба	Алпанов Виктор Михайлович
апрель	02.04.2023	14:00	OFF	Мастер - класс	Шьем в технике печворк. Сумочка из тентовой ткани.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	02.04.2023	15:00	OFF	Мандалы и нейрографика	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
апрель	02.04.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	02.04.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	02.04.2023	16:00	OFF	встреча клуба "Умные шашки"	настольная игра в шашки	ЗОЖ	Мероприятие	Шаргородский Марк Борисович
апрель	02.04.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "КАКТУЗ"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Гниловский Андрей Николаевич
апрель	02.04.2023	16:30	OFF	встреча клуба	Клуб Полезных Знакомств приглашает на традиционную встречу. В Программе: фотосессия, Проект ЭПИКУР для одиноких мужчин и женщин, Дискуссионный Клуб, Интеллектуальные игры, развлекательная программа.	ЗОЖ	Мероприятие	Петров Валентин Васильевич
апрель	02.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Музыкальный киоск"	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Зямович
апрель	02.04.2023	18:00	ON	Воскресная встреча друзей	На этой встрече клуба вы сможете пообщаться с участниками, рассказать интересные истории и поиграть в интеллектуальные игры.	Развитие	Мероприятие	Ананьева Ирина Андреевна
апрель	02.04.2023	18:00	OFF	Чаепитие	Встреча участников теннисных клубов и поздравления победителей.	Развитие	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
апрель	02.04.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
апрель	03.04.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	03.04.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будыкина Татьяна Фёдоровна
апрель	03.04.2023	10:00	OFF	Исторические танцы	Исторические танцы — общее название для танцев прошлых эпох, исполняемых в настоящее время(вальсы, польки, кадрили и т.д.). Занятия будут интересны и комфортны участникам любого уровня подготовки, физических данных, способностей, опыта и навыков.	ЗОЖ	Мероприятие	Ежов Валерий Трофимович
апрель	03.04.2023	11:00	OFF	Закон и право	Семейное право (имущество супругов, наследство, завещание). Банковское право (закрытие, открытие счета, представительство). Защита прав потребителей. Порядок и сроки обращения в суд. Лекции читает практикующий юрист Елена Викторовна Куличева.	Развитие	Встреча клуба	Куличева Елена Викторовна
апрель	03.04.2023	11:30	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	03.04.2023	12:00	OFF	Открытие выставки	Открытие картинной выставки от совета ветеранов. Вы сможете не только увидеть произведения художников, но и узнать историю создания картин. Так же погрузимся в историю живописи.	Развитие	Мероприятие	Александрова Галина Васильевна
апрель	03.04.2023	13:00	OFF	Классическая йога.	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранаяма, Шавасану и Созерцание, самомассаж, медитации, мудры и мантры, а также упражнения для омоложения. Для занятия нужна теплая и не стесняющая движения одежда, на ногах носочки. Возьмите с собой бутылочку питьевой воды. Встречу проводит опытный тренер по йоге - Ирина Михайловна Соломатина.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
апрель	03.04.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	03.04.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	03.04.2023	13:30	OFF	Освой гаджет	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
апрель	03.04.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	03.04.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	03.04.2023	14:00	OFF	Классическая йога.	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранаяма, Шавасану и Созерцание, самомассаж, медитации, мудры и мантры, а также упражнения для омоложения. Для занятия нужна теплая и не стесняющая движения одежда, на ногах носочки. Возьмите с собой бутылочку питьевой воды. Встречу проводит опытный тренер по йоге - Ирина Михайловна Соломатина.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
апрель	03.04.2023	15:00	OFF	Освой гаджет	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
апрель	03.04.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	03.04.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	03.04.2023	15:00	OFF	Репетиция	Театральная репетиция — подготовка и создание нового спектакля. Повторение старых пьес и постановок.	Творчество	Встреча клуба	Стемпковская Галина Вячеславовна
апрель	03.04.2023	15:30	OFF	Освой гаджет	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
апрель	03.04.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович

апрель	03.04.2023	16:30	OFF	Освой гаджет	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
апрель	03.04.2023	17:00	OFF	Бенефис	Бенефис Изолины Николаевны Рогозиной в честь своего дня рождения. Прочтение стихов известных поэтов наизусть.	Развитие	Встреча клуба	Стемпковская Галина Вячеславовна
апрель	03.04.2023	17:30	OFF	Встреча клуба	Обсуждение после репетиции сложных репетиционных моментов, обмен опытом, отдых в нашем уютном кафе	ЗОЖ	Встреча клуба	Стемпковская Галина Вячеславовна
апрель	03.04.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
апрель	03.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Радуга"	Цыганские танцы	ЗОЖ	Мероприятие	Кириллова Валентина Алексеевна
апрель	03.04.2023	18:00	OFF	Физиологическая гимнастика	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
апрель	03.04.2023	19:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
апрель	03.04.2023	19:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
апрель	03.04.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
апрель	04.04.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	04.04.2023	10:00	OFF	Репетиция	Отработка спортивных балльных танцев в парах. Клуб подходит для тех, кто давно занимается балльными танцами и готов отработать танцы и дружной компании	ЗОЖ	Встреча клуба	Болгова Людмила Владимировна
апрель	04.04.2023	10:00	OFF	Мастер - класс	Шьем сумочку в технике печворк.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	04.04.2023	11:00	OFF	Мобильный кукольный театр	Сочинение пьес, изготовление кукол-петрушек в технике папье-маше, создание домашних кукольных театров.	Творчество	Встреча клуба	Землякова Галина Владимировна
апрель	04.04.2023	11:00	OFF	Мастер - класс	Шьем сумочку в технике печворк.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	04.04.2023	11:30	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	04.04.2023	12:00	OFF	Йога	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченко Наталья Ивановна
апрель	04.04.2023	12:00	OFF	Вязание	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
апрель	04.04.2023	12:00	OFF	Плетение из газетных трубочек.	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
апрель	04.04.2023	12:00	OFF	Зарядка + кардио-упражнения (2 зала)	Небольшая зарядка-разминка и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
апрель	04.04.2023	12:00	OFF	Мастер - класс	Шьем сумочку в технике печворк.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	04.04.2023	13:00	OFF	Чаепитие	Чаепитие участников клуба.	Творчество	Встреча клуба	Трекалова Ольга Васильевна
апрель	04.04.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
апрель	04.04.2023	13:00	OFF	Мастер - класс	Шьем сумочку в технике печворк.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	04.04.2023	13:00	OFF	Плетение из газетных трубочек.	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
апрель	04.04.2023	13:30	OFF	Вязание	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
апрель	04.04.2023	14:00	OFF	Концерт "Танго с улыбкой"	Сольный концерт Инны Шестопаловой.	ЗОЖ	Мероприятие	Инна Шестопалова
апрель	04.04.2023	14:00	OFF	Просмотр фильма	"Фантомас против Скотланд-Ярда" (1966) — франко-итальянская приключенческая кинокомедия 1964 года режиссёра Андре Юнебеля, пародия на романы Пьера Сувестра и Марселя Аллена.	Творчество	Встреча клуба	Червоцев Александр Дмитриевич
апрель	04.04.2023	14:00	OFF	Мандалы и нейрографика	Арт-терапия - особый вид диалога с самим собой. Приглашаем вас успокоить свои мысли и стать более гармоничным. Посвятите себе время, рисуя мандалы или нейрографику и слушая медитативную музыку.	ЗОЖ	Встреча клуба	Пылова Елена Николаевна
апрель	04.04.2023	14:00	OFF	Мастер - класс	Шьем сумочку в технике печворк.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	04.04.2023	15:00	OFF	Игра на гитаре	Игра на гитаре, разучивание новых композиций и мелодий.	Творчество	Встреча клуба	Леонова Наталья Владимировна
апрель	04.04.2023	16:00	OFF	Обучение	Исторические танцы — общее название для танцев прошлых эпох, исполняемых в настоящее время (вальсы, польки, кадрили и т.д.). Занятия будут интересны и комфортны участникам любого уровня подготовки, физических данных, способностей, опыта и навыков.	ЗОЖ	Мероприятие	Ежов Валерий Трофимович
апрель	04.04.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Игры в настольный теннис для любого уровня подготовки	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
апрель	04.04.2023	16:00	OFF	Встреча клуба Хаств	Занятие танцами по направлению Хаств	ЗОЖ	Мероприятие	Кухтин Евгений Валентинович
апрель	04.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба Хаств	Чаепитие. Обсуждение дальнейших занятий	ЗОЖ	Мероприятие	Кухтин Евгений Валентинович
апрель	04.04.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
апрель	04.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Вечная молодость"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казаков Сергей Владимирович

апрель	04.04.2023	19:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
апрель	04.04.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
апрель	05.04.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	05.04.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будкина Татьяна Федоровна
апрель	05.04.2023	10:00	OFF	Встреча клуба	Делаем цветок-брошь из атласных лент в японской технике "Канзаши".	Творчество	Мероприятие	Голобурда Антонина Ивановна
апрель	05.04.2023	10:00	OFF	Встреча клуба	Выездная встреча клуба. Поездка активистов клуба в музей "Садовое кольцо Москвы"	Развитие	Мероприятие	Александрова Галина Васильевна
апрель	05.04.2023	10:30	OFF	Оздоровительные гимнастики.	Гимнастика для позвоночника. Данный вид гимнастики улучшает функции дыхания, снимает избыточный тонус мышц спины, оздоравливает позвоночник, формирует правильную осанку, улучшает сон, успокаивает ум. Встречу проводит опытный тренер - Ирина Михайловна Соломатина.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
апрель	05.04.2023	11:00	OFF	Встреча клуба	Делаем цветок-брошь из атласных лент в японской технике "Канзаши".	Творчество	Мероприятие	Голобурда Антонина Ивановна
апрель	05.04.2023	11:00	OFF	ОФП	ОФП с небольшой нагрузкой. Общий комплекс для всего организма: для глаз, ушей, памяти	ЗОЖ	Встреча клуба	Короткова Галина Николаевна
апрель	05.04.2023	11:00	OFF	Школа гаджет 55+	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
апрель	05.04.2023	11:00	OFF	Оздоровительные гимнастики.	Гимнастика для позвоночника. Данный вид гимнастики улучшает функции дыхания, снимает избыточный тонус мышц спины, оздоравливает позвоночник, формирует правильную осанку, улучшает сон, успокаивает ум. Встречу проводит опытный тренер - Ирина Михайловна Соломатина.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
апрель	05.04.2023	11:30	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	05.04.2023	12:00	OFF	Зарядка + кардио-упражнения (2 зала)	Небольшая зарядка-разминка и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
апрель	05.04.2023	12:00	OFF	Встреча театра песни "Ностальгия"	Исполнение песен 40-80 годов, песен из к/ф, романсов, русских народных, военно-патриотических и эстрады	Творчество	Мероприятие	Афанасьева Лариса Александровна
апрель	05.04.2023	12:00	OFF	Клуб здоровья 55+	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	Встреча клуба	Левицкая Дина Сагитовна
апрель	05.04.2023	12:00	OFF	Живопись	Написание картин масляными красками. Зимние пейзажи	Творчество	Встреча клуба	Никольская Людмила Михайловна
апрель	05.04.2023	12:00	OFF	Репетиция	Постановка и репетиция танцев разных направлений под любимые мелодии. Танцует для души и от души!	ЗОЖ	Мероприятие	Иноземцева Людмила Георгиевна
апрель	05.04.2023	13:00	OFF	Кройка и шитье	Мастер - класс по созданию подушки - сидухи в стиле "Бон - бон". Необходимые материалы: ткань, любой наполнитель (синтепон, паралон), иголка и нитки.	Творчество	Встреча клуба	Андрианова Людмила Сергеевна
апрель	05.04.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	05.04.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	05.04.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
апрель	05.04.2023	14:00	OFF	ВСД	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
апрель	05.04.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	05.04.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	05.04.2023	14:00	OFF	Полезный отдых	Чаепитие и отдых после репетиции. Обсуждение сложных моментов. Обмен опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Иноземцева Людмила Георгиевна
апрель	05.04.2023	14:30	OFF	Мандалы и нейрографика	Арт-терапия - особый вид диалога с самим собой. Приглашаем вас успокоить свои мысли и стать более гармоничным. Посвятите себе время, рисуя мандалы или нейрографику и слушая медитативную музыку.	ЗОЖ	Встреча клуба	Пылова Елена Николаевна
апрель	05.04.2023	15:00	OFF	Музыкально - литературная гостиная	Музыкально - литературная гостиная "Мне надо от жизни немного". В программе гостиной - чтение стихов собственного сочинения и исполнение авторских песен под гитару. Встречу проводит: Александр Красин - поэт, номинант литературных премий, лауреат конкурса "Поэт года" Владимир Никитин - автор и исполнитель песен, основатель музыкальной группы "Колеса", участник бардовских фестивалей.	Творчество	Мероприятие	Синегубкин Александр Борисович
апрель	05.04.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	05.04.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	05.04.2023	15:00	OFF	Встреча клуба	Обереговые куклы для дома и души. У каждой своё предназначение.	Творчество	Встреча клуба	Климова Елена Александровна
апрель	05.04.2023	15:00	OFF	Театрализованная постановка	Театральная постановка - выступление в ЦМД "Куркино" Чехов. Маленькие истории	Творчество	Мероприятие	Стемпковская Галина Вячеславовна
апрель	05.04.2023	15:00	OFF	Кройка и шитье	Консультация по шитью.	Творчество	Встреча клуба	Любимова Анна Евгеньевна
апрель	05.04.2023	16:00	OFF	Встреча клуба	Обереговые куклы для дома и души. У каждой своё предназначение.	Творчество	Мероприятие	Климова Елена Александровна
апрель	05.04.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
апрель	05.04.2023	17:00	ON+OFF	Клуб "Метафорические карты"	Метафорические ассоциативные карты - помощь психолога в вашей жизни. Разбор сновидений, как проекций реальности, проблем на работе, сложностей в отношениях; работа с чувствами; вопросы самоопределения и поиска своего "я". Занятия проводит сертифицированный специалист, социальный психолог, этнопсихолог - Николай Викторович Страхов.	ЗОЖ	Мероприятие	Страхов Николай Викторович

апрель	05.04.2023	17:00	OFF	Чаепитие	Отдых и чаепитие после выступления в кафе ЦМД Куржино	ЗОЖ	Встреча клуба	Степковская Галина Вячеславовна
апрель	05.04.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
апрель	05.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Музыкальный киоск"	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Зямович
апрель	05.04.2023	18:00	ON	Мастер-класс "Практическая психология"	Тема мастер-класса "Привычка - вторая натура". На мастер-классе вы узнаете: - как появляются привычки; - как привычки определяют наше будущее; - как привычки влияют на наш характер; - 10 полезных привычек на каждый день.	ЗОЖ	Мероприятие	Слепов Александр Григорьевич
апрель	05.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Радуга"	Цыганские танцы	ЗОЖ	Мероприятие	Кириллова Валентина Алексеевна
апрель	05.04.2023	19:00	OFF	Встреча клуба "Радуга"	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
апрель	05.04.2023	19:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
апрель	05.04.2023	19:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
апрель	05.04.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
апрель	06.04.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	06.04.2023	10:00	OFF	Встреча клуба	Создание мягких игрушек своими руками. От кроя до мелких деталей.	Творчество	Мероприятие	Морозова Людмила Владимировна
апрель	06.04.2023	10:00	OFF	Ритм	Отработка спортивных балльных танцев в парах. Клуб подходит для тех, кто давно занимается балльными танцами и готов отработать танцы и дружной компании	ЗОЖ	Встреча клуба	Богова Людмила Владимировна
апрель	06.04.2023	10:30	OFF	Репетиция	Самостоятельная практика исторических танцев. Клуб подходит для тех, кто занимается танцами и готов самостоятельно заниматься изучением композиции и отработки танцевальных движений	ЗОЖ	Встреча клуба	Сербенюк Сергей Александрович
апрель	06.04.2023	11:00	OFF	Встреча клуба	Создание мягких игрушек своими руками. От кроя до мелких деталей.	Творчество	Мероприятие	Морозова Людмила Владимировна
апрель	06.04.2023	11:00	OFF	Дизайнерские украшения	Мастерим браслеты, сережки, подвески и другие изящные изделия с элементами кольчужного плетения.	Творчество	Встреча клуба	Коровайцева Наталья Павловна
апрель	06.04.2023	11:30	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	06.04.2023	12:00	OFF	Йога	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченко Наталья Ивановна
апрель	06.04.2023	12:00	OFF	Зарядка + кардио-упражнения	Небольшая зарядка-разминка и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
апрель	06.04.2023	12:00	OFF	Репетиция танцевальной студии "Комплимент"	Репетиция танцевальной студии "Комплимент" в стиле Латино под руководством Гончаровой Людмилы Викторовны.	ЗОЖ	Мероприятие	Гончарова Людмила Викторовна
апрель	06.04.2023	12:00	OFF	Вяжем крючком	Авторские игрушки Надежды Дмитриевны Красавиной	Творчество	Мероприятие	Красавина Надежда Дмитриевна
апрель	06.04.2023	12:00	OFF	Живопись	Написание картин масляными красками. Зимние пейзажи.	Творчество	Встреча клуба	Никольская Людмила Михайловна
апрель	06.04.2023	12:00	OFF	Дизайнерские украшения	Мастерим браслеты, сережки, подвески и другие изящные изделия с элементами кольчужного плетения.	Творчество	Встреча клуба	Коровайцева Наталья Павловна
апрель	06.04.2023	12:00	OFF	Кулинарный мастер-класс	Подготовка к мастер - классу.	Развитие	Встреча клуба	Антощенко Любовь Петровна
апрель	06.04.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильных Елена Юрьевна
апрель	06.04.2023	13:00	OFF	Кулинарный мастер-класс	Готовим куриный суп - пюре с грибами. Делимся рецептами и секретами приготовления. О последовательности приготовления вы сможете узнать на встрече клуба.	Развитие	Встреча клуба	Антощенко Любовь Петровна
апрель	06.04.2023	13:00	OFF	Дизайнерские украшения	Мастерим браслеты, сережки, подвески и другие изящные изделия с элементами кольчужного плетения.	Творчество	Встреча клуба	Коровайцева Наталья Павловна
апрель	06.04.2023	14:00	OFF	Встреча литературного клуба.	Геннадий Фёдорович Шпаликов - советский киносценарист, кинорежиссёр и поэт. Автор и соавтор сценариев к фильмам «Застава Ильича»; «Я шагаю по Москве»; «Я родом из детства»; «Ты и я»; «Пой песню, поэт...»). Проводит встречу лидер литературного клуба - Вера Георгиевна Антонова.	Развитие	Встреча клуба	Антонова Вера Георгиевна
апрель	06.04.2023	14:00	OFF	Сад и огород	Первая организационная встреча садоводов - любителей. Обсуждение вопрос по выращиванию содовых растений, планирование дальнейших встреч.	ЗОЖ	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
апрель	06.04.2023	14:00	OFF	Хочу все знать	Участие в игре "Что? Где? Когда? от ЦМД "Боговой"	Развитие	Мероприятие	Ананьева Ирина Андреевна
апрель	06.04.2023	14:00	OFF	Кулинарный мастер-класс	Дегустация приготовленных блюд	Развитие	Встреча клуба	Антощенко Любовь Петровна
апрель	06.04.2023	15:00	OFF	Кулинарный мастер-класс	Обсуждение дальнейших встреч, планирование мастер - классов.	Развитие	Встреча клуба	Антощенко Любовь Петровна
апрель	06.04.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
апрель	06.04.2023	16:00	OFF	Встреча клуба Хастл	Занятие танцами по направлению Хастл	ЗОЖ	Мероприятие	Кухтин Евгений Валентинович
апрель	06.04.2023	18:00	OFF	Репетиция клуба "Вечная молодость"	Репетиция ВИА "Вечная молодость"	Творчество	Мероприятие	Казakov Сергей Владимирович
апрель	06.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба Хастл	Занятие танцами по направлению Хастл	ЗОЖ	Встреча клуба	Кухтин Евгений Валентинович
апрель	06.04.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
апрель	06.04.2023	18:00	OFF	Встреча студийцев	Репетиция театр-студии под руководством Игоря Лубянского, обсуждение планов, мероприятий.	Творчество	Мероприятие	Лубянский Игорь Александрович
апрель	06.04.2023	18:30	ON+OFF	Уход за лицом, шеей и руками.	Самомассаж лица, шеи и рук. Приготовление масок из натуральных ингредиентов. Маска из кофейной гуши для лица. Приготовить: 1 чайную ложку кофейной гуши; 1/2 чайной ложки сока лимона; 1 чайную ложку сливок.	ЗОЖ	Встреча клуба	Калыбина Светлана Валентиновна
апрель	06.04.2023	19:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
апрель	06.04.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
апрель	07.04.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	07.04.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будькина Татьяна Фёдоровна

апрель	07.04.2023	10:00	OFF	Встреча клуба	Делаем цветок-брошь из атласных лент в японской технике "Канзаши".	Творчество	Мероприятие	Голобурда Антонина Ивановна
апрель	07.04.2023	10:30	OFF	Релаксация	Самостоятельная практика исторических танцев. Клуб подходит для тех, кто занимается танцами и готов самостоятельно заниматься изучением композиций и отработки танцевальных движений	ЗОЖ	Встреча клуба	Сербенюк Сергей Александрович
апрель	07.04.2023	10:30	OFF	Релаксация и создание позитивного настроения	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; Обогащить свой творческий потенциал. Занятие проведут опытные психологи Московской службы психологической помощи населению.	Развитие	Мероприятие	Мамонова Ольга Валерьевна
апрель	07.04.2023	11:00	OFF	Встреча клуба	Делаем цветок-брошь из атласных лент в японской технике "Канзаши".	Творчество	Мероприятие	Голобурда Антонина Ивановна
апрель	07.04.2023	11:30	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	07.04.2023	12:00	OFF	Вязание	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
апрель	07.04.2023	12:00	OFF	Зарядка + кардио-упражнения (2 зала)	Небольшая зарядка-разминка и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
апрель	07.04.2023	12:00	OFF	Встреча театра песни "Ностальгия"	Исполнение песен 40-80 годов, песен из к/ф, романсов, русских народных, военно-патриотических и эстрады	Творчество	Мероприятие	Афанасьева Лариса Александровна
апрель	07.04.2023	13:00	OFF	ВСД	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
апрель	07.04.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, отдачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	07.04.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
апрель	07.04.2023	13:00	OFF	Вязание	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
апрель	07.04.2023	13:30	OFF	Вязание	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
апрель	07.04.2023	14:00	OFF	Мандалы и нейрографика	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
апрель	07.04.2023	14:00	OFF	Парикмахерское искусство	Тема встречи: "Готовимся к летнему уходу за волосами. Маски и ополаскивание". На встрече вы сможете получить рекомендации профессионала по выбору стрижки и причесок. Встречу проводит профессиональный парикмахер, лидер - клуба Эвелина Вадимовна Байрамкулова.	ЗОЖ	Встреча клуба	Байрамкулова Эвелина Вадимовна
апрель	07.04.2023	14:00	OFF	Игры, викторины, задачи для мозга	Приглашаем вас присоединиться к клубу "Хочу все знать". В программе занятия - настоящая зарядка для мозга: интересные вопросы, логические задачки. Ирина Андреевна Аваньева уже подготовила новые задания.	Развитие	Мероприятие	Аваньева Ирина Андреевна
апрель	07.04.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, отдачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	07.04.2023	16:00	OFF	Встреча клуба	Исполнение любимых хитов в микрофон.	Творчество	Встреча клуба	Черкасова Наталья Николаевна
апрель	07.04.2023	16:00	OFF	Классическая йога.	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранаяма, Шавасана и Созерцание, самомассажа, 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
апрель	07.04.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
апрель	07.04.2023	17:00	OFF	Классическая йога.	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранаяма, Шавасана и Созерцание, самомассажа, 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
апрель	07.04.2023	18:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
апрель	07.04.2023	18:00	OFF	Ретро - дискотека "Танцы для души, танцуют все"	Как давно и недавно одновременно это было. Музыка, стили, одежда, научные изобретения и многое другое. Танцуют все под 70-80-90 е	ЗОЖ	Мероприятие	Бабышкина Светлана Шулимовна
апрель	07.04.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
апрель	07.04.2023	19:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
апрель	08.04.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	08.04.2023	10:00	OFF	Мастер - класс	Шьем в технике пэчворк. Сумочка из тентовой ткани.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	08.04.2023	10:00	OFF	Встреча клуба	Выездная встреча клуба. Посещение ЦМД "Головинский". Просмотр концертной программы	Развитие	Мероприятие	Александрова Галина Васильевна

апрель	08.04.2023	11:00	OFF	Мастер - класс	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 Париса Петровна
апрель	08.04.2023	11:00	OFF	Мастер - класс	Шьем в технике пэчворк. Сумочка из тентовой ткани.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	08.04.2023	11:30	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	08.04.2023	11:00	OFF	Встреча клуба	Выездная встреча клуба. Песни под баян в ЦМД "Головинский".	Развитие	Мероприятие	Александрова Галина Васильевна
апрель	08.04.2023	12:00	OFF	Йога	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченко Наталья Ивановна
апрель	08.04.2023	12:00	OFF	Зарядка + кардио-упражнения	Небольшая зарядка-разминка и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
апрель	08.04.2023	12:00	OFF	Кулинарный мастер-класс	Подготовка к мастер - классу.	ЗОЖ	Мероприятие	Антощенко Любовь Петровна
апрель	08.04.2023	12:00	OFF	Мастер - класс	Шьем в технике пэчворк. Сумочка из тентовой ткани.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	08.04.2023	11:30	OFF	Встреча клуба	Выездная встреча клуба. Чаепитие в ЦМД "Головинский" обмен опытом, обсуждение поэзии.	Развитие	Мероприятие	Александрова Галина Васильевна
апрель	08.04.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Илиных Елена Юрьевна
апрель	08.04.2023	13:00	ON+OFF	Кулинарный мастер-класс	Готовим греческий суп "ФАСОЛАДА". Этот суп - и вкусный, и полезный, и красивый. Суп "Фасолада" является постным блюдом, однако содержит в себе полезные для организма продукты, богатые витаминами и микроэлементами. Такой суп подают как в горячем так и в холодном виде. О последовательности приготовления блюда вы сможете узнать во время встречи нашего клуба. Готовим блюда и обсуждаем полезные свойства ингредиентов.	ЗОЖ	Мероприятие	Антощенко Любовь Петровна
апрель	08.04.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
апрель	08.04.2023	13:00	OFF	Мастер - класс	Шьем в технике пэчворк. Сумочка из тентовой ткани.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	08.04.2023	14:00	OFF	Мандалы и нейрографика	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
апрель	08.04.2023	14:00	OFF	Встреча клуба	Выездная встреча клуба. Посещение ЦМД "Сокол". Посещение открытия выставки и концертной программы	Развитие	Мероприятие	Александрова Галина Васильевна
апрель	08.04.2023	14:00	OFF	Кулинарный мастер-класс	Дегустация приготовленных блюд	ЗОЖ	Мероприятие	Антощенко Любовь Петровна
апрель	08.04.2023	14:00	OFF	Мастер - класс	Шьем в технике пэчворк. Сумочка из тентовой ткани.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	08.04.2023	15:00	ON+OFF	Психолог и Я	Клуб "Психолог и я". Тема встречи : " утраченные ресурсы, или где взять силу"	ЗОЖ	Мероприятие	Мезина Инна Александровна
апрель	08.04.2023	15:00	OFF	Концерт "Апрельская капель"	Сольный концерт Татьяны Васильевны Негановой, победительницы конкурса "Голос долголетия". Прозвучат романсы, песни ретро, классические произведения.	Творчество	Мероприятие	Неганова Татьяна Васильевна
апрель	08.04.2023	15:00	OFF	Кулинарный мастер-класс	Обсуждение дальнейших встреч, планирование мастер - классов.	ЗОЖ	Мероприятие	Антощенко Любовь Петровна
апрель	08.04.2023	15:30	OFF	Встреча клуба	Выездная встреча клуба. Чаепитие в ЦМД "Сокол" обмен опытом, обсуждение поэзии.	Развитие	Мероприятие	Александрова Галина Васильевна
апрель	08.04.2023	15:30	OFF	Просмотр художественных фильмов.	Художественный фильм "Не пойман – не вор". Французская кинокомедия Ива Робера с Луи де Фюнесом в главной роли. В основе фильма — роман Альфонса Алле «Дело Блеро». Наряды Нозль Адам — модный дом «Карвен».	Развитие	Встреча клуба	Фролов Вячеслав Ильич
апрель	08.04.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
апрель	08.04.2023	18:00	ON+OFF	Лекция - беседа	Приглашаем на лекцию - беседу с химиком - биологом, заслуженным учителем РФ Светланой Валентиновной Калибиной. Тема встречи: "Помидоры". 1. Уход за помидорами на подоконнике; 2. В чём выращивать рассаду помидор; 3. Главная болезнь томатов; 4. Какая подсветка обязательна; 5. Можно ли пересадить помидоры из огорода в квартиру?	ЗОЖ	Встреча клуба	Калибина Светлана Валентиновна
апрель	08.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба	Гимнастика для лица. Блоки упражнений.	Развитие	Встреча клуба	Григорьянц Галина Николаевна
апрель	08.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба Хастл	Занятие танцами по направлению Хастл	ЗОЖ	Мероприятие	Кухтин Евгений Валентинович
апрель	08.04.2023	19:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
апрель	08.04.2023	19:30	OFF	Встреча клуба Хастл	Чаепитие. Обсуждение дальнейших занятий	ЗОЖ	Встреча клуба	Кухтин Евгений Валентинович
апрель	08.04.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
апрель	09.04.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	09.04.2023	10:00	OFF	Мастер - класс	Шьем в технике пэчворк. Сумочка из тентовой ткани.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	09.04.2023	10:00	OFF	Смехойога	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
апрель	09.04.2023	10:00	OFF	Игра в теннис только для участников клуба	Игра в теннис для среднего уровня подготовки. отработка ударов и работа на тренажерах, для развития выносливости.	ЗОЖ	Встреча клуба	Полянинов Сергей Леонидович
апрель	09.04.2023	11:00	OFF	Мастер - класс	Шьем в технике пэчворк. Сумочка из тентовой ткани.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	09.04.2023	11:30	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	09.04.2023	12:00	OFF	Клуб "Звонкий мяч"	Игра в настольный теннис, тренировка для начинающих	ЗОЖ	Мероприятие	Григорова Надежда Ивановна
апрель	09.04.2023	12:00	OFF	Воус - club (по предварительной записи)	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	Встреча клуба	Белоус Татьяна Нисоновна
апрель	09.04.2023	12:00	OFF	Мастер - класс	Шьем в технике пэчворк. Сумочка из тентовой ткани.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна

апрель	09.04.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	09.04.2023	13:00	OFF	Клуб "Хитрая щука "	Секреты, методы и способы рыбной ловли на всех водоемах круглый год, обсуждения, обмен опытом, рецепты ухи от бывалых рыбаков	ЗОЖ	Встреча клуба	Кудряшов Сергей Николаевич
апрель	09.04.2023	13:00	OFF	Мастер - класс	Шьем в технике печворк. Сумочка из тентовой ткани.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	09.04.2023	14:00	OFF	Репетиция клуба "Вечная молодость"	Репетиция ВИА "Вечная молодость"	Творчество	Мероприятие	Казakov Сергей Владимирович
апрель	09.04.2023	14:00	OFF	Концерт "Встреча с песней"	Свое творчество представит коллектив "Хорошее настроение" из ЦМД "Заблукно".	Творчество	Мероприятие	Никишин Виктор Павлович
апрель	09.04.2023	14:00	OFF	Встреча клуба "Дружба"	Тренировка по игре в шахматы. Дружеский шахматный турнир. Начало турнира в 14:00 Регистрации в 13:30	ЗОЖ	Мероприятие	Мешков Анатолий Юрьевич
апрель	09.04.2023	14:00	OFF	Встреча клуба	Лекции о космосе, самолётостроении, современные технологии в мире машиностроения, новые инженерные решения в разных отраслях науки	Развитие	Встреча клуба	Алпанов Виктор Михайлович
апрель	09.04.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	09.04.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	09.04.2023	14:00	OFF	Мастер - класс	Шьем в технике печворк. Сумочка из тентовой ткани.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	09.04.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	09.04.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	09.04.2023	16:00	OFF	встреча клуба "Умные шашки"	настольная игра в шашки	ЗОЖ	Мероприятие	Шаргородский Марк Борисович
апрель	09.04.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
апрель	09.04.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "КАКТУЗ"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Гниловский Андрей Николаевич
апрель	09.04.2023	16:30	OFF	Полезные знакомства	Клуб Полезных Знакомств приглашает в тихую гостиную на традиционную встречу. В Программе фотосессия. Проект ЭПИКУР для одиноких мужчин и женщин, Дискуссионный Клуб, Интеллектуальные игры, развлекательная программа и др. Встречу проводит Валентин Васильевич Петров	ЗОЖ	Мероприятие	Петров Валентин Васильевич
апрель	09.04.2023	18:00	ON	Воскресная встреча друзей	На этой встрече клуба вы сможете пообщаться с участниками, рассказать интересные истории и поиграть в интеллектуальные игры.	Развитие	Мероприятие	Ананьева Ирина Андреевна
апрель	09.04.2023	19:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
апрель	09.04.2023	19:00	OFF	Встреча клуба	Репетиция танцевального коллектива.	ЗОЖ	Мероприятие	Гутлина Элла Наумовна
апрель	09.04.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
апрель	10.04.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	10.04.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будыкина Татьяна Фёдоровна
апрель	10.04.2023	10:00	OFF	Обучение	Обучение 1 группы. Новички. Отработка основных танцевальных движений. Исторические танцы — общее название для танцев прошлых эпох, исполняемых в настоящее время(вальсы, польки, кадрили и т.д.). Занятия будут интересны и комфортны участникам любого уровня подготовки, физических данных, способностей, опыта и навыков.	ЗОЖ	Мероприятие	Ежов Валерий Трофимович
апрель	10.04.2023	10:00	OFF	Мастер - класс	Шьем сумочку в технике печворк.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	10.04.2023	11:00	OFF	Закон и право	Семейное право (имущество супругов, наследство, завещание). Банковское право (закрытие, открытие счета, представительство по доверенности). Защита прав потребителей. Порядок и сроки обращения в суд. Лекции читает практикующий юрист Елена Викторовна Куличева.	Развитие	Встреча клуба	Куличева Елена Викторовна
апрель	10.04.2023	11:00	OFF	Мастер - класс	Шьем сумочку в технике печворк.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	10.04.2023	11:30	OFF	Репетиция	Репетиция исторических танцев на де грас и минут. Отработка 2-х групп новичков и продвинутых. Исторические танцы — общее название для танцев прошлых эпох, исполняемых в настоящее время(вальсы, польки, кадрили и т.д.). Занятия будут интересны и комфортны участникам любого уровня подготовки, физических данных, способностей, опыта и навыков.	ЗОЖ	Мероприятие	Ежов Валерий Трофимович
апрель	10.04.2023	11:30	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	10.04.2023	12:00	OFF	Мастер - класс	Шьем сумочку в технике печворк.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	10.04.2023	13:00	OFF	Классическая йога.	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранаяма, Шавасану и Созерцание, самомассаж, медитации, мудры и мантры, а также упражнения для омоложения. Для занятия нужна теплая и не стесняющая движения одежда, на ногах носочки. Возьмите с собой бутылочку питьевой воды. Встречу проводит опытный тренер по йоге - Ирина Михайловна Соломатина.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
апрель	10.04.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	10.04.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	10.04.2023	13:00	OFF	Мастер - класс	Шьем сумочку в технике печворк.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	10.04.2023	13:30	OFF	Освой гаджет	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
апрель	10.04.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	10.04.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	10.04.2023	14:00	OFF	Мастер - класс	Шьем сумочку в технике печворк.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	10.04.2023	14:00	OFF	Классическая йога.	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранаяма, Шавасану и Созерцание, самомассаж, медитации, мудры и мантры, а также упражнения для омоложения. Для занятия нужна теплая и не стесняющая движения одежда, на ногах носочки. Возьмите с собой бутылочку питьевой воды. Встречу проводит опытный тренер по йоге - Ирина Михайловна Соломатина.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
апрель	10.04.2023	15:00	OFF	Освой гаджет	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
апрель	10.04.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович

апрель	10.04.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	10.04.2023	15:00	OFF	Репетиция	Театральная репетиция — подготовка и создание нового спектакля. Повторение старых пьес и постановок.	Творчество	Встреча клуба	Стемпковская Галина Вячеславовна
апрель	10.04.2023	15:00	OFF	Освой гаджет	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
апрель	10.04.2023	15:30	OFF	Интервальные и круговые танцы	Танцевальная гостиня - это система разных танцевальных техник с ненавязчивым терапевтическим аспектом для восстановления внутренней гармонии, ресурсного состояния и жизнерадостности. Здесь не только танцуют, но и рисуют, рассуждают, шутят, медитируют и просто получают удовольствие.	ЗОЖ	Мероприятие	Кузюкова Ольга Григорьевна
апрель	10.04.2023	16:00	OFF	Концерт "Музыкальный коктейль с Ларисой Озеровой"	Сольный концерт Ларисы Озеровой. В программе прозвучат тематические (космические) эстрадные танцевальные хиты.	Творчество	Мероприятие	Озерова Лариса Робертовна
апрель	10.04.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
апрель	10.04.2023	16:30	OFF	Освой гаджет	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
апрель	10.04.2023	17:00	OFF	Встреча клуба	Обсуждение после репетиции сложных репетиционных моментов, обмен опытом, отдых в нашем уютном кафе	ЗОЖ	Встреча клуба	Стемпковская Галина Вячеславовна
апрель	10.04.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
апрель	10.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Радуга"	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
апрель	10.04.2023	18:00	OFF	Физиологическая гимнастика	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
апрель	10.04.2023	19:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
апрель	10.04.2023	19:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
апрель	10.04.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
апрель	11.04.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	11.04.2023	10:00	OFF	Репетиция	Самостоятельная практика исторических танцев. Клуб подходит для тех, кто занимается танцами и готов самостоятельно заниматься изучением композиций и отработкой танцевальных движений	ЗОЖ	Встреча клуба	Сербенюк Сергей Александрович
апрель	11.04.2023	10:00	OFF	Мастер - класс	Шьем сумочку в технике печворк.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	11.04.2023	11:00	OFF	Мобильный кукольный театр	Сочинение пьес, изготовление кукол-петрушек в технике папье-маше, создание домашних кукольных театров.	Творчество	Встреча клуба	Землякова Галина Владимировна
апрель	11.04.2023	11:00	OFF	Мастер - класс	Шьем сумочку в технике печворк.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	11.04.2023	11:30	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	11.04.2023	12:00	OFF	Йога	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченко Наталья Ивановна
апрель	11.04.2023	12:00	OFF	Вязание	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
апрель	11.04.2023	12:00	OFF	Плетение из газетных трубочек.	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
апрель	11.04.2023	12:00	OFF	Мастер - класс	Шьем сумочку в технике печворк.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	11.04.2023	13:00	OFF	Репетиция ансамбля "Хорошее настроение"	Репетиция ансамбля	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
апрель	11.04.2023	12:00	OFF	Зарядка + кардио-упражнения (2 зала)	Небольшая зарядка-разминка и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
апрель	11.04.2023	12:00	OFF	Встреча клуба	Подготовка к встрече.	Развитие	Встреча клуба	Белякова Татьяна Константиновна
апрель	11.04.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
апрель	11.04.2023	13:00	OFF	Встреча клуба	Готовимся к "Пасхе", делимся рецептами приготовления кулича. Делимся рецептами и секретами приготовления. О последовательности приготовления вы сможете узнать на встрече клуба.	Развитие	Встреча клуба	Белякова Татьяна Константиновна
апрель	11.04.2023	13:00	OFF	Мастер - класс	Шьем сумочку в технике печворк.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	11.04.2023	13:00	OFF	Чаепитие	Чаепитие участников клуба.	Творчество	Встреча клуба	Трекалова Ольга Васильевна
апрель	11.04.2023	13:00	OFF	Плетение из газетных трубочек.	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
апрель	11.04.2023	13:00	OFF	Репетиция	Репетиция коллектива перед концертом.	Творчество	Встреча клуба	Иноземцева Людмила Георгиевна
апрель	11.04.2023	13:20	OFF	Вязание	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
апрель	11.04.2023	14:00	OFF	Встреча клуба	Дегустация блюд.	Развитие	Встреча клуба	Белякова Татьяна Константиновна

апрель	11.04.2023	14:00	OFF	Концерт "Встреча друзей"	В программе - стихи, танцы разных направлений, песни и театральные этюды от участников проекта Московское долголетие и проекта Центры московского долголетия. Своё творчество представят: танцевальные коллективы "Экспрессия", "Зумба Голд", театр-студия "Сподвижники" и другие коллективы.	Творчество	Мероприятие	Ячвеча Виктория Кирилловна
апрель	11.04.2023	14:00	OFF	Мастер - класс	Шьем сумочку в технике печворк.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	11.04.2023	15:00	OFF	Встреча клуба	Обсуждение дальнейших встреч, планирование мастер - классов.	Развитие	Встреча клуба	Белякова Татьяна Константиновна
апрель	11.04.2023	15:00	OFF	Игра на гитаре	Игра на гитаре, разучивание новых композиций и мелодий.	Творчество	Встреча клуба	Леонова Наталья Владимировна
апрель	11.04.2023	15:00	OFF	Кройка и шитье	Встреча участников клуба для совместного построения выкроек и пошива.	Творчество	Встреча клуба	Любимова Анна Евгеньевна
апрель	11.04.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Игры в настольный теннис для любого уровня подготовки	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
апрель	11.04.2023	16:00	OFF	Встреча клуба Хастл	Занятие танцами по направлению Хастл	ЗОЖ	Мероприятие	Кухтин Евгений Валентинович
апрель	11.04.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "Желтый трамвай"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартынов Виктор Васильевич
апрель	11.04.2023	16:00	OFF	Кройка и шитье	Встреча участников клуба для совместного построения выкроек и пошива.	Творчество	Встреча клуба	Любимова Анна Евгеньевна
апрель	11.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба Хастл	Чаепитие. Обсуждение дальнейших занятий	ЗОЖ	Встреча клуба	Кухтин Евгений Валентинович
апрель	11.04.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
апрель	11.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Вечная молодость"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казиков Сергей Владимирович
апрель	11.04.2023	18:30	OFF	ОФП	ОФП с небольшой нагрузкой . Общий комплекс для всего организма: для глаз, ушей, памяти	ЗОЖ	Встреча клуба	Короткова Галина Николаевна
апрель	11.04.2023	19:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
апрель	11.04.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
апрель	12.04.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	12.04.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будькина Татьяна Фёдоровна
апрель	12.04.2023	10:00	OFF	Встреча клуба	мастер класс по изготовлению цветка-броши из атласных лент в японской технике "Канзаши"	Творчество	Мероприятие	Голубурда Антонина Ивановна
апрель	12.04.2023	10:30	OFF	Релаксация	Самостоятельная практика исторических танцев. Клуб подходит для тех, кто занимается танцами и готов самостоятельно заниматься изучением композиций и отработки танцевальных движений	ЗОЖ	Встреча клуба	Сербенюк Сергей Александрович
апрель	12.04.2023	10:30	OFF	Оздоровительные гимнастики.	Гимнастика для позвоночника. Данный вид гимнастики улучшает функции дыхания, снимает избыточный тонус мышц спины, оздоравливает позвоночник, формирует правильную осанку, улучшает сон, успокаивает ум. Встречу проводит опытный тренер - Ирина Михайловна Соломатина.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
апрель	12.04.2023	11:00	OFF	Школа гаджет 55+	Помощь в освоении гаджета, видеосурки на большом экране	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
апрель	12.04.2023	11:10	OFF	Оздоровительные гимнастики.	Гимнастика для позвоночника. Данный вид гимнастики улучшает функции дыхания, снимает избыточный тонус мышц спины, оздоравливает позвоночник, формирует правильную осанку, улучшает сон, успокаивает ум. Встречу проводит опытный тренер - Ирина Михайловна Соломатина.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
апрель	12.04.2023	11:30	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	12.04.2023	12:00	OFF	Встреча клуба	мастер класс по изготовлению цветка-броши из атласных лент в японской технике "Канзаши".	Творчество	Мероприятие	Голубурда Антонина Ивановна
апрель	12.04.2023	12:00	OFF	Зарядка + кардио-упражнения (2 зала)	Небольшая зарядка-разминка и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
апрель	12.04.2023	12:00	OFF	Встреча театра песни "Ностальгия"	Исполнение песен 40-80 годов, песен из к/ф, романсов, русских народных, военно-патриотических и эстрады	Творчество	Мероприятие	Афанасьева Лариса Александровна
апрель	12.04.2023	12:00	OFF	Клуб здоровья 55+	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	Встреча клуба	Левицкая Дина Сагитовна
апрель	12.04.2023	12:00	OFF	Живопись	Написание картин масляными красками. Зимние пейзажи.	Творчество	Встреча клуба	Никольская Людмила Михайловна
апрель	12.04.2023	12:00	OFF	Кулинарный мастер-класс	Подготовка к встрече.	Развитие	Встреча клуба	Козлов Владимир Андреевич
апрель	12.04.2023	13:00	OFF	Кулинарный мастер-класс	День Космонавтики. Изучаем рацион космонавтов, участвуем в приготовлении блюд вместе с поваром - кулинаром Владимиром Андреевичем Козловым. Делимся рецептами и секретами приготовления. О последовательности приготовления вы сможете узнать на встрече клуба.	Развитие	Встреча клуба	Козлов Владимир Андреевич
апрель	12.04.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	12.04.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	12.04.2023	13:00	OFF	Встреча клуба	Ко дню космонавтики. Первый человек, увидевший Землю из Космоса.	Развитие	Мероприятие	Ильина Наталья Ивановна
апрель	12.04.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
апрель	12.04.2023	14:00	OFF	Встреча клуба "Полезные знакомства"	Клуб Полезных Знакомств приглашает 12 апреля в 14.00, в среду, в кафе на очередное заседание. В повестке: Участие в мероприятиях Партнеров, подготовка традиционной встречи 16 апреля , прием заявок Эпикур.	ЗОЖ	Встреча клуба	Петров Валентин Васильевич
апрель	12.04.2023	15:00	OFF	Викторина	Викторина посвященная дню космонавтики. Начало в 15:00, окончание регистрации в 14:50	ЗОЖ	Мероприятие	Ананьева Ирина Андреевна
апрель	12.04.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	12.04.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	12.04.2023	14:00	OFF	Кулинарный мастер-класс	Дегустация блюд.	Развитие	Встреча клуба	Козлов Владимир Андреевич
апрель	12.04.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович

апрель	12.04.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	12.04.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	12.04.2023	15:00	OFF	Концерт "Ближе к звездам"	Концерт, посвященный Дню космонавтики.	Творчество	Мероприятие	Исхаков Роман Тимурович
апрель	12.04.2023	15:00	OFF	Встреча клуба	Обереговые куклы для дома и души. У каждой своё предназначение.	Творчество	Встреча клуба	Климова Елена Александровна
апрель	12.04.2023	15:00	OFF	встреча клуба "Умные шашки"	Турнир по игре в шашки, посвященный Дню космонавтики	ЗОЖ	Мероприятие	Шаргородский Марк Борисович
апрель	12.04.2023	15:00	OFF	Кулинарный мастер-класс	Обсуждение дальнейших встреч, планирование мастер - классов.	Развитие	Встреча клуба	Козлов Владимир Андреевич
апрель	12.04.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
апрель	12.04.2023	16:00	OFF	Встреча клуба	Лекции о космосе, самолётостроении, современные технологии в мире машиностроения, новые инженерные решения в разных отраслях науки (Лекция о создании корабля Буран космический, посвященная дню космонавтики)	Развитие	Встреча клуба	Алпанов Виктор Михайлович
апрель	12.04.2023	17:00	OFF	Встреча клуба	Обереговые куклы для дома и души. У каждой своё предназначение.	Творчество	Мероприятие	Климова Елена Александровна
апрель	12.04.2023	17:00	ON+OFF	Клуб "Метафорические карты"	Метафорические ассоциативные карты - помощь психолога в вашей жизни. Разбор сновидений, как проекций реальности, проблем на работе, сложностей в отношениях; работа с чувствами; вопросы самоопределения и поиска своего "я". Занятия проводит сертифицированный специалист, социальный психолог, этнопсихолог - Николай Викторович Страхов.	ЗОЖ	Мероприятие	Страхов Николай Викторович
апрель	12.04.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
апрель	12.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Музыкальный киоск"	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Зямович
апрель	12.04.2023	18:00	ON	Мастер-класс "Практическая психология"	Мастер-класс "Практическая психология".	ЗОЖ	Мероприятие	Слепов Александр Григорьевич
апрель	12.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Радуга"	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
апрель	12.04.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
апрель	13.04.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	13.04.2023	10:00	OFF	Встреча клуба	Обсуждение мастер класса на тему "Пасха"	Творчество	Встреча клуба	Морозова Людмила Владимировна
апрель	13.04.2023	10:00	OFF	Ритм	Отработка спортивных балльных танцев в парах. Клуб подходит для тех, кто давно занимается балльными танцами и готов отработать танцы и дружной компании	ЗОЖ	Встреча клуба	Болгова Людмила Владимировна
апрель	13.04.2023	10:30	OFF	Встреча клуба	Создание мягких игрушек своими руками. От кроя до мелких деталей. Изготовление пасхальной корзинки	Творчество	Мероприятие	Морозова Людмила Владимировна
апрель	13.04.2023	11:00	OFF	Встреча клуба	Создание мягких игрушек своими руками. От кроя до мелких деталей. Изготовление пасхального петушка и яиц	Творчество	Встреча клуба	Морозова Людмила Владимировна
апрель	13.04.2023	11:00	OFF	Дизайнерские украшения	Мастерим браслеты, сержки, подвески и другие изящные изделия с элементами кольчужного плетения.	Творчество	Встреча клуба	Коровайцева Наталья Павловна
апрель	13.04.2023	12:00	OFF	Кулинарный мастер-класс	Подготовка к встрече клуба.	Развитие	Встреча клуба	Середа Надежда Викторовна
апрель	13.04.2023	12:00	OFF	Йога	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченко Наталья Ивановна
апрель	13.04.2023	12:00	OFF	Зарядка + кардио-упражнения	Небольшая зарядка-разминка и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
апрель	13.04.2023	12:00	OFF	Репетиция танцевальной студии "Комплимент"	Репетиция танцевальной студии "Комплимент" в стиле Латино под руководством Гончаровой Людмилы Викторовны.	ЗОЖ	Мероприятие	Гончарова Людмила Викторовна
апрель	13.04.2023	12:00	OFF	Вяжем крючком	Обсуждение мастер класса по изготовлению кукол	Творчество	Встреча клуба	Красавина Надежда Дмитриевна
апрель	13.04.2023	12:00	OFF	Живопись	Написание картин масляными красками. Зимние пейзажи.	Творчество	Встреча клуба	Никольская Людмила Михайловна
апрель	13.04.2023	12:30	OFF	Вяжем крючком	Авторские игрушки Надежды Дмитриевны Красавиной	Творчество	Встреча клуба	Красавина Надежда Дмитриевна
апрель	13.04.2023	12:30	OFF	Дизайнерские украшения	Мастерим браслеты, сержки, подвески и другие изящные изделия с элементами кольчужного плетения.	Творчество	Встреча клуба	Коровайцева Наталья Павловна
апрель	13.04.2023	13:00	OFF	Турнир по настольному теннису	Окружной турнир по настольному теннису	ЗОЖ	Мероприятие	
апрель	13.04.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
апрель	13.04.2023	13:00	OFF	Кулинарный мастер-класс	Праздничное чаепитие в честь дня рождения активного участника кулинарного клуба. Делимся рецептами и секретами приготовления. О последовательности приготовления вы сможете узнать на встрече клуба.	Развитие	Встреча клуба	Середа Надежда Викторовна
апрель	13.04.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
апрель	13.04.2023	14:00	OFF	Встреча литературного клуба.	Леонид Пантелеев - литературный псевдоним; имя при рождении Алексей Иванович Еремеев, - советский писатель, получивший известность благодаря автобиографической дилогии «Республика Шкид» и «Лёнька Пантелеев», а также рассказам и сказкам для детей. Проводит встречу лидер литературного клуба - Вера Георгиевна Антонова.	Развитие	Встреча клуба	Антонова Вера Георгиевна
апрель	13.04.2023	14:00	OFF	Обмен растениями	Совместная встреча клубов "Цветочный крестинг" и "Сад и огород". Обмен комнатными и садовыми растениями. Встречу проводит - Анна Евгеньевна Любимова.	ЗОЖ	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
апрель	13.04.2023	14:00	OFF	Кулинарный мастер-класс	Мастер - класс от повара - кулинара Владимира Андреевича Козлова по приготовлению котлет по министерски.	Развитие	Встреча клуба	Середа Надежда Викторовна
апрель	13.04.2023	15:00	OFF	Концерт "Весна радость нам несет!"	Екатерина Ойлер, исполнительница романсов и песен, лауреат Международных конкурсов и обладатель специального приза Международного конкурса "Большая Романтиада".	Творчество	Мероприятие	Линдин Борис Викторович
апрель	13.04.2023	15:00	OFF	Репетиция ансамбля "Хорошее настроение"	Репетиция ансамбля	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
апрель	13.04.2023	15:00	OFF	Кулинарный мастер-класс	Дегустация блюд.	Развитие	Встреча клуба	Середа Надежда Викторовна
апрель	13.04.2023	15:00	OFF	Обмен растениями	Совместная встреча клубов "Цветочный крестинг" и "Сад и огород". Обмен комнатными и садовыми растениями. Встречу проводит - Анна Евгеньевна Любимова.	ЗОЖ	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна

апрель	13.04.2023	16:00	OFF	Кулинарный мастер-класс	Обсуждение дальнейших встреч, планирование мастер - классов.	Развитие	Встреча клуба	Серда Надежда Викторовна
апрель	13.04.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
апрель	13.04.2023	16:00	OFF	Встреча клуба Хаслт	Занятие танцами по направлению Хаслт. Обучение-репетиция	ЗОЖ	Встреча клуба	Кухтин Евгений Валентинович
апрель	13.04.2023	17:00	OFF	Встреча клуба Хаслт	Занятие танцами по направлению Хаслт. Танцы-практика	ЗОЖ	Мероприятие	Кухтин Евгений Валентинович
апрель	13.04.2023	17:00	OFF	Библиоклуб	На встрече клуба любителей книг мы будем анализировать жизненные ситуации, соотносить это со своим личным опытом, обмениваться мнениями с другими участниками. Занятия ведет Ашихина Людмила Степановна - психолог Московской службы психологической помощи населению.	Творчество	Встреча клуба	Ашихина Людмила Степановна
апрель	13.04.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
апрель	13.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Вечная молодость"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казаков Сергей Владимирович
апрель	13.04.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
апрель	14.04.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	14.04.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будыкина Татьяна Фёдоровна
апрель	14.04.2023	10:00	OFF	Встреча клуба	Делаем цветок-брошь из атласных лент в японской технике "Канзаши".	Творчество	Встреча клуба	Голобурда Антонина Ивановна
апрель	14.04.2023	10:30	OFF	Репетиция	Самостоятельная практика исторических танцев. Клуб подходит для тех, кто занимается танцами и готов самостоятельно заниматься изучением композиций и отработки танцевальных движений	ЗОЖ	Встреча клуба	Сербенюк Сергей Александрович
апрель	14.04.2023	10:30	OFF	Релаксация и создание позитивного настроения	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
апрель	14.04.2023	12:00	OFF	Вязание	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
апрель	14.04.2023	12:00	OFF	Зарядка + кардио-упражнения (2 зала)	Небольшая зарядка-разминка и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
апрель	14.04.2023	12:00	OFF	Встреча театра песни "Ностальгия"	Исполнение песен 40-80 годов, песен из к/ф, романсов, русских народных, военно-патриотических и эстрады	Творчество	Мероприятие	Афанасьева Лариса Александровна
апрель	14.04.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	14.04.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	14.04.2023	13:00	ON+OFF	Кулинарный мастер-класс	Готовимся к пасхе: Постное ragu и "мраморные" яйца	ЗОЖ	Мероприятие	Власова Ирина Юрьевна
апрель	14.04.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
апрель	14.04.2023	14:00	OFF	ВСД	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
апрель	14.04.2023	14:00	OFF	Пасхальный антистресс	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
апрель	14.04.2023	14:00	OFF	Парикмахерское искусство	Тема встречи: "Волосы - сказки, предания, приметы и наука". На встрече вы сможете получить рекомендации профессионала по выбору стрижки и причесок. Встречу проводит профессиональный парикмахер, лидер - клуба Эвелина Вадимовна Байрамкулова.	ЗОЖ	Встреча клуба	Байрамкулова Эвелина Вадимовна
апрель	14.04.2023	14:00	OFF	Встреча клуба "Радуга"	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
апрель	14.04.2023	14:00	OFF	Игры, викторины, задачи для мозга	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.	Развитие	Мероприятие	Ананьева Ирина Андреевна
апрель	14.04.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	14.04.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	14.04.2023	15:00	OFF	Групповое занятие с психологом	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
апрель	14.04.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	14.04.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	14.04.2023	16:00	OFF	Встреча клуба	Исполнение любимых хитов в микрофон. Тематическая встреча клуба ко Дню космонавтики. Поем песни про летчиков, космические полеты и т.д.	Творчество	Встреча клуба	Черкасова Наталья Николаевна
апрель	14.04.2023	16:00	OFF	Классическая йога.	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
апрель	14.04.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
апрель	14.04.2023	18:00	OFF	Ретро - дискотека "Танцы для души, танцуют все"	Как давно и недавно одновременно это было. Музыка, стили, одежда, научные изобретения и многое другое. Танцуют все под 70-80-90 с	ЗОЖ	Мероприятие	Бабышкина Светлана Шулимовна
апрель	14.04.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич

апрель	15.04.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	15.04.2023	10:00	OFF	Мастер - класс	Шьем в технике печворк. Сумочка из тентовой ткани.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	15.04.2023	11:00	OFF	Сбор клуба "ТОП-топ Тушино" по фоновой ходьбе	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
апрель	15.04.2023	11:00	OFF	Мастер - класс	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
апрель	15.04.2023	12:00	OFF	Йога	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченок Наталья Ивановна
апрель	15.04.2023	12:00	OFF	Авторский проект	Авторская программа лидера клуба "Стимул" Ульяны Антоновой.	Развитие	Мероприятие	Антонова Ульяна Игоревна
апрель	15.04.2023	12:00	OFF	Зарядка + кардио-упражнения	Небольшая зарядка-разминка и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
апрель	15.04.2023	13:00	ON+OFF	Кулинарный мастер-класс	Готовим творческую Пасху и пасхальный греческий суп "Магерница". О последовательности приготовления блюда вы сможете узнать во время встречи нашего клуба. Готовим блюда и обсуждаем полезные свойства ингредиентов.	ЗОЖ	Мероприятие	Антощенко Любовь Петровна
апрель	15.04.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
апрель	15.04.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
апрель	15.04.2023	14:00	OFF	Мандалы и нейрографика	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
апрель	15.04.2023	15:00	ON+OFF	Психолог и Я	Клуб "Психолог и я". Тема встречи : "Что такое ХОРОШО?" Важно! Квалифицированный психолог Инна Александровна временно выходит на встречи клуба в формате он-лайн. Присоединитесь Вы можете через видео-чат телеграмм или из медиагоустиной 3 нашего центра.	ЗОЖ	Мероприятие	Мезина Инна Александровна
апрель	15.04.2023	15:30	OFF	Просмотр художественных фильмов.	«Большие каникулы» — бравурная кинокомедия франко-итальянского производства, снятая в 1967 году режиссером Жаном Жиро, при участии Луи де Фюнеса и английского актёра Ферди Майна.	Развитие	Встреча клуба	Фролов Вячеслав Ильич
апрель	15.04.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
апрель	15.04.2023	17:00	OFF	Концерт "Весеннее настроение"	Выступление ансамбля "Малинада". Прозвучат авторские произведения, советские и зарубежные хиты. Зрителей ждут песни, стихи и юмор.	Творчество	Мероприятие	Щербакова Лидия Артёмовна
апрель	15.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба	Гимнастика для лица. Блоки упражнений.	Развитие	Встреча клуба	Григорьянц Галина Николаевна
апрель	15.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба Хастл	Занятие танцами по направлению Хастл	ЗОЖ	Мероприятие	Кухтин Евгений Валентинович
апрель	16.04.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	16.04.2023	10:00	OFF	Игра в теннис только для участников клуба	Игра в теннис для среднего уровня подготовки. отработка ударов и работа на тренажерах, для развития выносливости.	ЗОЖ	Встреча клуба	Поляников Сергей Леонидович
апрель	16.04.2023	10:00	OFF	Танцы	репетиция клуба, занятия цыганскими танцами, подготовка к мероприятиям	Творчество	Встреча клуба	Проопова Ольга Ивановна
апрель	16.04.2023	10:00	OFF	Мастер - класс	Шьем в технике печворк. Сумочка из тентовой ткани.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	16.04.2023	11:00	OFF	Декупаж	Дорогие друзья! Приглашаем Вас на мастер-класс по украшению пасхальных яиц в технике декупаж.			
апрель	16.04.2023	12:00	OFF	Клуб "Звонкий мяч"	Игра в настольный теннис, тренировка для начинающих	ЗОЖ	Мероприятие	Григорова Надежда Ивановна
апрель	16.04.2023	12:00	OFF	Воус - club (по предварительной записи)	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	Встреча клуба	Белосу Татьяна Нисоновна
апрель	16.04.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	16.04.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	16.04.2023	13:00	OFF	Клуб "Хитрая щука "	Секреты, методы и способы рыбной ловли на всех водоёмах круглый год, обсуждения, обмен опытом, рецепты ухи от бывалых рыбаков	ЗОЖ	Встреча клуба	Кудряшов Сергей Николаевич
апрель	16.04.2023	14:00	OFF	Встреча клуба "Дружба"	Тренировка по игре в шахматы. Дружеский шахматный турнир. Начало турнира в 14:00 Регистрации в 13:30	ЗОЖ	Мероприятие	Мешков Анатолий Юрьевич
апрель	16.04.2023	14:00	OFF	Встреча клуба	Лекции о космосе, самолётостроении, современные технологии в мире машиностроения, новые инженерные решения в разных отраслях науки	Развитие	Встреча клуба	Алпанов Виктор Михайлович
апрель	16.04.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	16.04.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	16.04.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	16.04.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	16.04.2023	16:00	OFF	встреча клуба "Умные шашки"	настольная игра в шашки	ЗОЖ	Мероприятие	Шаргородский Марк Борисович
апрель	16.04.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
апрель	16.04.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "КАКТУЗ"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Гниловский Андрей Николаевич
апрель	16.04.2023	16:30	OFF	Полезные знакомства	Тема: "...". Встречу проводит Валентин Васильевич Петров	ЗОЖ	Мероприятие	Петров Валентин Васильевич
апрель	16.04.2023	17:00	OFF	Восточные танцы "Саям"	Занятия танцами в клубе "Саям".	ЗОЖ	Мероприятие	Кулешова Татьяна Анатольевна
апрель	16.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Музыкальный киоск"	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Зямович
апрель	16.04.2023	18:00	ON	Воскресная встреча друзей	На этой встрече клуба вы сможете пообщаться с участниками, рассказать интересные истории и поиграть в интеллектуальные игры.	Развитие	Мероприятие	Ананьева Ирина Андреевна
апрель	16.04.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
апрель	17.04.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	17.04.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будыкина Татьяна Фёдоровна

апрель	17.04.2023	10:00	OFF	Обучение	Исторические танцы — общее название для танцев прошлых эпох, исполняемых в настоящее время (вальсы, польки, кадрили и т.д.). Занятия будут интересны и комфортны участникам любого уровня подготовки, физических данных, способностей, опыта и навыков.	ЗОЖ	Мероприятие	Ежов Валерий Трофимович
апрель	17.04.2023	10:00	OFF	Мастер - класс	Шьем сумочку в технике пчворк.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	17.04.2023	11:00	OFF	Сбор клуба "ТОП-топ Тушино" по фоновой ходьбе	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
апрель	17.04.2023	11:00	OFF	Закон и право	Семейное право (имущество супругов, наследство, завещание). Банковское право (заккрытие, открытие счета, представительство по доверенности). Защита прав потребителей. Порядок и сроки обращения в суд. Лекция читает практикующий юрист Елена Викторовна Куличева.	Развитие	Встреча клуба	Куличева Елена Викторовна
апрель	17.04.2023	13:00	OFF	Классическая йога.	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранаяма, Шавасану и Созерцание, самомассажа, 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
апрель	17.04.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	17.04.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	17.04.2023	12:00	OFF	Клуб "Добрые руки"	Лидер волонтерского отряда "Добрые руки" Елена Рудакова ищет новых друзей, желающих помогать тем, кто в этом нуждается. Выберите удобные для Вас формат и направление и становитесь частью нашей команды! Ничего сложного! Достаточно иметь немного свободного времени и желание делиться теплом своих добрых сердец с другими. Давайте делать добрые дела! Волонтеры могут все!	Развитие	Встреча клуба	Рудакова Елена Викторовна
апрель	17.04.2023	13:30	OFF	Освой гаджет	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
апрель	17.04.2023	14:00	OFF	Просмотр фильма		Развитие	Встреча клуба	Петропавловская Нина Владимировна
апрель	17.04.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	17.04.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	17.04.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	17.04.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	17.04.2023	15:00	OFF	Освой гаджет	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
апрель	17.04.2023	15:00	OFF	Репетиция	Театральная репетиция — подготовка и создание нового спектакля. Повторение старых пьес и постановок.	Творчество	Встреча клуба	Степковская Галина Вячеславовна
апрель	17.04.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Бараш Александр Викторович
апрель	17.04.2023	16:30	OFF	Освой гаджет	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
апрель	17.04.2023	17:00	OFF	Встреча клуба	Обсуждение после репетиции сложных репетиционных моментов, обмен опытом, отдых в нашем уютном кафе	ЗОЖ	Встреча клуба	Степковская Галина Вячеславовна
апрель	17.04.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
апрель	17.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Радуга"	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
апрель	17.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Музыкальный киоск"	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Зямович
апрель	17.04.2023	18:00	ON+OFF	Физиологическая гимнастика	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
апрель	17.04.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
апрель	18.04.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Болдов Юрий Викторович
апрель	18.04.2023	10:00	OFF	Ритм	Отработка спортивных балльных танцев в парах. Клуб подходит для тех, кто давно занимается балльными танцами и готов оттачивать танцы и дружной компании	ЗОЖ	Встреча клуба	Болгова Людмила Владимировна
апрель	18.04.2023	10:00	OFF	Мастер - класс	Шьем сумочку в технике пчворк.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	18.04.2023	10:30	OFF	Репетиция	Самостоятельная практика исторических танцев. Клуб подходит для тех, кто занимается танцами и готов самостоятельно заниматься изучением композиций и отработки танцевальных движений	ЗОЖ	Встреча клуба	Сербенюк Сергей Александрович
апрель	18.04.2023	11:00	OFF	Мобильный кукольный театр	Сочинение пьес, изготовление кукол-петрушек в технике папье-маше, создание домашних кукольных театров.	Творчество	Встреча клуба	Землякова Галина Владимировна
апрель	18.04.2023	11:00	ON+OFF	Встреча клуба	Тема:	Развитие	Мероприятие	Дворецкая Елена Сергеевна
апрель	18.04.2023	12:00	OFF	Йога	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченко Наталья Ивановна
апрель	18.04.2023	12:00	OFF	Вязание	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
апрель	18.04.2023	12:00	OFF	Плетение из газетных трубочек.	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
апрель	18.04.2023	13:00	OFF	Репетиция ансамбля "Хорошее настроение"	Репетиция ансамбля	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна

апрель	18.04.2023	12:00	OFF	Зарядка + кардио-упражнения (2 зала)	Небольшая зарядка-разминка и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
апрель	18.04.2023	12:00	ON+OFF	Встреча клуба	Выездная встреча клуба. Экскурсия в Еленой Сергеевны Дворецкой в немецкую слободу.	Развитие	Мероприятие	Дворецкая Елена Сергеевна
апрель	18.04.2023	13:00	OFF	Кулинарный мастер-класс	Делимся рецептами и секретами приготовления. О последовательности приготовления вы сможете узнать на встрече клуба.	Развитие	Встреча клуба	Козлов Владимир Андреевич
апрель	18.04.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
апрель	18.04.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
апрель	18.04.2023	13:00	OFF	Знакомство с эфирными маслами	Приглашаем вас на знакомство с удивительным миром эфирных масел. Лариса Владимировна Шитова расскажет историю своего знакомства с ними, поделится позитивным опытом применения в различных сферах жизни, расскажет о полезных свойствах и способах их использования.	Развитие	Мероприятие	Шитова Лариса Владимировна
апрель	18.04.2023	14:00	OFF	Просмотр фильма	Художественный фильм ...	Творчество	Встреча клуба	Червоцев Александр Дмитриевич
апрель	18.04.2023	14:00	OFF	Встреча клуба	Тема: _____ Встречу проводит лидер поэтического клуба - Зоя Забитовна Кардова.	Творчество	Мероприятие	Кардова Зоя Забитовна
апрель	18.04.2023	14:00	OFF	Мандалы и нейрографика	Арт-терапия - особый вид диалога с самим собой. Приглашаем вас успокоить свои мысли и стать более гармоничным. Посвятите себе время, рисуя мандалы или нейрографику и слушая медитативную музыку.	ЗОЖ	Встреча клуба	Пылова Елена Николаевна
апрель	18.04.2023	14:00	OFF	Обучение	Исторические танцы — общее название для танцев прошлых эпох, исполняемых в настоящее время(вальсы, польки, кадрили и т.д.). Занятия будут интересны и комфортны участникам любого уровня подготовки, физических данных, способностей, опыта и навыков.	ЗОЖ	Мероприятие	Ежов Валерий Трофимович
апрель	18.04.2023	15:00	OFF	Концерт "Весна идёт - весне дорогу!"	Своё творчество представит хор "Россиночка" под руководством Александра Павловича Хиневича	Творчество	Мероприятие	Вихрова Нина Яковлевна
апрель	18.04.2023	15:00	OFF	Игра на гитаре	Игра на гитаре, разучивание новых композиций и мелодий.	Творчество	Встреча клуба	Леонова Наталья Владимировна
апрель	18.04.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Игры в настольный теннис для любого уровня подготовки	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
апрель	18.04.2023	16:00	OFF	Встреча клуба Хастл	Занятие танцами по направлению Хастл	ЗОЖ	Мероприятие	Кухтин Евгений Валентинович
апрель	18.04.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "Желтый трамвай"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартынов Виктор Васильевич
апрель	18.04.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
апрель	18.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Вечная молодость"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казakov Сергей Владимирович
апрель	18.04.2023	18:30	OFF	ОФП	ОФП с небольшой нагрузкой. Общий комплекс для всего организма: для глаз, ушей, памяти	ЗОЖ	Мероприятие	Короткова Галина Николаевна
апрель	18.04.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
апрель	19.04.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	19.04.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будькина Татьяна Фёдоровна
апрель	19.04.2023	10:00	OFF	Встреча клуба	Делаем цветок-брошь из атласных лент в японской технике "Каназши".	Творчество	Встреча клуба	Голубурда Антонина Ивановна
апрель	19.04.2023	10:00	OFF	Встреча клуба	Выездная встреча клуба. Посещение экскурсионной программы в парке "Покровское - Стрешнево"	Развитие	Мероприятие	Александрова Галина Васильевна
апрель	19.04.2023	10:30	OFF	Репетиция	Самостоятельная практика исторических танцев. Клуб подходит для тех, кто занимается танцами и готов самостоятельно заниматься изучением композиций и отработки танцевальных движений	ЗОЖ	Встреча клуба	Сербенюк Сергей Александрович
апрель	19.04.2023	10:30	OFF	Оздоровительные гимнастики.	Гимнастика для позвоночника. Данный вид гимнастики улучшает функции дыхания, снимает избыточный тонус мышц спины, оздоравливает позвоночник, формирует правильную осанку, улучшает сон, успокаивает ум. Встречу проводит опытный тренер - Ирина Михайловна Соломатина.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
апрель	19.04.2023	11:00	OFF	Школа гаджет 55+	Помощь в освоении гаджета, видеоролики на большом экране	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
апрель	19.04.2023	11:00	OFF	Встреча театра песни "Ностальгия"	Исполнение песен 40-80 годов, песен из к/ф, романсов, русских народных, военно-патриотических и эстрады	Творчество	Мероприятие	Афанасьева Лариса Александровна
апрель	19.04.2023	12:00	OFF	Клуб здоровья 55+	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	Встреча клуба	Левицкая Дина Сагитовна
апрель	19.04.2023	12:00	OFF	Зарядка + кардио-упражнения (2 зала)	Небольшая зарядка-разминка и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
апрель	19.04.2023	12:00	OFF	Живопись	Написание картин масляными красками. Зимние пейзажи.	Творчество	Встреча клуба	Никольская Людмила Михайловна
апрель	19.04.2023	12:00	OFF	Репетиция	Постановка и репетиция танцев разных направлений под любимые мелодии. Танцуем для души и от души!	ЗОЖ	Мероприятие	Иноземцева Людмила Георгиевна
апрель	19.04.2023	12:30	OFF	Просмотр видеоспектакля		Развитие	Встреча клуба	Петропавловская Нина Владимировна
апрель	19.04.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	19.04.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	19.04.2023	13:00	OFF	Кройка и шитье	Консультация по шитью и ремонту одежды.	Творчество	Встреча клуба	Андреева Людмила Сергеевна
апрель	19.04.2023	13:00	OFF	Встреча клуба		Развитие	Мероприятие	Ильина Наталья Ивановна
апрель	19.04.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич

апрель	19.04.2023	14:00	OFF	ВСД	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
апрель	19.04.2023	14:00	OFF	Пасхальный концерт коллектива "Хорошее настроение"	Пасхальный концерт коллектива "Хорошее настроение" (руководитель Наталья Назарова)	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
апрель	19.04.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	19.04.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	19.04.2023	14:30	OFF	Просмотр видео	Просмотр видеоспектаклей, балетов, фильмов по заявкам	Развитие	Встреча клуба	Роспова Татьяна Викторовна
апрель	19.04.2023	14:30	OFF	Мандалы и нейрографика	Арт-терапия - особый вид диалога с самим собой. Приглашаем вас успокоить свои мысли и стать более гармоничным. Посвятите себе время, рисуя мандалы или нейрографику и слушая медитативную музыку.	ЗОЖ	Встреча клуба	Пылова Елена Николаевна
апрель	19.04.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	19.04.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	19.04.2023	15:00	OFF	Встреча клуба	Обереговые куклы для дома и души. У каждой своё предназначение.	Творчество	Мероприятие	Климова Елена Александровна
апрель	19.04.2023	15:00	OFF	Театрализованная постановка	Театральная постановка - выступление в ЦМД "Марино" Сказ про Федота Стрельца	Творчество	Мероприятие	Стемпковская Галина Вячеславовна
апрель	19.04.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
апрель	19.04.2023	17:00	ON+OFF	Клуб "Метафорические карты"	Метафорические ассоциативные карты - помощь психолога в вашей жизни. Разбор сновидений, как проекций реальности, проблем на работе, сложностей в отношениях; работа с чувствами; вопросы самоопределения и поиска своего "я". Занятия проводит сертифицированный специалист, социальный психолог, этнопсихолог - Николай Викторович Страхов.	ЗОЖ	Мероприятие	Страхов Николай Викторович
апрель	19.04.2023	17:00	OFF	Встреча клуба	Обсуждение после репетиции сложных репетиционных моментов, обмен опытом, отдых в нашем уютном кафе	ЗОЖ	Встреча клуба	Стемпковская Галина Вячеславовна
апрель	19.04.2023	18:00	ON	Мастер-класс "Практическая психология"	Мастер-класс "Практическая психология".	ЗОЖ	Мероприятие	Слепов Александр Григорьевич
апрель	19.04.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
апрель	19.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Радуга"	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
апрель	19.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Музыкальный киоск"	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Зямович
апрель	19.04.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
апрель	20.04.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	20.04.2023	10:00	OFF	Встреча клуба	Создание мягких игрушек своими руками. От кроя до мелких деталей.	Творчество	Мероприятие	Морозова Людмила Владимировна
апрель	20.04.2023	10:00	OFF	Ритм	Отработка спортивных бальных танцев в парах. Клуб подходит для тех, кто давно занимается бальными танцами и готов оттачивать танцы и дружной компании	ЗОЖ	Встреча клуба	Болгова Людмила Владимировна
апрель	20.04.2023	10:30	OFF	Репетиция	Самостоятельная практика исторических танцев. Клуб подходит для тех, кто занимается танцами и готов самостоятельно заниматься изучением композиций и отработкой танцевальных движений	ЗОЖ	Встреча клуба	Сербенюк Сергей Александрович
апрель	20.04.2023	11:00	OFF	Дизайнерские украшения	Мастерим браслеты, серьжки, подвески и другие изящные изделия с элементами кольчужного плетения.	Творчество	Встреча клуба	Коровайцева Наталья Павловна
апрель	20.04.2023	12:00	OFF	Репетиция танцевальной студии "Комплимент"	Репетиция танцевальной студии "Комплимент" в стиле Латино под руководством Гончаровой Людмилы Викторовны.	ЗОЖ	Мероприятие	Гончарова Людмила Викторовна
апрель	20.04.2023	12:00	OFF	Йога	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченко Наталья Ивановна
апрель	20.04.2023	12:00	OFF	Вяжем крючком	Авторские игрушки Надежды Дмитриевны Красавиной	Творчество	Мероприятие	Красавина Надежда Дмитриевна
апрель	20.04.2023	12:00	OFF	Зарядка + кардио-упражнения	Небольшая зарядка-разминка и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
апрель	20.04.2023	12:00	OFF	Живопись	Написание картин масляными красками. Зимние пейзажи.	Творчество	Встреча клуба	Никольская Людмила Михайловна
апрель	20.04.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
апрель	20.04.2023	13:00	OFF	Кулинарный мастер-класс	Картофельная запеканка и рыбный салат в тарталетках. О последовательности приготовления вы сможете узнать на встрече клуба.	Развитие	Встреча клуба	Антощенко Любовь Петровна
апрель	20.04.2023	13:00	OFF	Просмотр кинофильма	Просмотр фильма по заявкам	Развитие	Встреча клуба	Полякова Светлана Анатольевна
апрель	20.04.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
апрель	20.04.2023	14:00	OFF	Встреча литературного клуба.	Проводит встречу лидер литературного клуба - Вера Георгиевна Антонова.	Развитие	Встреча клуба	Антонова Вера Георгиевна
апрель	20.04.2023	14:00	OFF	Обмен растениями	Приглашаем вас на обмен комнатными растениями «Цветочный кроссинг». На встрече вы сможете обменяться комнатными растениями, в виде черенков. Это возможность завести зеленых питомцев, передать свои растения в хорошие руки и просто пообщаться с такими же энтузиастами. На встрече вы сможете обменяться опытом по выращиванию растений. Любой желающий может принести свои растения, как взрослые, так и в виде укорененных черенков, а взамен забрать любое понравившееся из тех, что принесли другие. Встречу проводит - Анна Евгеньевна Любимова.	ЗОЖ	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
апрель	20.04.2023	15:00	OFF	Репетиция ансамбля "Хорошее настроение"	Репетиция ансамбля	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
апрель	20.04.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович

апрель	20.04.2023	16:00	OFF	Встреча клуба Хастл	Занятие танцами по направлению Хастл	ЗОЖ	Мероприятие	Кухтин Евгений Валентинович
апрель	20.04.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "Желтый трамвай"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартынов Виктор Васильевич
апрель	20.04.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
апрель	20.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Вечная молодость"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казаков Сергей Владимирович
апрель	20.04.2023	18:30	ON+OFF	СПА процедуры	Массаж лица, шеи и рук. Приготовление масок из натуральных ингредиентов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Калибина Светлана Валентиновна
апрель	20.04.2023	18:30	OFF	Концерт "Песни с русскими звездами"	Концерт Инны Шестопаловой (Зыкина, Кадышева, Русланова)	Творчество	Мероприятие	Инна Шестопалова
апрель	20.04.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
апрель	21.04.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	21.04.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будыкина Татьяна Федоровна
апрель	21.04.2023	10:00	OFF	Встреча клуба	Делаем цветок-брошь из атласных лент в японской технике "Канзаши".	Творчество	Встреча клуба	Голобурда Антонина Ивановна
апрель	21.04.2023	10:00	OFF	Встреча клуба	Выездная встреча клуба. Поездка активистов клуба в музей "Музея воды"	Развитие	Мероприятие	Александрова Галина Васильевна
апрель	21.04.2023	10:30	OFF	Репетиция	Самостоятельная практика исторических танцев. Клуб подходит для тех, кто занимается танцами и готов самостоятельно заниматься изучением композиций и отработки танцевальных движений	ЗОЖ	Встреча клуба	Сербенюк Сергей Александрович
апрель	21.04.2023	10:30	OFF	Релаксация и создание позитивного настроения	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
апрель	21.04.2023	12:00	OFF	Вязание	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
апрель	21.04.2023	12:00	OFF	Встреча театра песни "Ностальгия"	Исполнение песен 40-80 годов, песен из к/ф, романсов, русских народных, военно-патриотических и эстрады	Творчество	Мероприятие	Афанасьева Лариса Александровна
апрель	21.04.2023	12:00	OFF	Зарядка + кардио-упражнения (2 зала)	Небольшая зарядка-разминка и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
апрель	21.04.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	21.04.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	21.04.2023	13:00	OFF	ВСД	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
апрель	21.04.2023	13:00	ON+OFF	Кулинарный мастер-класс	Кулинарный мастер-класс	ЗОЖ	Мероприятие	Власова Ирина Юрьевна
апрель	21.04.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
апрель	21.04.2023	14:00	OFF	Парикмахерское искусство	Тема встречи: "". На встрече вы сможете получить рекомендации профессионала по выбору стрижки и причесок. Встречу проводит профессиональный парикмахер, лидер - клуба Эвелина Вадимовна Байрамкулова.	ЗОЖ	Встреча клуба	Байрамкулова Эвелина Вадимовна
апрель	21.04.2023	14:00	OFF	Встреча клуба "Радуга"	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
апрель	21.04.2023	14:00	OFF	Мандалы и нейрографика	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
апрель	21.04.2023	14:00	OFF	Игры, викторины, задачи для мозга	Приглашаем вас присоединиться к клубу "Хочу все знать". В программе занятия - настоящая зарядка для мозга: интересные вопросы, логические задачи. Ирина Андреевна Анянueva уже подготовила новые задания.	Развитие	Мероприятие	Анянueva Ирина Андреевна
апрель	21.04.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	21.04.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	21.04.2023	15:00	OFF	Групповое занятие с психологом	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
апрель	21.04.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	21.04.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	21.04.2023	15:00	OFF	Театрализованная постановка	Театральная постановка - выступление в ЦМД "Северный" Сказ про Федота Стрелца	Творчество	Мероприятие	Стемпковская Галина Вячеславовна
апрель	21.04.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
апрель	21.04.2023	16:00	OFF	Классическая йога.	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранаяма, Шавасана и Созерцание, самомассажа, 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
апрель	21.04.2023	16:00	OFF	Встреча клуба	Исполнение любимых хитов в микрофон.	Творчество	Встреча клуба	Черкасова Наталья Николаевна

апрель	21.04.2023	17:00	OFF	Встреча клуба	Обсуждение после репетиции сложных репетиционных моментов, обмен опытом, отдых в нашем уютном кафе	ЗОЖ	Встреча клуба	Степковская Галина Вячеславовна
апрель	21.04.2023	18:00	OFF	Ретро - дискотека "Танцы для души, танцуют все"	Как давно и недавно одновременно это было. Музыка, стили, одежда, научные изобретения и многое другое. Танцуют все под 70-80-90 е	ЗОЖ	Мероприятие	Бабышкина Светлана Шулимовна
апрель	21.04.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
апрель	22.04.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	22.04.2023	10:00	OFF	Мастер - класс	Шьем в технике печворк. Сумочка из полос.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	22.04.2023	11:00	OFF	Мастер - класс	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
апрель	22.04.2023	12:00	OFF	Йога	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченко Наталья Ивановна
апрель	22.04.2023	12:00	OFF	Турнир по бильярду	Весенний турнир по бильярду.	ЗОЖ	Мероприятие	
апрель	22.04.2023	12:00	OFF	Авторский проект	Авторская программа лидера клуба "Стимул" Ульяны Антоновой.	Развитие	Мероприятие	Антонова Ульяна Игоревна
апрель	22.04.2023	12:00	OFF	Зарядка + кардио-упражнения	Небольшая зарядка-разминка и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
апрель	22.04.2023	13:00	ON+OFF	Кулинарный мастер-класс	О последовательности приготовления блюда вы сможете узнать во время встречи нашего клуба. Готовим блюда и обсуждаем полезные свойства ингредиентов.	ЗОЖ	Мероприятие	Антощенко Любовь Петровна
апрель	22.04.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
апрель	22.04.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
апрель	22.04.2023	14:00	OFF	Репетиция концерта	Репетиция концерта Ностальгии	Творчество	Мероприятие	Афанасьева Лариса Александровна
апрель	22.04.2023	14:00	OFF	Мандалы и нейрографика	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
апрель	22.04.2023	15:00	OFF	Концерт "Ностальгия, с днем рождения, принимаем поздравленья!"	Концерт театра песни "Ностальгия". В программе: сольные вокальные номера, дуэты. Прозвучат популярные эстрадные песни, романсы.	Творчество	Мероприятие	Афанасьева Лариса Александровна
апрель	22.04.2023	15:00	ON+OFF	Психолог и Я	Клуб "Психолог и я". Тема встречи : "_____". Важно! Квалифицированный психолог Инна Александровна временно выходит на встречи клуба в формате он-лайн. Присоединиться Вы можете через видео-чат телеграмм или из медиагоиной 3 нашего центра.	ЗОЖ	Мероприятие	Мезина Инна Александровна
апрель	22.04.2023	15:30	OFF	Просмотр художественных фильмов.	Художественный фильм "...". В главных ролях: Режиссер: ... Фильм ... года.	Развитие	Встреча клуба	Фролов Вячеслав Ильич
апрель	22.04.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
апрель	22.04.2023	17:00	OFF	Мероприятие	Будь здоров	Творчество	Мероприятие	Власова Ирина Юрьевна
апрель	22.04.2023	18:00	ON+OFF	Лекция - беседа	Приглашаем на лекцию - беседу с химиком - биологом, заслуженным учителем РФ Светланой Валентиновной Калыбиной. Тема встречи: "...".	ЗОЖ	Встреча клуба	Калыбина Светлана Валентиновна
апрель	22.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба	Гимнастика для лица. Блоки упражнений.	Развитие	Встреча клуба	Григорьянц Галина Николаевна
апрель	22.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба Хастл	Занятие танцами по направлению Хастл	ЗОЖ	Мероприятие	Кухтин Евгений Валентинович
апрель	23.04.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	23.04.2023	10:00	OFF	Мастер - класс	Шьем в технике печворк. Сумочка из полос.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	23.04.2023	10:00	OFF	Игра в теннис только для участников клуба	Игра в теннис для среднего уровня подготовки. отработка ударов и работа на тренажерах, для развития выносливости.	ЗОЖ	Встреча клуба	Полянинов Сергей Леонидович
апрель	23.04.2023	10:00	OFF	Танцы	репетиция клуба, занятия цыганскими танцами, подготовка к мероприятиям	Творчество	Встреча клуба	Пропопова Ольга Ивановна
апрель	23.04.2023	10:00	OFF	Смехойога	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
апрель	23.04.2023	12:00	OFF	Концерт	Выступление коллектива из ЦМД "Митино"	Творчество	Мероприятие	Либберзон Михаил Александрович
апрель	23.04.2023	12:00	OFF	Турнир по бильярду	Весенний турнир по бильярду.	ЗОЖ	Мероприятие	
апрель	23.04.2023	12:00	OFF	Клуб "Звонкий мяч"	Игра в настольный теннис, тренировка для начинающих	ЗОЖ	Мероприятие	Григорова Надежда Ивановна
апрель	23.04.2023	12:00	OFF	Воиc - club (по предварительной записи)	Работа на координацию и ловкость на балансировочных полушарах Воиc для желающих улучшить свою физическую форму. Набор в группу только с хорошей физической формой и по записи.	ЗОЖ	Встреча клуба	Белоус Татьяна Нисоновна
апрель	23.04.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	23.04.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	23.04.2023	13:00	OFF	Клуб "Хитрая щука "	Секреты, методы и способы рыбной ловли на всех водоемах круглый год, обсуждения, обмен опытом, рецепты ухи от бывалых рыбаков	ЗОЖ	Встреча клуба	Кудришов Сергей Николаевич
апрель	23.04.2023	14:00	OFF	Встреча клуба "Дружба"	Тренировка по игре в шахматы. Дружеский шахматный турнир. Начало турнира в 14:00 Регистрации в 13:30	ЗОЖ	Мероприятие	Мешков Анатолий Юрьевич
апрель	23.04.2023	14:00	OFF	Встреча клуба	Лекции о космосе, самолётостроении, современные технологии в мире машиностроения, новые инженерные решения в разных отраслях науки	Развитие	Встреча клуба	Алпанов Виктор Михайлович
апрель	23.04.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	23.04.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	23.04.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	23.04.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	23.04.2023	16:00	OFF	встреча клуба "Умные шашки"	настольная игра в шашки	ЗОЖ	Мероприятие	Шаргородский Марк Борисович

апрель	23.04.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
апрель	23.04.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "КАКТУЗ"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Гниловский Андрей Николаевич
апрель	23.04.2023	16:30	OFF	Полезные знакомства	Тема: "...". Встречу проводит Валентин Васильевич Петров	ЗОЖ	Мероприятие	Петров Валентин Васильевич
апрель	23.04.2023	17:00	OFF	Восточные танцы "Саям"	Занятия танцами в клубе "Саям".	ЗОЖ	Мероприятие	Кулешова Татьяна Анатольевна
апрель	23.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Музыкальный киоск"	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Зямович
апрель	23.04.2023	18:00	ON	Воскресная встреча друзей	На этой встрече клуба вы сможете пообщаться с участниками, рассказать интересные истории и поиграть в интеллектуальные игры.	Развитие	Мероприятие	Ананьева Ирина Андреевна
апрель	23.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба	Репетиция танцевального коллектива.	ЗОЖ	Мероприятие	Гутлина Элла Наумовна
апрель	23.04.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
апрель	24.04.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	24.04.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будыкина Татьяна Фёдоровна
апрель	24.04.2023	10:00	OFF	Обучение	Исторические танцы — общее название для танцев прошлых эпох, исполняемых в настоящее время (вальсы, польки, кадрили и т.д.). Занятия будут интересны и комфортны участникам любого уровня подготовки, физических данных, способностей, опыта и навыков.	ЗОЖ	Мероприятие	Ежов Валерий Трофимович
апрель	24.04.2023	11:00	OFF	Интервальные и круговые танцы	Танцевальная гостиная - это система разных танцевальных техник с ненавязчивым терапевтическим аспектом для восстановления внутренней гармонии, ресурсного состояния и жизнелюбивости. Здесь не только танцуют, но и рисуют, рассуждают, пишут, медитируют и просто получают удовольствие.	ЗОЖ	Мероприятие	Кутукова Ольга Григорьевна
апрель	24.04.2023	11:00	OFF	Школа гаджет 55+	Помощь в освоении гаджета, видеоролики на большом экране	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
апрель	24.04.2023	11:00	OFF	Сбор клуба "ТОП-топ Тушино" по фоновой ходьбе	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
апрель	24.04.2023	13:00	OFF	Классическая йога.	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Прамаяма, 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
апрель	24.04.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	24.04.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	24.04.2023	12:00	OFF	Клуб "Добрые руки"	Лидер волонтерского отряда "Добрые руки" Елена Рудакова ищет новых друзей, желающих помочь тем, кто в этом нуждается. Выберите удобные для Вас формат и направление и становитесь частью нашей команды! Ничего сложного! Достаточно иметь немного свободного времени и желание делиться теплом своих добрых сердец с другими. Давайте делать добрые дела! Волонтеры могут всё!	Развитие	Встреча клуба	Рудакова Елена Викторовна
апрель	24.04.2023	13:30	OFF	Освой гаджет	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
апрель	24.04.2023	14:00	OFF	Просмотр фильма		Развитие	Встреча клуба	Петропавловская Нина Владимировна
апрель	24.04.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	24.04.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	24.04.2023	14:00	OFF	Репетиция концерта	Репетиция концерта	Творчество	Мероприятие	Хорин Юрий
апрель	24.04.2023	15:00	OFF	Концерт "Лейся песня прекрасная"	Концерт хора народной песни "Заряница" (КЦ Рублево)	Творчество	Мероприятие	Хорин Юрий
апрель	24.04.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	24.04.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	24.04.2023	15:00	OFF	Освой гаджет	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
апрель	24.04.2023	15:00	OFF	Репетиция	Театральная репетиция — подготовка и создание нового спектакля. Повторение старых пьес и постановок.	Творчество	Встреча клуба	Стемпковская Галина Вячеславовна
апрель	24.04.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
апрель	24.04.2023	16:30	OFF	Освой гаджет	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
апрель	24.04.2023	17:00	OFF	Встреча клуба	Обсуждение после репетиции сложных репетиционных моментов, обмен опытом, отдых в нашем уютном кафе	ЗОЖ	Встреча клуба	Стемпковская Галина Вячеславовна
апрель	24.04.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
апрель	24.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Радуга"	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
апрель	24.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Музыкальный киоск"	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Зямович
апрель	24.04.2023	18:00	ON+OFF	Физиологическая гимнастика	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
апрель	24.04.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
апрель	25.04.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	25.04.2023	10:00	OFF	Ритм	Отработка спортивных балльных танцев в парах. Клуб подходит для тех, кто давно занимается балльными танцами и готов оттачивать танцы в дружной компании	ЗОЖ	Встреча клуба	Болгова Людмила Владимировна
апрель	25.04.2023	10:30	OFF	Репетиция	Самостоятельная практика исторических танцев. Клуб подходит для тех, кто занимается танцами и готов самостоятельно заниматься изучением композиций и отработки танцевальных движений	ЗОЖ	Встреча клуба	Сербенюк Сергей Александрович
апрель	25.04.2023	11:00	OFF	Мобильный кукольный театр	Сочинение пьес, изготовление кукол-петрушек в технике папье-маше, создание домашних кукольных театров.	Творчество	Встреча клуба	Землякова Галина Владимировна

апрель	25.04.2023	11:00	ON+OFF	Встреча клуба	Тема:	Развитие	Мероприятие	Дворецкая Елена Сергеевна
апрель	25.04.2023	12:00	OFF	Йога	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченко Наталья Ивановна
апрель	25.04.2023	12:00	OFF	Встреча клуба	Поэтический салон "Поэзия души". Стихи собственного сочинения. Ведущий встречи - Виктор Петрович Горяинов.	Творчество	Встреча клуба	Горяинов Виктор Петрович
апрель	25.04.2023	12:00	OFF	Вязание	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
апрель	25.04.2023	13:00	OFF	Репетиция ансамбля "Хорошее настроение"	Репетиция ансамбля	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
апрель	25.04.2023	12:00	OFF	Зарядка + кардио-упражнения (2 зала)	Небольшая зарядка-разминка и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
апрель	25.04.2023	13:00	OFF	Кулинарный мастер-класс	Делимся рецептами и секретами приготовления. О последовательности приготовления вы сможете узнать на встрече клуба.	Развитие	Встреча клуба	Белякова Татьяна Константиновна
апрель	25.04.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
апрель	25.04.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
апрель	25.04.2023	14:00	OFF	Просмотр фильма	Художественный фильм ...	Творчество	Встреча клуба	Червоцев Александр Дмитриевич
апрель	25.04.2023	14:00	OFF	Встреча клуба	Тема: _____ Встречу проводит лидер поэтического клуба - Зоя Забитовна Кардова.	Творчество	Мероприятие	Кардова Зоя Забитовна
апрель	25.04.2023	14:00	OFF	Мандалы и нейрографика	Арт-терапия - особый вид диалога с самим собой. Приглашаем вас успокоить свои мысли и стать более гармоничным. Посвятите себе время, рисуя мандалы или нейрографику и слушая медитативную музыку.	ЗОЖ	Встреча клуба	Пылова Елена Николаевна
апрель	25.04.2023	14:00	OFF	Обучение	Исторические танцы — общее название для танцев прошлых эпох, исполняемых в настоящее время(вальсы, польки, кадрили и т.д.). Занятия будут интересны и комфортны участникам любого уровня подготовки, физических данных, способностей, опыта и навыков.	ЗОЖ	Мероприятие	Ежов Валерий Трофимович
апрель	25.04.2023	15:00	OFF	Игра на гитаре	Игра на гитаре, разучивание новых композиций и мелодий.	Творчество	Встреча клуба	Леонова Наталья Владимировна
апрель	25.04.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Игры в настольный теннис для любого уровня подготовки	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабан Александр Викторович
апрель	25.04.2023	16:00	OFF	Встреча клуба Хастл	Занятие танцами по направлению Хастл	ЗОЖ	Мероприятие	Кухтин Евгений Валентинович
апрель	25.04.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "Желтый трамвай"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартынов Виктор Васильевич
апрель	25.04.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
апрель	25.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Вечная молодость"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казаков Сергей Владимирович
апрель	25.04.2023	18:30	OFF	ОФП	ОФП с небольшой нагрузкой . Общий комплекс для всего организма: для глаз, ушей, памяти	ЗОЖ	Мероприятие	Короткова Галина Николаевна
апрель	25.04.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
апрель	26.04.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	26.04.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будыкина Татьяна Фёдоровна
апрель	26.04.2023	10:00	OFF	Встреча клуба	Делаем цветок-брошь из атласных лент в японской технике "Канзаши".	Творчество	Встреча клуба	Голобурда Антонина Ивановна
апрель	26.04.2023	10:30	OFF	Репетиция	Самостоятельная практика исторических танцев. Клуб подходит для тех, кто занимается танцами и готов самостоятельно заниматься изучением композиций и обработки танцевальных движений	ЗОЖ	Встреча клуба	Сербенюк Сергей Александрович
апрель	26.04.2023	10:30	OFF	Оздоровительные гимнастики.	Гимнастика для позвоночника. Данный вид гимнастики улучшает функции дыхания, снимает избыточный тонус мышц спины, оздоравливает позвоночник, формирует правильную осанку, улучшает сон, успокаивает ум. Встречу проводит опытный тренер - Ирина Михайловна Соломатина.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
апрель	26.04.2023	11:00	OFF	Школа гаджет 55+	Помощь в освоении гаджета, видеоуроки на большом экране	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
апрель	26.04.2023	12:00	OFF	Встреча театра песни "Ностальгия"	Исполнение песен 40-80 годов, песен из к/ф, романсов, русских народных, военно-патриотических и эстрадные	Творчество	Мероприятие	Афанасьева Лариса Александровна
апрель	26.04.2023	12:00	OFF	Клуб здоровья 55+	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	Встреча клуба	Левицкая Дина Сагитовна
апрель	26.04.2023	12:00	OFF	Зарядка + кардио-упражнения (2 зала)	Небольшая зарядка-разминка и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
апрель	26.04.2023	12:00	OFF	Живопись	Написание картин масляными красками. Зимние пейзажи.	Творчество	Встреча клуба	Никольская Людмила Михайловна
апрель	26.04.2023	12:00	OFF	Репетиция	Постановка и репетиция танцев разных направлений под любимые мелодии. Танцуем для души и от души!	ЗОЖ	Мероприятие	Иноземцева Людмила Георгиевна
апрель	26.04.2023	12:30	OFF	Просмотр видеоспектакля		Развитие	Встреча клуба	Петропавловская Нина Владимировна
апрель	26.04.2023	13:00	OFF	Рукоделие	Приглашаем вас на мастер - класс в "Творческую мастерскую". Необходимые материалы: ... Встречу проводит опытная мастерица - Людмила Сергеевна Андрианова.	Творчество	Мероприятие	Андрианова Людмила Сергеевна
апрель	26.04.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	26.04.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович

апрель	26.04.2023	13:00	OFF	Встреча клуба		Развитие	Мероприятие	Ильина Наталья Ивановна
апрель	26.04.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
апрель	26.04.2023	14:00	OFF	ВСД	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
апрель	26.04.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	26.04.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	26.04.2023	14:30	OFF	Просмотр видео	Просмотр видеоспектаклей, балетов, фильмов по заявкам	Развитие	Встреча клуба	Рослова Татьяна Викторовна
апрель	26.04.2023	14:30	OFF	Мандалы и нейрографика	Арт-терапия - особый вид диалога с самим собой. Приглашаем вас успокоить свои мысли и стать более гармоничным. Посвятите себе время, рисуя мандалы или нейрографику и слушая медитативную музыку.	ЗОЖ	Встреча клуба	Пылова Елена Николаевна
апрель	26.04.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	26.04.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	26.04.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	26.04.2023	15:00	OFF	Встреча клуба	Обереговые куклы для дома и души. У каждой свой предназначение.	Творчество	Мероприятие	Климова Елена Александровна
апрель	26.04.2023	15:00	OFF	Репетиция	Театральная репетиция — подготовка и создание нового спектакля. Повторение старых пьес и постановок.	Творчество	Встреча клуба	Стемпковская Галина Вячеславовна
апрель	26.04.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
апрель	26.04.2023	17:00	OFF	Интервальные и круговые танцы	Танцевальная гостиния - это система разных танцевальных техник с ненавязчивым терапевтическим аспектом для восстановления внутренней гармонии, ресурсного состояния и жизнерадостности. Здесь не только танцуют, но и рисуют, рассуждают, пишут, медитируют и просто получают удовольствие.	ЗОЖ	Мероприятие	Кутукова Ольга Григорьевна
апрель	26.04.2023	17:00	ON+OFF	Клуб "Метафорические карты"	Метафорические ассоциативные карты - помощь психолога в вашей жизни. Разбор сновидений, как проекций реальности, проблем на работе, сложностей в отношениях; работа с чувствами; вопросы самоопределения и поиска своего "я". Занятия проводит сертифицированный специалист, социальный психолог, этнопсихолог - Николай Викторович Страхов.	ЗОЖ	Мероприятие	Страхов Николай Викторович
апрель	26.04.2023	17:00	OFF	Встреча клуба	Обсуждение после репетиции сложных репетиционных моментов, обмен опытом, отдых в нашем уютном кафе	ЗОЖ	Встреча клуба	Стемпковская Галина Вячеславовна
апрель	26.04.2023	18:00	ON	Мастер-класс "Практическая психология"	Мастер-класс "Практическая психология".	ЗОЖ	Мероприятие	Слепов Александр Григорьевич
апрель	26.04.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
апрель	26.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Радуга"	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
апрель	26.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Музыкальный киоск"	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Зямович
апрель	26.04.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
апрель	27.04.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	27.04.2023	10:00	OFF	Встреча клуба	Создание мягких игрушек своими руками. От кроя до мелких деталей.	Творчество	Мероприятие	Морозова Людмила Владимировна
апрель	27.04.2023	10:00	OFF	Ритм	Отработка спортивных балльных танцев в парах. Клуб подходит для тех, кто давно занимается балльными танцами и готов оттачивать танцы и дружной компании	ЗОЖ	Встреча клуба	Болгова Людмила Владимировна
апрель	27.04.2023	10:30	OFF	Репетиция	Самостоятельная практика исторических танцев. Клуб подходит для тех, кто занимается танцами и готов самостоятельно заниматься изучением композиций и отработки танцевальных движений	ЗОЖ	Встреча клуба	Сербенюк Сергей Александрович
апрель	27.04.2023	11:00	OFF	Дизайнерские украшения	Мастерим браслеты, сережки, подвески и другие изящные изделия с элементами кольчужного плетения.	Творчество	Встреча клуба	Коровайцева Наталья Павловна
апрель	27.04.2023	12:00	OFF	Йога	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченко Наталья Ивановна
апрель	27.04.2023	12:00	OFF	Репетиция танцевальной студии "Комплимент"	Репетиция танцевальной студии "Комплимент" в стиле Латино под руководством Гончаровой Людмилы Викторовны.	ЗОЖ	Мероприятие	Гончарова Людмила Викторовна
апрель	27.04.2023	12:00	OFF	Вяжем крючком	Авторские игрушки Надежды Дмитриевны Красавиной	Творчество	Мероприятие	Красавина Надежда Дмитриевна
апрель	27.04.2023	12:00	OFF	Зарядка + кардио-упражнения	Небольшая зарядка-разминка и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
апрель	27.04.2023	12:00	OFF	Живопись	Написание картин масляными красками. Зимние пейзажи.	Творчество	Встреча клуба	Никольская Людмила Михайловна
апрель	27.04.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильных Елена Юрьевна
апрель	27.04.2023	13:00	OFF	Кулинарный мастер-класс	Мастер - класс от лидера клуба Надежды Викторовны Середы. Делимся рецептами и секретами приготовления. О последовательности приготовления вы сможете узнать на встрече клуба.	Развитие	Встреча клуба	Середа Надежда Викторовна
апрель	27.04.2023	13:00	OFF	Просмотр кинофильма	Просмотр фильма по заявкам	Развитие	Встреча клуба	Полякова Светлана Анатольевна
апрель	27.04.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
апрель	27.04.2023	14:00	OFF	Встреча литературного клуба.	Проводит встречу лидер литературного клуба - Вера Георгиевна Антонова.	Развитие	Встреча клуба	Антонова Вера Георгиевна
апрель	27.04.2023	14:00	OFF	"Ваш стиль" - парикмахерское искусство.	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. Консультация и рекомендации по выбору стрижек и поиску индивидуального образа от парикмахера - стилиста Юлии Игоревны Грищенкоковой.	Развитие	Мероприятие	Грищенкова Юлия Игоревна

апрель	27.04.2023	14:00	OFF	Обмен растениями	Приглашаем вас на обмен комнатными растениями «Цветочный кроссинг». На встрече вы сможете обменяться комнатными растениями, в виде черенков. Это возможность завести зеленых питомцев, передать свои растения в хорошие руки и просто пообщаться с такими же энтузиастами. На встрече вы сможете обменяться опытом по выращиванию растений. Любой желающий может принести свои растения, как взрослые, так и в виде укорененных черенков, а взамен забрать любое понравившееся из тех, что принесли другие. Встречу проводит - Анна Евгеньевна Любимова.	ЗОЖ	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
апрель	27.04.2023	15:00	OFF	Репетиция ансамбля "Хорошее настроение"	Репетиция ансамбля	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
апрель	27.04.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
апрель	27.04.2023	16:00	OFF	Встреча клуба Хастл	Занятие танцами по направлению Хастл	ЗОЖ	Мероприятие	Кухтин Евгений Валентинович
апрель	27.04.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "Желтый трамвай"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартынов Виктор Васильевич
апрель	27.04.2023	17:00	OFF	Библиоклуб	На встрече клуба любителей книг мы будем анализировать жизненные ситуации, соотносить это со своим личным опытом, обмениваться мнениями с другими участниками. Занятия ведет Ашихина Людмила Степановна - психолог Московской службы психологической помощи населению.	Творчество	Встреча клуба	Ашихина Людмила Степановна
апрель	27.04.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
апрель	27.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Вечная молодость"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казаков Сергей Владимирович
апрель	27.04.2023	18:30	ON+OFF	СПА процедуры	Массаж лица, шеи и рук. Приготовление масок из натуральных ингредиентов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Калыбина Светлана Валентиновна
апрель	27.04.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
апрель	28.04.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Болдов Юрий Викторович
апрель	28.04.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будыкина Татьяна Фёдоровна
апрель	28.04.2023	10:00	OFF	Встреча клуба	Делаем цветок-брошь из атласных лент в японской технике "Канзаши".	Творчество	Встреча клуба	Голобурда Антонина Ивановна
апрель	28.04.2023	10:30	OFF	Репетиция	Самостоятельная практика исторических танцев. Клуб подходит для тех, кто занимается танцами и готов самостоятельно заниматься изучением композиций и отработки танцевальных движений	ЗОЖ	Встреча клуба	Сербенюк Сергей Александрович
апрель	28.04.2023	10:30	OFF	Релаксация и создание позитивного настроения	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
апрель	28.04.2023	12:00	OFF	Вязание	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
апрель	28.04.2023	12:00	OFF	Встреча театра песни "Ностальгия"	Исполнение песен 40-80 годов, песен из к/ф, романсов, русских народных, военно-патриотических и эстрадные	Творчество	Мероприятие	Афанасьева Лариса Александровна
апрель	28.04.2023	12:00	OFF	Зарядка + кардио-упражнения (2 зала)	Небольшая зарядка-разминка и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
апрель	28.04.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	28.04.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	28.04.2023	13:00	OFF	ВСД	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
апрель	28.04.2023	13:00	ON+OFF	Кулинарный мастер-класс	Кулинарный мастер-класс	ЗОЖ	Мероприятие	Власова Ирина Юрьевна
апрель	28.04.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
апрель	28.04.2023	14:00	OFF	Парикмахерское искусство	Тема встречи: "". На встрече вы сможете получить рекомендации профессионала по выбору стрижки и причесок. Встречу проводит профессиональный парикмахер, лидер - клуба Эвелина Вадимовна Байрамкулова.	ЗОЖ	Встреча клуба	Байрамкулова Эвелина Вадимовна
апрель	28.04.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	28.04.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	28.04.2023	14:00	OFF	Встреча клуба "Радуга"	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
апрель	28.04.2023	14:00	OFF	Мандалы и нейрографика	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
апрель	28.04.2023	14:00	OFF	Игры, викторины, задачи для мозга	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.	Развитие	Мероприятие	Ананьева Ирина Андреевна
апрель	28.04.2023	15:00	OFF	Групповое занятие с психологом	На встрече клуба мы обсудим: - социальную психологию личности; - социальную психологию общностей и общины; - общественные отношения; - формы духовной деятельности; - индивидуальные психологические тесты.	Развитие	Встреча клуба	Коробков Николай Петрович
апрель	28.04.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	28.04.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	28.04.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович

апрель	28.04.2023	16:00	OFF	Классическая йога.	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
апрель	28.04.2023	16:00	OFF	Встреча клуба	Исполнение любимых хитов в микрофон.	Творчество	Встреча клуба	Черкасова Наталья Николаевна
апрель	28.04.2023	18:00	OFF	Ретро - дискотека "Танцы для души, танцуют все"	Как давно и недавно одновременно это было. Музыка, стили, одежда, научные изобретения и многое другое. Танцуют все под 70-80-90 е	ЗОЖ	Мероприятие	Бабшкіна Светлана Шулдиовна
апрель	28.04.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
апрель	29.04.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	29.04.2023	10:00	OFF	Мастер - класс	Шьем сумочку в технике печворк.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	29.04.2023	11:00	OFF	Мастер - класс	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
апрель	29.04.2023	12:00	OFF	Йога	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченко Наталья Ивановна
апрель	29.04.2023	12:00	OFF	Авторский проект	Авторская программа лидера клуба "Стимул" Ульяны Антоновой.	Развитие	Мероприятие	Антонова Ульяна Игоревна
апрель	29.04.2023	12:00	OFF	Зарядка + кардио-упражнения	Небольшая зарядка-разминка и умеренная кардио-тренировка на тренажерах для укрепления сердечно-сосудистой системы.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
апрель	29.04.2023	13:00	ON+OFF	Кулинарный мастер-класс	О последовательности приготовления блюда вы сможете узнать во время встречи нашего клуба. Готовим блюда и обсуждаем полезные свойства ингредиентов.	ЗОЖ	Мероприятие	Антощенко Любовь Петровна
апрель	29.04.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
апрель	29.04.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
апрель	29.04.2023	13:00	OFF	Концерт	Коллектив "Кладезь" в рамках проекта "Московское долголетие" под руководством Оксаны Анатольевны Казаковой, аккомпаниатор Алексей Анатольевич Рогачев представит программу....	Творчество	Мероприятие	Линдин Борис Викторович
апрель	29.04.2023	14:00	OFF	Мандалы и нейрографика	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
апрель	29.04.2023	14:00	OFF	Конкурс "Мисс Весна"	Все участницы красивы, талантливы, креативны, вкусно умеют готовить. В конкурсе прекрасные дамы продемонстрируют "визитные карточки", интеллектуальные, творческие способности.	ЗОЖ	Мероприятие	
апрель	29.04.2023	15:00	ON+OFF	Психолог и Я	Клуб "Психолог и я". Тема встречи : " " Важно! Квалифицированный психолог Инна Александровна временно выходит на встречи клуба в формате он-лайн. Присоединиться Вы можете через видео-чат телеграмм или из медиাগостиной 3 нашего центра.	ЗОЖ	Мероприятие	Мезина Инна Александровна
апрель	29.04.2023	15:30	OFF	Просмотр художественных фильмов.	Художественный фильм "...". В главных ролях: Режиссер: ... Фильм ... года.	Развитие	Встреча клуба	Фролов Вячеслав Ильич
апрель	29.04.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
апрель	29.04.2023	17:00	OFF	Мероприятие	Будь здоров	Творчество	Мероприятие	Власова Ирина Юрьевна
апрель	29.04.2023	18:00	ON+OFF	Знакомство с целебными растениями, правилами сбора и их применением.	Тема: "...". Научная классификация. Экология и распространение. Пищевая ценность и медицинское распространение.	ЗОЖ	Встреча клуба	Калибина Светлана Валентиновна
апрель	29.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба	Гимнастика для лица. Блоки упражнений.	Развитие	Встреча клуба	Григорьянц Галина Николаевна
апрель	29.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба Хастл	Занятие танцами по направлению Хастл	ЗОЖ	Мероприятие	Кухтин Евгений Валентинович
апрель	30.04.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
апрель	30.04.2023	10:00	OFF	Игра в теннис только для участников клуба	Игра в теннис для среднего уровня подготовки. отработка ударов и работа на тренажерах, для развития выносливости.	ЗОЖ	Встреча клуба	Полянинов Сергей Леонидович
апрель	30.04.2023	10:00	OFF	Танцы	репетиция клуба, занятия цыганскими танцами, подготовка к мероприятиям	Творчество	Встреча клуба	Пропопова Ольга Ивановна
апрель	30.04.2023	10:00	OFF	Смехойога	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
апрель	30.04.2023	10:00	OFF	Мастер - класс	Шьем сумочку в технике печворк.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
апрель	30.04.2023	12:00	OFF	Клуб "Звонкий мяч"	Игра в настольный теннис, тренировка для начинающих	ЗОЖ	Мероприятие	Григорова Надежда Ивановна
апрель	30.04.2023	12:00	OFF	Vois - club (по предварительной записи)	Работа на координацию и ловкость на балансировочных полушарах Vois для желающих улучшить свою физическую форму. Набор в группу только с хорошей физической формой и по записи.	ЗОЖ	Встреча клуба	Белоус Татьяна Нисоновна
апрель	30.04.2023	13:00	OFF	Клуб "Хитрая щука "	Секреты, методы и способы рыбной ловли на всех водоемах круглый год, обсуждения, обмен опытом, рецепты ухи от бывалых рыбаков	ЗОЖ	Встреча клуба	Кудряшов Сергей Николаевич
апрель	30.04.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	30.04.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	30.04.2023	14:00	OFF	Концерт "Весна - это музыка!"	Своё творчество представит хор солистов "Ренессанс" под руководством Тамары Ефимовны Бесовой, аккомпанирует Ольга Берестенко-Гринштейн. Прозвучат известные классические произведения русских и зарубежных композиторов.	Творчество	Мероприятие	Боровицкая Ирина Михайловна
апрель	30.04.2023	14:00	OFF	Встреча клуба "Дружба"	Тренировка по игре в шахматы. Дружеский шахматный турнир. Начало турнира в 14:00 Регистрации в 13:30	ЗОЖ	Мероприятие	Мешков Анатолий Юрьевич
апрель	30.04.2023	14:00	OFF	Встреча клуба	Лекции о космосе, самолётостроении, современные технологии в мире машиностроения, новые инженерные решения в разных отраслях науки	Развитие	Встреча клуба	Алпанов Виктор Михайлович
апрель	30.04.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	30.04.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	30.04.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович

апрель	30.04.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
апрель	30.04.2023	16:00	OFF	встреча клуба "Умные шашки"	настольная игра в шашки	ЗОЖ	Мероприятие	Шаргородский Марк Борисович
апрель	30.04.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
апрель	30.04.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "КАКТУЗ"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Гниловский Андрей Николаевич
апрель	30.04.2023	16:30	OFF	Полезные знакомства	Тема: "...". Встречу проводит Валентин Васильевич Петров	ЗОЖ	Мероприятие	Петров Валентин Васильевич
апрель	30.04.2023	17:00	OFF	Восточные танцы "Салям"	Занятия танцами в клубе "Салям".	ЗОЖ	Мероприятие	Купешова Татьяна Анатольевна
апрель	30.04.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Музыкальный киоск"	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Зямович
апрель	30.04.2023	18:00	ON	Воскресная встреча друзей	На этой встрече клуба вы сможете пообщаться с участниками, рассказать интересные истории и поиграть в интеллектуальные игры.	Развитие	Мероприятие	Ананьева Ирина Андреевна
апрель	30.04.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна