

Месяц	Дата	Время	Формат мероприятия	Наименование мероприятия	Описание мероприятия	Категория мероприятия (ЗОЖ/Развитие/Творчество)	Тип (встреча клуба/иное мероприятие)	ФИО инициатора
май	01.05.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
май	01.05.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будыкина Татьяна Фёдоровна
май	01.05.2023	13:00	OFF	Классическая йога.	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Праяама, 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.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
май	01.05.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	01.05.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	01.05.2023	13:00	OFF	Клуб "Хитрая щука "	Секреты, методы и способы рыбной ловли на всех водоёмах круглый год, обсуждения, обмен опытом, фотографиями, видеороликами, рецепты ухи от бывалых рыбаков	ЗОЖ	Встреча клуба	Кудряшов Сергей Николаевич
май	01.05.2023	13:30	OFF	Освой гаджет	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
май	01.05.2023	14:00	OFF	Концерт "Мир! Труд! Май!"	Первомайский концерт подготовили и проведут клуб "Радуга". Зрителей ждут зажигательные танцы, песни, а также стихи известных поэтов, краткий экскурс по разным танцевальным направлениям.	Творчество	Мероприятие	Кириллова Валентина Алексеевна
май	01.05.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	01.05.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	01.05.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	01.05.2023	14:00	OFF	Викторина	Логические задания и задачки по весенним песням. Угадываем песню по ассоциативным картинкам и потом поем вместе.	Развитие	Мероприятие	Ананьева Ирина Андреевна
май	01.05.2023	15:00	OFF	Освой гаджет	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
май	01.05.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	01.05.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	01.05.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
май	01.05.2023	16:30	OFF	Освой гаджет	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
май	01.05.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
май	01.05.2023	18:00	ON+OFF	Физиологическая гимнастика	Гимнастика с элементами самомассажа и растяжки. Улучшается мобильность суставов, растягиваются мышцы, уйдут зажимы и улучшится общее физическое состояние. Подходит для любого уровня физической подготовки.	ЗОЖ	Мероприятие	Антонова Ульяна Игоревна
май	01.05.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Музыкальный кноск"	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Зямович
май	01.05.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
май	01.05.2023	14:00	OFF	Просмотр кинофильма	Просмотр кинофильма	Развитие	Встреча клуба	Петропавловская Нина Владимировна
май	02.05.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
май	02.05.2023	11:00	OFF	Мобильный кукольный театр	Сочинение пьес, изготовление кукол-петрушек в технике папье-маше, создание домашних кукольных театров.	Творчество	Мероприятие	Землякова Галина Владимировна
май	02.05.2023	12:00	OFF	Йога	Баланс. Упражнения на координацию и равновесие с Ириной Сивцовой.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченко Наталья Ивановна
май	02.05.2023	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
май	02.05.2023	12:00	OFF	Фотовыставка "Розы"	Портреты роз в разных стилях, в разных ракурсах. Фотограф Валентин Петров.	Творчество	Мероприятие	Петров Валентин Васильевич
май	02.05.2023	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
май	02.05.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
май	02.05.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
май	02.05.2023	13:00	OFF	Репетиция ансамбля "Хорошее настроение"	Репетиция ансамбля	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
май	02.05.2023	13:00	OFF	Встреча клуба	Кулинарный мастер - класс.	Развитие	Встреча клуба	Белякова Татьяна Константиновна
май	02.05.2023	13:00	OFF	Кройка и шитье	Встреча участников клуба для самостоятельного построения выкроек и пошива.	Творчество	Встреча клуба	Любимова Анна Евгеньевна
май	02.05.2023	14:00	OFF	Встреча клуба "Дружба"	Турнир клуба, приуроченный ко дню его создания. Начало турнира в 14:00 Регистрация в 13:45	ЗОЖ	Мероприятие	Мешков Анатолий Юрьевич
май	02.05.2023	14:00	OFF	Встреча клуба	Тема: _____. Встречу проводит лидер поэтического клуба - Зоя Забитовна Кардова.	Творчество	Мероприятие	Кардова Зоя Забитовна
май	02.05.2023	14:00	OFF	Просмотр фильма	Просмотр фильма	Творчество	Встреча клуба	Червошнев Александр Дмитриевич
май	02.05.2023	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
май	02.05.2023	15:00	OFF	Игра на гитаре	Игра на гитаре, разучивание новых композиций и мелодий.	Творчество	Встреча клуба	Леонова Наталья Владимировна
май	02.05.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Игры в настольный теннис для любого уровня подготовки	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
май	02.05.2023	16:00	OFF	встреча клуба "Умные шашки"	настольная игра в шашки	ЗОЖ	Мероприятие	Шаргородский Марк Борисович
май	02.05.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "Желтый трамвай"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартьянов Виктор Васильевич

май	02.05.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
май	02.05.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Вечная молодость"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казаков Сергей Владимирович
май	02.05.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
май	03.05.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
май	03.05.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будыкина Татьяна Федоровна
май	03.05.2023	10:00	OFF	Встреча клуба	Делаем цветок-брошь из атласных лент в японской технике "Канзаши".	Творчество	Встреча клуба	Голобурда Антонина Ивановна
май	03.05.2023	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.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
май	03.05.2023	11:00	OFF	Школа гаджет 55+	Помощь в освоении гаджета, видеоуроки на большом экране	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
май	03.05.2023	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
май	03.05.2023	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
май	03.05.2023	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 Левницкая	ЗОЖ	Встреча клуба	Левницкая Дина Сагитовна
май	03.05.2023	12:30	OFF	Просмотр видеоспектакля	Просмотр видеоспектакля	Развитие	Встреча клуба	Петропавловская Нина Владимировна
май	03.05.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	03.05.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	03.05.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
май	03.05.2023	14:00	OFF	Концерт "В вихре танца"	Танцевально-песенное мероприятие с участием Эллы Гуллиной и участниками клуба "Танцы народов мира".		Мероприятие	Гулина Элла Наумовна
май	03.05.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	03.05.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	03.05.2023	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
май	03.05.2023	14:30	OFF	Просмотр видео	Просмотр видеоспектаклей, балетов, фильмов по заявкам	Развитие	Встреча клуба	Рослова Татьяна Викторовна
май	03.05.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	03.05.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	03.05.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	03.05.2023	15:00	OFF	Репетиция	Театральная репетиция — подготовка и создание нового спектакля. Повторение старых пьес и постановок.	Творчество	Встреча клуба	Степикова Галина Вячеславовна
май	03.05.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барaban Александр Викторович
май	03.05.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "Радуга"	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кирилова Валентина Алексеевна
май	03.05.2023	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
май	03.05.2023	17:00	OFF	Встреча клуба	Обсуждение после репетиции сложных репетиционных моментов, обмен опытом, отдых в нашем уютном кафе	ЗОЖ	Встреча клуба	Степикова Галина Вячеславовна
май	03.05.2023	18:00	ON	"Практическая психология"	Мастер-класс "Практическая психология".	ЗОЖ	Мероприятие	Слепов Александр Григорьевич
май	03.05.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
май	03.05.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Музыкальный киоск"	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Зямович
май	04.05.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
май	04.05.2023	11:00	OFF	Дизайнерские украшения	Мастерим браслеты, сережки, подвески и другие изящные изделия с элементами кольчужного плетения.	Творчество	Встреча клуба	Коровайцева Наталья Павловна
май	04.05.2023	12:00	OFF	Йога	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченок Наталья Ивановна
май	04.05.2023	12:00	OFF	Репетиция танцевальной студии "Комплимент"	Репетиция танцевальной студии "Комплимент" в стиле Латина под руководством Гончаровой Людмилы Викторовны.	ЗОЖ	Мероприятие	Гончарова Людмила Викторовна
май	04.05.2023	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
май	04.05.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
май	04.05.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
май	04.05.2023	13:00	OFF	Просмотр кинофильма	Просмотр фильма по заявкам	Развитие	Встреча клуба	Полякова Светлана Анатольевна
май	04.05.2023	13:00	OFF	Кулинарный мастер-класс	Кулинарный мастер - класс от лидера клуба Надежды Викторовны Середа. О последовательности приготовления вы сможете узнать на встрече клуба.	Развитие	Встреча клуба	Середа Надежда Викторовна

май	04.05.2023	14:00	OFF	Встреча литературного клуба.	Проводит встречу лидер литературного клуба - Вера Георгиевна Антонова.	Развитие	Встреча клуба	Антонова Вера Георгиевна
май	04.05.2023	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 Грищенковой.	Развитие	Мероприятие	Грищенкова Юлия Игоревна
май	04.05.2023	15:00	OFF	Репетиция ансамбля "Хорошее настроение"	Репетиция ансамбля	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
май	04.05.2023	15:30	OFF	Поэтические чтения	Приглашаем на встречу Клуба любителей поэзии. В программе встречи: - знакомство с современной поэзией; - представление одного из членов клуба; - свободный микрофон (1-2 стихотворения). Встречу проводит - Нина Баландина.	ЗОЖ	Мероприятие	Баландина Нина Федоровна
май	04.05.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
май	04.05.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "Желтый трамвай"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартьянов Виктор Васильевич
май	04.05.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
май	04.05.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Вечная молодость"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казаков Сергей Владимирович
май	04.05.2023	18:00	OFF	Встреча клуба Хастл	Часпикание членов клуба и обсуждение дальнейших занятий	ЗОЖ	Встреча клуба	Кухтин Евгений Валентинович
май	05.05.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
май	05.05.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будыкина Татьяна Федоровна
май	05.05.2023	10:00	OFF	Встреча клуба	Делаем цветок-брошь из атласных лент в японской технике "Канзаши".	Творчество	Встреча клуба	Голобурада Антонина Ивановна
май	05.05.2023	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	Мамонина Ольга Валерьевна
май	05.05.2023	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
май	05.05.2023	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
май	05.05.2023	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
май	05.05.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	05.05.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	05.05.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
май	05.05.2023	13:00	ON+OFF	Кулинарный мастер-класс	Обсуждение мастер-класса	ЗОЖ	Встреча клуба	Власова Ирина Юрьевна
май	05.05.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	05.05.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	05.05.2023	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
май	05.05.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	05.05.2023	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
май	05.05.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
май	05.05.2023	16:00	OFF	Встреча клуба	Исполнение любимых хитов в микрофон.	Творчество	Встреча клуба	Черкасова Наталья Николаевна
май	05.05.2023	16:00	OFF	Классическая йога.	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Праянама, 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.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
май	05.05.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
май	05.05.2023	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
май	05.05.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Радуга"	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
май	06.05.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
май	06.05.2023	11:00	OFF	Мастер - класс	Изготовление открытки в технике папэртоль. Папэртоль – это ручное вырезание из бумаги и создание 3D изображений. Используя технику папэртоль можно создать чудесные объемные картины своими руками.	Творчество	Встреча клуба	Комлева Лариса Петровна
май	06.05.2023	12:00	OFF	Йога	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченок Наталья Ивановна

май	06.05.2023	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
май	06.05.2023	12:00	OFF	Авторский проект		Развитие	Мероприятие	Антонова Ульяна Игоревна
май	06.05.2023	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
май	06.05.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
май	06.05.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
май	06.05.2023	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
май	06.05.2023	15:00	ON+OFF	Психолог и Я	Клуб "Психолог и я". Тема встречи : " " На встречу с квалифицированным психологом, Инной Александровной можно присоединиться в формате онлайн через видео чат в телеграмм или в медиагостини 3 нашего центра.	ЗОЖ	Мероприятие	Мезина Инна Александровна
май	06.05.2023	15:30	OFF	Просмотр художественных фильмов.	Просмотр художественных фильмов.	Развитие	Встреча клуба	Фролов Вячеслав Ильич
май	06.05.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
май	06.05.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "Желтый трамвай"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартынов Виктор Васильевич
май	06.05.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
май	06.05.2023	18:00	OFF	Встреча клуба	Гимнастика для лица. Блоки упражнений.	Развитие	Встреча клуба	Григорьянц Галина Николаевна
май	07.05.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
май	07.05.2023	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
май	07.05.2023	10:00	OFF	Танцы	репетиция клуба, занятия цыганскими танцами, подготовка к мероприятиям	Творчество	Встреча клуба	Пропопова Ольга Ивановна
май	07.05.2023	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
май	07.05.2023	12:00	OFF	Клуб "Звонкий мяч"	Игра в настольный теннис, тренировка для начинающих	ЗОЖ	Мероприятие	Григорова Надежда Ивановна
май	07.05.2023	12:00	OFF	Bois - club (по предварительной записи)	Работа на координацию и ловкость на балансировочных полусферах Bois для желающих улучшить свою физическую форму. Набор в группу только с хорошей физической формой и по записи.	ЗОЖ	Встреча клуба	Белоус Татьяна Нисоновна
май	07.05.2023	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
май	07.05.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	07.05.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	07.05.2023	13:00	OFF	Встреча клуба "Вечная молодость"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казakov Сергей Владимирович
май	07.05.2023	14:00	OFF	Встреча клуба	Лекции о космосе, самолётостроении, современные технологии в мире машиностроения, новые инженерные решения в разных отраслях науки	Развитие	Встреча клуба	Алланов Виктор Михайлович
май	07.05.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	07.05.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	07.05.2023	14:00	OFF	Встреча клуба "Дружба"	Тренировка по игре в шахматы. Дружеский шахматный турнир. Начало турнира в 14:00 Регистрации в 13:45	ЗОЖ	Мероприятие	Мешков Анатолий Юрьевич
май	07.05.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	07.05.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	07.05.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
май	07.05.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "КАКТУЗ"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Гниловский Андрей Николаевич
май	07.05.2023	17:00	OFF	Восточные танцы "Салим"	Занятия танцами в клубе "Салим".	ЗОЖ	Мероприятие	Кулепова Татьяна Анатольевна
май	07.05.2023	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
май	07.05.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Музыкальный кноук"	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Зямович
май	07.05.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
май	08.05.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
май	08.05.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будыкина Татьяна Фёдоровна
май	08.05.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	08.05.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	08.05.2023	13:00	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	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
май	08.05.2023	13:30	OFF	Освой гаджет	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
май	08.05.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	08.05.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	08.05.2023	15:00	OFF	Освой гаджет	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
май	08.05.2023	15:00	OFF	Концерт	Ильчинин Александр Павлович- Заслуженный артист РСФСР, хореограф, конференсь. Солоист ансамбля "С Днем Победы". В фильме "Карнавал" снимался в роли администратора филармонии с Ириной Муравьевой.	Творчество	Мероприятие	Ильчинин Александр Павлович

май	08.05.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	08.05.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	08.05.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
май	08.05.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "Радуга"	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
май	08.05.2023	16:30	OFF	Освой гаджет	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
май	08.05.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
май	08.05.2023	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
май	08.05.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Музыкальный киоск"	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Зямович
май	08.05.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
май	08.05.2023	14:00	OFF	Просмотр кинофильма		Развитие	Встреча клуба	Петропавловская Нина Владимировна
май	09.05.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
май	09.05.2023	12:00	OFF	Музыкальная викторина	Викторина на тему военных песен с исполнением под баян.	Творчество	Мероприятие	Боровицкая Ирина Михайловна
май	09.05.2023	12:00	OFF	Йога	Баланс. Упражнения на координацию и равновесие с Ириной Сивцовой.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченок Наталья Ивановна
май	09.05.2023	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
май	09.05.2023	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
май	09.05.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Илиных Елена Юрьевна
май	09.05.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
май	09.05.2023	13:00	OFF	Репетиция ансамбля "Хорошее настроение"	Репетиция ансамбля	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
май	09.05.2023	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
май	09.05.2023	14:00	OFF	Просмотр фильма	Просмотр фильма	Творчество	Встреча клуба	Червонцев Александр Дмитриевич
май	09.05.2023	14:00	OFF	Музыкально - поэтическая гостиная	Музыкально - поэтическая гостиная ко дню великой победы	Творчество	Мероприятие	Кардова Зоя Забитовна
май	09.05.2023	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
май	09.05.2023	15:00	OFF	Игра на гитаре	Игра на гитаре, разучивание новых композиций и мелодий.	Творчество	Встреча клуба	Леонова Наталья Владимировна
май	09.05.2023	16:00	OFF	Концерт "Нам нужна одна победа!"	Праздничный концерт, посвященный 78-й годовщине Победы над фашистскими захватчиками. Вспомним стихи и песни о подвигах наших солдат. Приглашены замечательные артисты Сергей Буданов, Наталья Кирилловна Виноградова, Стихи прочтёт Татьяна Борисовна Картошкина.	Творчество	Мероприятие	Картошкина Татьяна Борисовна
май	09.05.2023	16:00	OFF	встреча клуба "Умные шашки"	Турнир по настольной игре в шашки, посвященный дню Победы в Великой Отечественной войне	ЗОЖ	Мероприятие	Шаргородский Марк Борисович
май	09.05.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Игры в настольный теннис для любого уровня подготовки	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
май	09.05.2023	16:00	OFF	встреча клуба "Умные шашки"	Турнир по настольной игре в шашки, посвященный дню Победы в Великой Отечественной войне	ЗОЖ	Мероприятие	Шаргородский Марк Борисович
май	09.05.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "Желтый трамвай"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартьянов Виктор Васильевич
май	09.05.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
май	09.05.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Вечная молодость"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казакос Сергей Владимирович
май	09.05.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
май	10.05.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
май	10.05.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будыкина Татьяна Фёдоровна
май	10.05.2023	10:00	OFF	Встреча клуба	Делаем цветок-брошь из атласных лент в японской технике "Канзаши".	Творчество	Встреча клуба	Голобурда Антонина Ивановна
май	10.05.2023	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.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
май	10.05.2023	11:00	OFF	Школа гаджет 55+	Помощь в освоении гаджета, видеоуроки на большом экране	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
май	10.05.2023	12:00	OFF	Репетиция	Постановка и репетиция танцев разных направлений под любимые мелодии. Танцуем для души и от души!	ЗОЖ	Мероприятие	Иноземцева Людмила Георгиевна
май	10.05.2023	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
май	10.05.2023	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

май	10.05.2023	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 Левницкая	ЗОЖ	Встреча клуба	Левницкая Дина Сагитовна
май	10.05.2023	12:30	OFF	Просмотр видеоспектакля		Развитие	Встреча клуба	Петропавловская Нина Владимировна
май	10.05.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	10.05.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	10.05.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
май	10.05.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	10.05.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	10.05.2023	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
май	10.05.2023	14:30	OFF	Просмотр видео	Просмотр видеоспектаклей, балетов, фильмов по заявкам	Развитие	Встреча клуба	Рослова Татьяна Викторовна
май	10.05.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	10.05.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	10.05.2023	15:00	OFF	Репетиция	Театральная репетиция — подготовка и создание нового спектакля. Повторение старых пьес и постановок.	Творчество	Встреча клуба	Стемковская Галина Вячеславовна
май	10.05.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
май	10.05.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "Радуга"	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
май	10.05.2023	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
май	10.05.2023	17:00	OFF	Встреча клуба	Обсуждение после репетиции сложных репетиционных моментов, обмен опытом, отдых в нашем уютном кафе	ЗОЖ	Встреча клуба	Стемковская Галина Вячеславовна
май	10.05.2023	18:00	ON	"Практическая психология"	Мастер-класс "Практическая психология".	ЗОЖ	Мероприятие	Слепов Александр Григорьевич
май	10.05.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
май	10.05.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Музыкальный кюск"	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Зямырович
май	10.05.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
май	11.05.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
май	11.05.2023	11:00	OFF	Школа гаджет 55+	Помощь в освоении гаджета, видеоуроки на большом экране	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
май	11.05.2023	11:00	OFF	Дизайнерские украшения	Мастерим браслеты, сережки, подвески и другие изящные изделия с элементами кольчужного плетения.	Творчество	Встреча клуба	Коровайцева Наталья Павловна
май	11.05.2023	12:00	OFF	Йога	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченко Наталья Ивановна
май	11.05.2023	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
май	11.05.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
май	11.05.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
май	11.05.2023	13:00	OFF	Просмотр кинофильма	Просмотр фильма по заявкам	Развитие	Встреча клуба	Полкова Светлана Анатольевна
май	11.05.2023	13:00	OFF	Кулинарный мастер-класс	Мастер - класс проводит лидер клуба Любовь Петровна Антощенко. Делимся рецептами и секретами приготовления. О последовательности приготовления вы сможете узнать на встрече клуба.	Развитие	Встреча клуба	Антощенко Любовь Петровна
май	11.05.2023	14:00	OFF	Обмен растениями	Совместная встреча клубов "Цветочный кроссинг" и "Сад и огород". Обмен комнатными и садовыми растениями. Встречу проводит - Анна Евгеньевна Любимова.	ЗОЖ	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
май	11.05.2023	14:00	OFF	Встреча литературного клуба.	Проводит встречу лидер литературного клуба - Вера Георгиевна Антонова.	Развитие	Встреча клуба	Антонова Вера Георгиевна
май	11.05.2023	15:00	OFF	Репетиция ансамбля "Хорошее настроение"	Репетиция ансамбля	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
май	11.05.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
май	11.05.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "Желтый трамвай"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартьянов Виктор Васильевич
май	11.05.2023	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
май	11.05.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
май	11.05.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Вечная молодость"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казакос Сергей Владимирович
май	11.05.2023	18:00	OFF	Встреча клуба Хастл	Чаепитие членов клуба и обсуждение дальнейших занятий	ЗОЖ	Встреча клуба	Кухтин Евгений Валентинович
май	11.05.2023	18:30	ON+OFF	СПА процедуры	Массаж лица, шеи и рук. Приготовление масок из натуральных ингредиентов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Калыбина Светлана Валентиновна
май	11.05.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна

май	12.05.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
май	12.05.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будыкина Татьяна Федоровна
май	12.05.2023	10:00	OFF	Встреча клуба	Делаем цветок-брошь из атласных лент в японской технике "Канзаши".	Творчество	Встреча клуба	Голобурда Антонина Ивановна
май	12.05.2023	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
май	12.05.2023	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
май	12.05.2023	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
май	12.05.2023	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
май	12.05.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	12.05.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	12.05.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
май	12.05.2023	13:00	ON+OFF	Кулинарный мастер-класс	Обсуждение мастер-класса	ЗОЖ	Встреча клуба	Власова Ирина Юрьевна
май	12.05.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	12.05.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	12.05.2023	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
май	12.05.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	12.05.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	12.05.2023	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
май	12.05.2023	16:00	OFF	Классическая йога.	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранаяма, Шавасана и Созерцание, самомассаж, медитации, мантры 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.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
май	12.05.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
май	12.05.2023	16:00	OFF	Встреча клуба	Исполнение любимых хитов в микрофон.	Творчество	Встреча клуба	Черкасова Наталья Николаевна
май	12.05.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
май	12.05.2023	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 Шудимовна
май	12.05.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Радуга"	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
май	12.05.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
май	13.05.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
май	13.05.2023	11:00	OFF	Мастер - класс	Изготовление открытки в технике папэртоль. Папэртоль – это ручное вырезание из бумаги и создание 3D изображений. Используя технику папэртоль можно создать чудесные объемные картины своими руками.	Творчество	Встреча клуба	Комлева Лариса Петровна
май	13.05.2023	12:00	OFF	Йога	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченок Наталья Ивановна
май	13.05.2023	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
май	13.05.2023	12:00	OFF	Авторский проект		Развитие	Мероприятие	Антонова Ульяна Игоревна
май	13.05.2023	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
май	13.05.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильных Елена Юрьевна
май	13.05.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
май	13.05.2023	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
май	13.05.2023	14:00	OFF	Репетиция концерта	Репетиция сольного концерта Т. Быстровой	Творчество	Мероприятие	Быстрова Татьяна Валентиновна
май	13.05.2023	15:00	OFF	Концерт "Мелодии моей души"	Сольный концерт Татьяны Быстровой	Творчество	Мероприятие	Быстрова Татьяна Валентиновна
май	13.05.2023	15:00	ON+OFF	Психолог и Я	Клуб "Психолог и я". Тема встречи : " " На встрече с квалифицированным психологом, Инной Александровной можно присоединиться в формате онлайн через видео чат в телеграмм или в медиагостиной 3 нашего центра.	ЗОЖ	Мероприятие	Мезина Инна Александровна
май	13.05.2023	15:30	OFF	Просмотр художественных фильмов.	Просмотр художественных фильмов.	Развитие	Встреча клуба	Фролов Вячеслав Ильич

май	13.05.2023	15:30	OFF	Просмотр художественных фильмов.	Просмотр художественных фильмов.	Развитие	Встреча клуба	Фролов Вячеслав Ильич
май	13.05.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
май	13.05.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "Желтый трамвай"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартьянов Виктор Васильевич
май	13.05.2023	17:00	ON+OFF	Лекция - беседа	Приглашаем на лекцию - беседу с химиком - биологом, заслуженным учителем РФ Светланой Валентиновной Калыбиной.	ЗОЖ	Встреча клуба	Калыбина Светлана Валентиновна
май	13.05.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
май	13.05.2023	18:00	OFF	Встреча клуба	Гимнастика для лица. Блоки упражнений.	Развитие	Встреча клуба	Григорьянц Галина Николаевна
май	13.05.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
май	14.05.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
май	14.05.2023	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
май	14.05.2023	10:00	OFF	Танцы	репетиция клуба, занятия цыганскими танцами, подготовка к мероприятиям	Творчество	Встреча клуба	Пропова Ольга Ивановна
май	14.05.2023	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
май	14.05.2023	12:00	OFF	Клуб "Звонкий мяч"	Игра в настольный теннис, тренировка для начинающих	ЗОЖ	Мероприятие	Григорова Надежда Ивановна
май	14.05.2023	12:00	OFF	Vous - club (по предварительной записи)	Работа на координацию и ловкость на балансировочных полусферах Vous для желающих улучшить свою физическую форму. Набор в группу только с хорошей физической формой и по записи.	ЗОЖ	Встреча клуба	Белоус Татьяна Нисоновна
май	14.05.2023	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
май	14.05.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	14.05.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	14.05.2023	13:00	OFF	Встреча клуба "Вечная молодость"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казакос Сергей Владимирович
май	14.05.2023	14:00	OFF	Встреча клуба	Лекция о космосе, самолётостроении, современные технологии в мире машиностроения, новые инженерные решения в разных отраслях науки	Развитие	Встреча клуба	Алланов Виктор Михайлович
май	14.05.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	14.05.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	14.05.2023	14:00	OFF	Встреча клуба "Дружба"	Тренировка по игре в шахматы. Дружеский шахматный турнир. Начало турнира в 14:00 Регистрации в 13:45	ЗОЖ	Мероприятие	Мешков Анатолий Юрьевич
май	14.05.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	14.05.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	14.05.2023	15:00	OFF	Репетиция	Показ спектакля "Сказ о Федоте Стрельце удалом молодце" в ЦМД "Забликово".	Творчество	Встреча клуба	Стемпковская Галина Вячеславовна
май	14.05.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
май	14.05.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "КАКТУЗ"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Гниловский Андрей Николаевич
май	14.05.2023	16:30	OFF	Полезные знакомства	Тема: "...". Встречу проводит Валентин Васильевич Петров	ЗОЖ	Мероприятие	Петров Валентин Васильевич
май	14.05.2023	17:00	OFF	Встреча клуба	Обсуждение после спектакля ошибок, обмен опытом, отдых в кафе ЦМД Забликово	ЗОЖ	Встреча клуба	Стемпковская Галина Вячеславовна
май	14.05.2023	17:00	OFF	Восточные танцы "Салим"	Занятия танцами в клубе "Салим".	ЗОЖ	Мероприятие	Кулешова Татьяна Анатольевна
май	14.05.2023	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
май	14.05.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Музыкальный кноук"	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Зямович
май	14.05.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
май	15.05.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
май	15.05.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будыкина Татьяна Фёдоровна
май	15.05.2023	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
май	15.05.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	15.05.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	15.05.2023	13:00	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.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
май	15.05.2023	13:30	OFF	Освой гаджет	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
май	15.05.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	15.05.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	15.05.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	15.05.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	15.05.2023	15:00	OFF	Освой гаджет	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна

май	15.05.2023	15:00	OFF	Репетиция	Театральная репетиция — подготовка и создание нового спектакля. Повторение старых пьес и постановок.	Творчество	Встреча клуба	Степиковская Галина Вячеславовна
май	15.05.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
май	15.05.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "Радуга"	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
май	15.05.2023	16:30	OFF	Освой гаджет	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
май	15.05.2023	17:00	OFF	Встреча клуба	Обсуждение после репетиции сложных репетиционных моментов, обмен опытом, отдых в нашем уютном кафе	ЗОЖ	Встреча клуба	Степиковская Галина Вячеславовна
май	15.05.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
май	15.05.2023	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
май	15.05.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Музыкальный киоск"	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Зямович
май	15.05.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
май	15.05.2023	14:00	OFF	Просмотр кинофильма		Развитие	Встреча клуба	Петропавловская Нина Владимировна
май	16.05.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
май	16.05.2023	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
май	16.05.2023	11:00	ON+OFF	Онлайн путешествие	Тема ".....". Встречу проводит лидер клуба - Елена Сергеевна Дворецкая.	Развитие	Мероприятие	Дворецкая Елена Сергеевна
май	16.05.2023	11:00	OFF	Мобильный кукольный театр	Сочинение пьес, изготовление кукол-петрушек в технике папье-маше, создание домашних кукольных театров.	Творчество	Мероприятие	Землякова Галина Владимировна
май	16.05.2023	12:00	OFF	Йога	Баланс. Упражнения на координацию и равновесие с Ириной Сивцовой.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченко Наталья Ивановна
май	16.05.2023	12:00	OFF	Встреча клуба	Поэтический салон "Поэзия души". Стихи собственного сочинения. Ведущий встречи - Виктор Петрович Горяинов.	Творчество	Встреча клуба	Горяинов Виктор Петрович
май	16.05.2023	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
май	16.05.2023	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
май	16.05.2023	13:00	OFF	Кройка и шитье	Встреча участников клуба для самостоятельного построения выкроек и пошива.	Творчество	Встреча клуба	Любимова Анна Евгеньевна
май	16.05.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Илиных Елена Юрьевна
май	16.05.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
май	16.05.2023	13:00	OFF	Репетиция ансамбля "Хорошее настроение"	Репетиция ансамбля	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
май	16.05.2023	13:00	OFF	Встреча клуба	Кулинарный мастер - класс.	Развитие	Встреча клуба	Белякова Татьяна Константиновна
май	16.05.2023	14:00	OFF	Просмотр фильма	Просмотр фильма	Творчество	Встреча клуба	Червонов Александр Дмитриевич
май	16.05.2023	14:00	OFF	Встреча клуба	Тема: Встречу проводит лидер поэтического клуба - Зоя Забитовна Карлова.	Творчество	Мероприятие	Кардова Зоя Забитовна
май	16.05.2023	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
май	16.05.2023	15:00	OFF	Игра на гитаре	Игра на гитаре, разучивание новых композиций и мелодий.	Творчество	Встреча клуба	Леонова Наталья Владимировна
май	16.05.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Игры в настольный теннис для любого уровня подготовки	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
май	16.05.2023	16:00	OFF	встреча клуба "Умные шашки"	Настольная игра в шашки	ЗОЖ	Мероприятие	Шаргородский Марк Борисович
май	16.05.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "Желтый трамвай"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартьянов Виктор Васильевич
май	16.05.2023	17:00	OFF	ОФП	ОФП с небольшой нагрузкой. Общий комплекс для всего организма: для глаз, ушей, памяти	ЗОЖ	Мероприятие	Короткова Галина Николаевна
май	16.05.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
май	16.05.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Вечная молодость"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казакос Сергей Владимирович
май	16.05.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
май	17.05.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
май	17.05.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будыкина Татьяна Федоровна
май	17.05.2023	10:00	OFF	Встреча клуба	Делаем цветок-брошь из атласных лент в японской технике "Канзаши".	Творчество	Встреча клуба	Голобурда Антонина Ивановна
май	17.05.2023	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.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина
май	17.05.2023	11:00	OFF	Школа гаджет 55+	Помощь в освоении гаджета, видеоуроки на большом экране	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
май	17.05.2023	12:00	OFF	Репетиция	Постановка и репетиция танцев разных направлений под любимые мелодии. Танцуем для души и от души!	ЗОЖ	Мероприятие	Иноземцева Людмила Георгиевна
май	17.05.2023	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

май	17.05.2023	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
май	17.05.2023	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 Левшица	ЗОЖ	Встреча клуба	Левшица Дина Сагитовна
май	17.05.2023	12:30	OFF	Просмотр видеоспектакля		Развитие	Встреча клуба	Петропавловская Нина Владимировна
май	17.05.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	17.05.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	17.05.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
май	17.05.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	17.05.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	17.05.2023	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
май	17.05.2023	14:30	OFF	Просмотр видео	Просмотр видеоспектаклей, балетов, фильмов по заявкам	Развитие	Встреча клуба	Рослова Татьяна Викторовна
май	17.05.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	17.05.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	17.05.2023	15:00	OFF	Репетиция	Выступление на театральном фестивале народных театров имени Фаины Раневской	Творчество	Встреча клуба	Стемпковская Галина Вячеславовна
май	17.05.2023	15:00	OFF	Встреча клуба	Посещение ЦМД Ясенево. Общение с посетителями из других центров. Общение, обмен опытом.	Творчество	Встреча клуба	Стемпковская Галина Вячеславовна
май	17.05.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
май	17.05.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "Радуга"	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
май	17.05.2023	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
май	17.05.2023	17:00	OFF	Встреча клуба	Обсуждение после выступления разных моментов, обмен опытом, отдых в нашем кафе ЦМД Ясенево	ЗОЖ	Встреча клуба	Стемпковская Галина Вячеславовна
май	17.05.2023	18:00	ON	"Практическая психология"	Мастер-класс "Практическая психология".	ЗОЖ	Мероприятие	Слепов Александр Григорьевич
май	17.05.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
май	17.05.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Музыкальный кюск"	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Зямович
май	17.05.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
май	18.05.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
май	18.05.2023	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
май	18.05.2023	11:00	OFF	Дизайнерские украшения	Мастерим браслеты, сережки, подвески и другие изящные изделия с элементами кольчужного плетения.	Творчество	Встреча клуба	Коровайцева Наталья Павловна
май	18.05.2023	12:00	OFF	Йога	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченюк Наталья Ивановна
май	18.05.2023	12:00	OFF	Репетиция танцевальной студии "Комплимент"	Репетиция танцевальной студии "Комплимент" в стиле Латино под руководством Гончаровой Людмилы Викторовны.	ЗОЖ	Мероприятие	Гончарова Людмила Викторовна
май	18.05.2023	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
май	18.05.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
май	18.05.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
май	18.05.2023	13:00	OFF	Просмотр кинофильма	Просмотр фильма по заявкам	Развитие	Встреча клуба	Полякова Светлана Анатольевна
май	18.05.2023	13:00	OFF	Кулинарный мастер-класс	Кулинарный мастер - класс от лидера клуба Надежды Викторовны Середа. О последовательности приготовления вы сможете узнать на встрече клуба.	Развитие	Встреча клуба	Середа Надежда Викторовна
май	18.05.2023	14:00	OFF	Встреча литературного клуба.	Проводит встречу лидер литературного клуба - Вера Георгиевна Антонова.	Развитие	Встреча клуба	Антонова Вера Георгиевна
май	18.05.2023	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
май	18.05.2023	15:00	OFF	Репетиция ансамбля "Хорошее настроение"	Репетиция ансамбля	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна

май	18.05.2023	15:30	OFF	Поэтические чтения	Приглашаем на встречу Клуба любителей поэзии. В программе встречи: - знакомство с современной поэзией; - представление одного из членов клуба; - свободный микрофон (1-2 стихотворения). Встречу проводит - Нина Баладина.	ЗОЖ	Мероприятие	Баладина Нина Федоровна
май	18.05.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
май	18.05.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "Желтый трамвай"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартьянов Виктор Васильевич
май	18.05.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
май	18.05.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Вечная молодость"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казакос Сергей Владимирович
май	18.05.2023	18:00	OFF	Встреча клуба Хагста	Чаепитие членов клуба и обсуждение дальнейших занятий	ЗОЖ	Встреча клуба	Кухтин Евгений Валентинович
май	18.05.2023	18:30	ON+OFF	СПА процедуры	Массаж лица, шеи и рук. Приготовление масок из натуральных ингредиентов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Калабина Светлана Валентиновна
май	18.05.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
май	19.05.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
май	19.05.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будыкина Татьяна Федоровна
май	19.05.2023	10:00	OFF	Встреча клуба	Делаем цветок-брошь из атласных лент в японской технике "Канзаша".	Творчество	Встреча клуба	Голобурда Антонина Ивановна
май	19.05.2023	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
май	19.05.2023	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
май	19.05.2023	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
май	19.05.2023	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
май	19.05.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	19.05.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	19.05.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
май	19.05.2023	13:00	ON+OFF	Кулинарный мастер-класс	Обсуждение мастер-класса	ЗОЖ	Встреча клуба	Власова Ирина Юрьевна
май	19.05.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	19.05.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	19.05.2023	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 слушающая медитативную музыку.	ЗОЖ	Встреча клуба	Пылова Елена Николаевна
май	19.05.2023	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
май	19.05.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	19.05.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	19.05.2023	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.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
май	19.05.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
май	19.05.2023	16:00	OFF	Встреча клуба	Исполнение любимых хитов в микрофон.	Творчество	Встреча клуба	Черкасова Наталья Николаевна
май	19.05.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
май	19.05.2023	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 Шудимовна
май	19.05.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Радуга"	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
май	19.05.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
май	20.05.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
май	20.05.2023	11:00	OFF	Мастер - класс	Изготовление открытки в технике паптероль. Паптероль – это ручное вырезание из бумаги и создание 3D изображений. Используя технику паптероль можно создать чудесные объемные картины своими руками.	Творчество	Встреча клуба	Комлева Лариса Петровна
май	20.05.2023	12:00	OFF	Йога	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченко Наталья Ивановна
май	20.05.2023	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
май	20.05.2023	12:00	OFF	Авторский проект	Уточнить тему у лидера	Развитие	Мероприятие	Антонова Ульяна Игоревна
май	20.05.2023	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
май	20.05.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильных Елена Юрьевна
май	20.05.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич

май	20.05.2023	14:00	OFF	Концерт "Душа поёт"	Хор ЦМД "Сокольники"	Творчество	Мероприятие	
май	20.05.2023	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
май	20.05.2023	15:00	ON+OFF	Психолог и Я	Клуб "Психолог и я". Тема встречи: "_____". На встречу с квалифицированным психологом, Инной Александровной можно присоединиться в формате онлайн через видео чат в телеграмм или в медиатеку нашей группы.	ЗОЖ	Мероприятие	Мезина Инна Александровна
май	20.05.2023	15:30	OFF	Просмотр художественных фильмов.	Просмотр художественных фильмов.	Развитие	Встреча клуба	Фролов Вячеслав Ильич
май	20.05.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
май	20.05.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "Желтый трамвай"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартьянов Виктор Васильевич
май	20.05.2023	17:00	ON+OFF	Лекция - беседа	Приглашаем на лекцию - беседу с химиком - биологом, заслуженным учителем РФ Светланой Валентиновной Калыбиной.	ЗОЖ	Встреча клуба	Калыбина Светлана Валентиновна
май	20.05.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
май	20.05.2023	18:00	OFF	Встреча клуба	Гимнастика для лица. Блоки упражнений.	Развитие	Встреча клуба	Григорьянц Галина Николаевна
май	21.05.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
май	21.05.2023	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
май	21.05.2023	10:00	OFF	Танцы	репетиция клуба, занятия цыганскими танцами, подготовка к мероприятиям	Творчество	Встреча клуба	Пропова Ольга Ивановна
май	21.05.2023	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
май	21.05.2023	12:00	OFF	Клуб "Звонкий мяч"	Игра в настольный теннис, тренировка для начинающих	ЗОЖ	Мероприятие	Григорова Надежда Ивановна
май	21.05.2023	12:00	OFF	Vois - club (по предварительной записи)	Работа на координацию и ловкость на балансировочных полусферах Vois для желающих улучшить свою физическую форму. Набор в группу только с хорошей физической формой и по записи.	ЗОЖ	Встреча клуба	Белоус Татьяна Нисоновна
май	21.05.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	21.05.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	21.05.2023	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
май	21.05.2023	13:00	OFF	Встреча клуба "Вечная молодость"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казакос Сергей Владимирович
май	21.05.2023	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
май	21.05.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	21.05.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	21.05.2023	14:00	OFF	Встреча клуба "Дружба"	Тренировка по игре в шахматы. Дружеский шахматный турнир. Начало турнира в 14:00 Регистрации в 13:45	ЗОЖ	Мероприятие	Мешков Анатолий Юрьевич
май	21.05.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	21.05.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	21.05.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
май	21.05.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "КАКТУЗ"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Гниловский Андрей Николаевич
май	21.05.2023	16:30	OFF	Полезные знакомства	Тема: "...". Встречу проводит Валентин Васильевич Петров	ЗОЖ	Мероприятие	Петров Валентин Васильевич
май	21.05.2023	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
май	21.05.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Музыкальный киоск"	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Замович
май	21.05.2023	19:00	OFF	Встреча клуба	Репетиция танцевального коллектива.	ЗОЖ	Мероприятие	Гутлина Элла Наумовна
май	21.05.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
май	22.05.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
май	22.05.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будыкина Татьяна Федоровна
май	22.05.2023	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
май	22.05.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	22.05.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	22.05.2023	13:00	OFF	Классическая йога.	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранаяма, Шавасана и Созерцание, самомассаж, медитации, мантры 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.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
май	22.05.2023	13:30	OFF	Освой гаджет	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
май	22.05.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	22.05.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	22.05.2023	15:00	OFF	Освой гаджет	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
май	22.05.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	22.05.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович

май	22.05.2023	15:00	OFF	Репетиция	Театральная репетиция — подготовка и создание нового спектакля. Повторение старых пьес и постановок.	Творчество	Встреча клуба	Стемповская Галина Вячеславовна
май	22.05.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
май	22.05.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "Радуга"	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
май	22.05.2023	16:30	OFF	Освой гаджет	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
май	22.05.2023	17:00	OFF	Встреча клуба	Обсуждение после репетиции сложных репетиционных моментов, обмен опытом, отдых в нашем уютном кафе	ЗОЖ	Встреча клуба	Стемповская Галина Вячеславовна
май	22.05.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
май	22.05.2023	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
май	22.05.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Музыкальный киоск"	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Зямович
май	22.05.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
май	22.05.2023	14:00	OFF	Просмотр кинофильма		Развитие	Встреча клуба	Петропавловская Нина Владимировна
май	23.05.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
май	23.05.2023	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
май	23.05.2023	11:00	ON+OFF	Онлайн путешествие	Тема ".....". Встречу проводит лидер клуба - Елена Сергеевна Дворецкая.	Развитие	Мероприятие	Дворецкая Елена Сергеевна
май	23.05.2023	11:00	OFF	Мобильный кукольный театр	Сочинение пьес, изготовление кукол-петрушек в технике папье-маше, создание домашних кукольных театров.	Творчество	Мероприятие	Землякова Галина Владимировна
май	23.05.2023	12:00	OFF	Йога	Баланс. Упражнения на координацию и равновесие с Ириной Сивцовой.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченко Наталья Ивановна
май	23.05.2023	12:00	OFF	Встреча клуба	Поэтический салон "Поэзия души". Стихи собственного сочинения. Ведущий встречи - Виктор Петрович Горяинов.	Творчество	Встреча клуба	Горяинов Виктор Петрович
май	23.05.2023	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
май	23.05.2023	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	Прокказов Алексей Яковлевич
май	23.05.2023	13:00	OFF	Кройка и шитье	Встреча участников клуба для самостоятельного построения выкроек и пошива.	Творчество	Встреча клуба	Любимова Анна Евгеньевна
май	23.05.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Илиных Елена Юрьевна
май	23.05.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Прокказов Алексей Яковлевич
май	23.05.2023	13:00	OFF	Репетиция ансамбля "Хорошее настроение"	Репетиция ансамбля	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
май	23.05.2023	14:00	OFF	Просмотр фильма	Просмотр фильма	Творчество	Встреча клуба	Червонцев Александр Дмитриевич
май	23.05.2023	14:00	OFF	Встреча клуба	Тема: Встречу проводит лидер поэтического клуба - Зоя Забитовна Кардова.	Творчество	Мероприятие	Кардова Зоя Забитовна
май	23.05.2023	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
май	23.05.2023	15:00	OFF	Игра на гитаре	Игра на гитаре, разучивание новых композиций и мелодий.	Творчество	Встреча клуба	Леонова Наталья Владимировна
май	23.05.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Игры в настольный теннис для любого уровня подготовки	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
май	23.05.2023	16:00	OFF	встреча клуба "Умные шашки"	Настольная игра в шашки	ЗОЖ	Мероприятие	Шаргородский Марк Борисович
май	23.05.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "Желтый трамвай"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартьянов Виктор Васильевич
май	23.05.2023	17:00	OFF	ОФП	ОФП с небольшой нагрузкой. Общий комплекс для всего организма: для глаз, ушей, памяти	ЗОЖ	Мероприятие	Короткова Галина Николаевна
май	23.05.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
май	23.05.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Вечная молодость"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казаков Сергей Владимирович
май	23.05.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
май	24.05.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
май	24.05.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будькина Татьяна Федоровна
май	24.05.2023	10:00	OFF	Встреча клуба	Делаем цветок-брошь из атласных лент в японской технике "Канзаши". Гимнастика для позвоночника.	Творчество	Встреча клуба	Голобурда Антонина Ивановна
май	24.05.2023	10:30	OFF	Оздоровительные гимнастики.	Данный вид гимнастики улучшает функции дыхания, снимает избыточный тонус мышц спины, оздоравливает позвоночник, формирует правильную осанку, улучшает сон, успокаивает ум.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
май	24.05.2023	11:00	OFF	Школа гаджет 55+	Помощь в освоении гаджета, видеоуроки на большом экране	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
май	24.05.2023	12:00	OFF	Репетиция	Постановка и репетиция танцев разных направлений под любимые мелодии. Танцуем для души и от души!	ЗОЖ	Мероприятие	Иноземцева Людмила Георгиевна
май	24.05.2023	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	Прокказов Алексей Яковлевич
май	24.05.2023	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

май	24.05.2023	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 Левницкая	ЗОЖ	Встреча клуба	Левницкая Дина Сагитовна
май	24.05.2023	12:30	OFF	Просмотр видеоспектакля		Развитие	Встреча клуба	Петропавловская Нина Владимировна
май	24.05.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	24.05.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	24.05.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
май	24.05.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	24.05.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	24.05.2023	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
май	24.05.2023	14:30	OFF	Просмотр видео	Просмотр видеоспектаклей, балетов, фильмов по заявкам	Развитие	Встреча клуба	Рослова Татьяна Викторовна
май	24.05.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	24.05.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	24.05.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
май	24.05.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "Радуга"	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
май	24.05.2023	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
май	24.05.2023	18:00	ON	"Практическая психология"	Мастер-класс "Практическая психология".	ЗОЖ	Мероприятие	Слепов Александр Григорьевич
май	24.05.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
май	24.05.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Музыкальный кюшк"	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Язмович
май	24.05.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
май	25.05.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
май	25.05.2023	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
май	25.05.2023	11:00	OFF	Дизайнерские украшения	Мастерим браслеты, сережки, подвески и другие изящные изделия с элементами кольчужного плетения.	Творчество	Встреча клуба	Коровайцева Наталья Павловна
май	25.05.2023	12:00	OFF	Йога	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченко Наталья Ивановна
май	25.05.2023	12:00	OFF	Репетиция танцевальной студии "Комплимент"	Репетиция танцевальной студии "Комплимент" в стиле Латина под руководством Гончаровой Людмилы Викторовны.	ЗОЖ	Мероприятие	Гончарова Людмила Викторовна
май	25.05.2023	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
май	25.05.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
май	25.05.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
май	25.05.2023	13:00	OFF	Просмотр кинофильма	Просмотр фильма по заявкам	Развитие	Встреча клуба	Полякова Светлана Анатовна
май	25.05.2023	13:00	OFF	Кулинарный мастер- класс	Мастер - класс проводит лидер клуба Любовь Петровна Антощенко. Делимся рецептами и секретами приготовления. О последовательности приготовления вы сможете узнать на встрече клуба.	Развитие	Встреча клуба	Антощенко Любовь Петровна
май	25.05.2023	14:00	OFF	Обмен растениями	Совместная встреча клубов "Цветочный кроссинг" и "Сад и огород". Обмен комнатными и садовыми растениями. Встречу проводит - Анна Евгеньевна Любимова.	ЗОЖ	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
май	25.05.2023	14:00	OFF	Встреча литературного клуба.	Проводит встречу лидер литературного клуба - Вера Георгиевна Антонова.	Развитие	Встреча клуба	Антонова Вера Георгиевна
май	25.05.2023	15:00	OFF	Репетиция ансамбля "Хорошее настроение"	Репетиция ансамбля	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
май	25.05.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
май	25.05.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "Желтый трамвай"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартьянов Виктор Васильевич
май	25.05.2023	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
май	25.05.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
май	25.05.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Вечная молодость"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казакос Сергей Владимирович
май	25.05.2023	18:00	OFF	Встреча клуба Хастл	Чаепитие членов клуба и обсуждение дальнейших занятий	ЗОЖ	Встреча клуба	Кухтин Евгений Валентинович
май	25.05.2023	18:30	ON+OFF	СПА процедуры	Массаж лица, шеи и рук. Приготовление масок из натуральных ингредиентов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Калыбина Светлана Валентиновна

май	25.05.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
май	26.05.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
май	26.05.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будыкина Татьяна Федоровна
май	26.05.2023	10:00	OFF	Встреча клуба	Делаем цветок-брошь из атласных лент в японской технике "Канзашми".	Творчество	Встреча клуба	Голобурда Антонина Ивановна
май	26.05.2023	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
май	26.05.2023	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
май	26.05.2023	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
май	26.05.2023	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
май	26.05.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	26.05.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	26.05.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
май	26.05.2023	13:00	ON+OFF	Кулинарный мастер-класс	Обсуждение мастер-класса	ЗОЖ	Встреча клуба	Власова Ирина Юрьевна
май	26.05.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	26.05.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	26.05.2023	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
май	26.05.2023	15:00	OFF	Групповое занятие с психологом	На встрече клуба мы обсудим: - социальную психологию личности; - социальную психологию общностей и община; - общественные отношения; - формы духовной деятельности; - индивидуальные психологические тесты.	Развитие	Встреча клуба	Коробков Николай Петрович
май	26.05.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	26.05.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	26.05.2023	15:30	OFF	Веселый твистинг	Создание фигур из шаров для поздравления детской театральной студии.	Творчество	Встреча клуба	Дворецкая Елена Сергеевна
май	26.05.2023	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.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
май	26.05.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
май	26.05.2023	16:00	OFF	Встреча клуба	Исполнение любимых хитов в микрофон.	Творчество	Встреча клуба	Черкасова Наталья Николаевна
май	26.05.2023	16:30	OFF	Спектакль	Праздник от детей и для детей. 2 постановки от детской театральной студии "Шанс" под руководством Александра Чапенко.	Творчество	Встреча клуба	Степиковская Галина Вячеславовна
май	26.05.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
май	26.05.2023	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 Шулдимовна
май	26.05.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Радуга"	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
май	26.05.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
май	27.05.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
май	27.05.2023	11:00	OFF	Мастер - класс	Изготовление открытки в технике паптероль. Паптероль – это ручное вырезание из бумаги и создание 3D изображений. Используя технику паптероль можно создать чудесные объемные картины своими руками.	Творчество	Встреча клуба	Комлева Лариса Петровна
май	27.05.2023	12:00	OFF	Йога	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченок Наталья Ивановна
май	27.05.2023	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
май	27.05.2023	12:00	OFF	Авторский проект	Уточнить тему у лидера	Развитие	Мероприятие	Антонова Ульяна Игоревна
май	27.05.2023	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
май	27.05.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
май	27.05.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
май	27.05.2023	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
май	27.05.2023	15:00	ON+OFF	Психолог и Я	Клуб "Психолог и я". Тема встречи : "_____". На встречу с квалифицированным психологом, Инной Александровной можно присоединиться в формате онлайн через видео чат в телеграмм или в мессенджерах 3 нашего центра.	ЗОЖ	Мероприятие	Мезина Инна Александровна
май	27.05.2023	15:30	OFF	Просмотр художественных фильмов.	Просмотр художественных фильмов.	Развитие	Встреча клуба	Фролов Вячеслав Ильич

май	27.05.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
май	27.05.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "Желтый трамвай"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартьянов Виктор Васильевич
май	27.05.2023	17:00	ON+OFF	Лекция - беседа	Приглашаем на лекцию - беседу с химиком - биологом, заслуженным учителем РФ Светланой Валентиновной Калыбиной.	ЗОЖ	Встреча клуба	Калыбина Светлана Валентиновна
май	27.05.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
май	27.05.2023	18:00	OFF	Встреча клуба	Гимнастика для лица. Блоки упражнений.	Развитие	Встреча клуба	Григорьянц Галина Николаевна
май	28.05.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
май	28.05.2023	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
май	28.05.2023	10:00	OFF	Танцы	репетиция клуба, занятия цыганскими танцами, подготовка к мероприятиям	Творчество	Встреча клуба	Пропова Ольга Ивановна
май	28.05.2023	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
май	28.05.2023	12:00	OFF	Клуб "Звонкий мяч"	Игра в настольный теннис, тренировка для начинающих	ЗОЖ	Мероприятие	Григорова Надежда Ивановна
май	28.05.2023	12:00	OFF	Vois - club (по предварительной записи)	Работа на координацию и ловкость на балансировочных полусферах Vois для желающих улучшить свою физическую форму. Набор в группу только с хорошей физической формой и по записи.	ЗОЖ	Встреча клуба	Белоус Татьяна Нисоновна
май	28.05.2023	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
май	28.05.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	28.05.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	28.05.2023	13:00	OFF	Встреча клуба "Вечная молодость"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казаков Сергей Владимирович
май	28.05.2023	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
май	28.05.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	28.05.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	28.05.2023	14:00	OFF	Встреча клуба "Дружба"	Тренировка по игре в шахматы. Дружеский шахматный турнир. Начало турнира в 14:00 Регистрации в 13:45	ЗОЖ	Мероприятие	Мешков Анатолий Юрьевич
май	28.05.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	28.05.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	28.05.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
май	28.05.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "КАКТУЗ"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Гниловский Андрей Николаевич
май	28.05.2023	16:30	OFF	Полезные знакомства	Тема: "...". Встречу проводит Валентин Васильевич Петров	ЗОЖ	Мероприятие	Петров Валентин Васильевич
май	28.05.2023	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
май	28.05.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Музыкальный кiosk"	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Замович
май	28.05.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
май	29.05.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
май	29.05.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будыкина Татьяна Фёдоровна
май	29.05.2023	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
май	29.05.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	29.05.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	29.05.2023	13:00	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.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
май	29.05.2023	13:30	OFF	Освой гаджет	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
май	29.05.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	29.05.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	29.05.2023	15:00	OFF	Освой гаджет	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
май	29.05.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	29.05.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	29.05.2023	15:00	OFF	Репетиция	Театральная репетиция — подготовка и создание нового спектакля. Повторение старых пьес и постановок.	Творчество	Встреча клуба	Стемпковская Галина Вячеславовна
май	29.05.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
май	29.05.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "Радуга"	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
май	29.05.2023	16:30	OFF	Освой гаджет	Помощь в освоении гаджета.	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
май	29.05.2023	17:00	OFF	Встреча клуба	Обсуждение после репетиции сложных репетиционных моментов, обмен опытом, отдых в нашем уютном кафе	ЗОЖ	Встреча клуба	Стемпковская Галина Вячеславовна
май	29.05.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич

май	29.05.2023	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
май	29.05.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Музыкальный кносок"	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Замович
май	29.05.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
май	29.05.2023	14:00	OFF	Просмотр кинофильма		Развитие	Встреча клуба	Петропавловская Нина Владимировна
май	30.05.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
май	30.05.2023	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
май	30.05.2023	11:00	ON+OFF	Онлайн путешествие	Тема ".....". Встречу проводит лидер клуба - Елена Сергеевна Дворецкая.	Развитие	Мероприятие	Дворецкая Елена Сергеевна
май	30.05.2023	11:00	OFF	Мобильный кукольный театр	Сочинение пьес, изготовление кукол-петрушек в технике папье-маше, создание домашних кукольных театров.	Творчество	Мероприятие	Землякова Галина Владимировна
май	30.05.2023	12:00	OFF	Йога	Баланс. Упражнения на координацию и равновесие с Ириной Сивцовой.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченко Наталья Ивановна
май	30.05.2023	12:00	OFF	Встреча клуба	Поэтический салон "Поэзия души". Стихи собственного сочинения. Ведущий встречи - Виктор Петрович Горяинов.	Творчество	Встреча клуба	Горяинов Виктор Петрович
май	30.05.2023	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
май	30.05.2023	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
май	30.05.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильных Елена Юрьевна
май	30.05.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
май	30.05.2023	13:00	OFF	Репетиция ансамбля "Хорошее настроение"	Репетиция ансамбля	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
май	30.05.2023	13:00	OFF	Кройка и шитье	Встреча участников клуба для самостоятельного построения выкроек и пошива.	Творчество	Встреча клуба	Любимова Анна Евгеньевна
май	30.05.2023	14:00	OFF	Просмотр фильма	Просмотр фильма	Творчество	Встреча клуба	Червонцев Александр Дмитриевич
май	30.05.2023	14:00	OFF	Встреча клуба	Тема: Встречу проводит лидер поэтического клуба - Зоя Забитовна Карлова.	Творчество	Мероприятие	Карлова Зоя Забитовна
май	30.05.2023	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
май	30.05.2023	15:00	OFF	Игра на гитаре	Игра на гитаре, разучивание новых композиций и мелодий.	Творчество	Встреча клуба	Леонова Наталья Владимировна
май	30.05.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Игры в настольный теннис для любого уровня подготовки	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
май	30.05.2023	16:00	OFF	встреча клуба "Умные шашки"	Настольная игра в шашки	ЗОЖ	Мероприятие	Шаргородский Марк Борисович
май	30.05.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "Желтый трамвай"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартьянов Виктор Васильевич
май	30.05.2023	17:00	OFF	ОФП	ОФП с небольшой нагрузкой. Общий комплекс для всего организма: для глаз, ушей, памяти	ЗОЖ	Мероприятие	Короткова Галина Николаевна
май	30.05.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
май	30.05.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Вечная молодость"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казаков Сергей Владимирович
май	30.05.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
май	31.05.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
май	31.05.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будыкина Татьяна Фёдоровна
май	31.05.2023	10:00	OFF	Встреча клуба	Делаем цветок-брошь из атласных лент в японской технике "Канзаши".	Творчество	Встреча клуба	Голобурда Антонина Ивановна
май	31.05.2023	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.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
май	31.05.2023	11:00	OFF	Школа гаджет 55+	Помощь в освоении гаджета, видеоуроки на большом экране	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
май	31.05.2023	12:00	OFF	Репетиция	Постановка и репетиция танцев разных направлений под любимые мелодии. Танцуем для души и от души!	ЗОЖ	Мероприятие	Иноземцева Людмила Георгиевна
май	31.05.2023	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
май	31.05.2023	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
май	31.05.2023	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 Левницкая	ЗОЖ	Встреча клуба	Левницкая Дина Сагитовна
май	31.05.2023	12:30	OFF	Просмотр видеоспектакля		Развитие	Встреча клуба	Петропавловская Нина Владимировна
май	31.05.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	31.05.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович

май	31.05.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
май	31.05.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	31.05.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	31.05.2023	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
май	31.05.2023	14:30	OFF	Просмотр видео	Просмотр видеоспектаклей, балетов, фильмов по заявкам	Развитие	Встреча клуба	Рослова Татьяна Викторовна
май	31.05.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	31.05.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
май	31.05.2023	15:00	OFF	Репетиция	Театральная репетиция — подготовка и создание нового спектакля. Повторение старых пьес и постановок.	Творчество	Встреча клуба	Стемпковская Галина Вячеславовна
май	31.05.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
май	31.05.2023	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
май	31.05.2023	17:00	OFF	Встреча клуба	Обсуждение после репетиции сложных репетиционных моментов, обмен опытом, отдых в нашем уютном кафе	ЗОЖ	Встреча клуба	Стемпковская Галина Вячеславовна
май	31.05.2023	18:00	ON	"Практическая психология"	Мастер-класс "Практическая психология".	ЗОЖ	Мероприятие	Слепов Александр Григорьевич
май	31.05.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
май	31.05.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Музыкальный киоск"	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Зямович
май	31.05.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Радуга"	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
май	31.05.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна