

Анонс встреч клубов и мероприятий на май 2023 года

ЦМД "Куркино"

ГБУ ТЦСО "Тушино"

№ п/п	Наименование мероприятия	Вид	Дата проведения	Краткое описание мероприятия	ФИО организатора мероприятия	Формат мероприятия
1	Подготовка	Творчество	01.05.2023	Собираем фото для "Бессмертного полка"	Храмов Николай Павлович	OFF
2	Зарядка	ЗОЖ	01.05.2023	ЛФК зарядка	Кузнецов Александр Анатольевич	OFF
3	Кулинарный мастер-класс	Развитие	01.05.2023	Приготовление блюд	Багаева Тамара Алексеевна	OFF
4	Занятие на тренажерах	ЗОЖ	01.05.2023	Ходьба на беговой дорожке, выполнение элементов на эллипсоидном тренажере	Храмов Николай Павлович	OFF
5	Кулинария	ЗОЖ	01.05.2023	Встреча клуба по кулинарии Вкус жизни	Багаева Тамара Алексеевна	OFF
6	Комнатные растения	Творчество	01.05.2023	В ЦМД можно принести отростки растений и поменяться. Приносите листья фиалки, алоэ если пора их обрезать. Кто-то возьмет с удовольствием и вырастит новое комнатное растение себе и вам на радость.	Багаева Тамара Алексеевна	OFF
7	Теннис	ЗОЖ	01.05.2023	Игра в настольный теннис	Скапишев Сергей Александрович	OFF
8	Медитация	ЗОЖ	01.05.2023	Важная часть нашей жизни - здоровый сон, которому помогает умение расслабляться и отпускать напряжение, скопившееся в течении дня. Вы начнете высыпаться, восстанавливаться, и у вас появятся новые силы для новых свершений!	Каштанова Елена Михайловна	ON
9	Поделки	Творчество	02.05.2023	Встреча клуба по декупажу.	Калинина Галина Геннадьевна	OFF
10	экскурсия	Развитие	02.05.2023	Экскурсия в музей минералов	Шгельвах Евгения Андреевна	OFF
11	Лекция от психолога	ЗОЖ	02.05.2023	Лекции от психолога Московского центра психологической помощи населению. Метафорические карты. Разбор жизненных ситуаций.	Румянцева Мария Олеговна	OFF
12	Зумба	ЗОЖ	02.05.2023	Танцуем и худеем под видеоуроки.	Врандуполо Елена Дмитриевна	OFF
13	Чаепитие	ЗОЖ	02.05.2023	Пьем чай, общаемся	Багаева Тамара Алексеевна	OFF
14	экскурсия	Развитие	02.05.2023	Экскурсия в музей минералов. Вторая группа	Шгельвах Евгения Андреевна	OFF

15	Медитация	ЗОЖ	02.05.2023	Важная часть нашей жизни - здоровый сон, которому помогает умение расслабляться и отпускать напряжение, скопившееся в течении дня. Вы начнете высыпаться, восстанавливаться, и у вас появятся новые силы для новых свершений!	Каштанова Елена Михайловна	ON
16	Фейсфитнес	ЗОЖ	03.05.2023	тренировки для лица, а целый комплекс упражнений,	Степанян Марьяна Миграновна	ON
17	Хор	Творчество	03.05.2023	Встреча участников хора для репетиции.	Дмитриева Лариса Петровна	OFF
18	Хор	Творчество	03.05.2023	Индивидуальная репетиция	Дмитриева Лариса Петровна	OFF
19	Мастер-класс	Творчество	03.05.2023	Создание объемной открытки	Ладыгина Антонида Григорьевна	OFF
20	Кулинария	ЗОЖ	03.05.2023	Встреча клуба по кулинарии Вкус жизни	Багаева Тамара Алексеевна	OFF
21	Репетиция театрального клуба	Творчество	03.05.2023	Репетиция музыкально-танцевально-фантазийного спектакля по мотивам произведения А.С. Пушкина "Сказка о рыбаке и рыбке".	Алексеева Валентина Константиновна	OFF
22	Рисование	Творчество	03.05.2023	Рисуем с профессиональным художником. Начнем с простого: ромашки, капельки.	Салькова Ольга Алексеевна	OFF
23	Мастер-класс "Сценическая речь"	Развитие	03.05.2023	артикуляции, выразительности и актёрскому мастерству	Валентина Константиновна	OFF
24	Танец с платками	Творчество	03.05.2023	Репетиция танцев: с платками	Молькова Елена Владимировна	OFF
25	Смотрим фильм	Творчество	03.05.2023	Смотрим фильм "Мама Мафия". Простая американская домохозяйка Кристин попадает в водоворот опасностей и страстей, когда выясняется, что итальянский дедушка оставил ей в наследство...свою мафиозную империю. Под руководством советницы	Хайбулина Виля Талгатовна	OFF
26	Теннис	ЗОЖ	03.05.2023	Играем в теннис на нашем новом теннисном столе	Красилова Людмила Афанасьевна	OFF
27	Мастер-класс	Творчество	03.05.2023	Выставка работ новой участницы.	Омельницкая Надежда Григорьевна	OFF
28	Теннис	ЗОЖ	03.05.2023	Игра в настольный теннис	Скапишев Сергей Александрович	OFF
29	Медитация	ЗОЖ	03.05.2023	Важная часть нашей жизни - здоровый сон, которому помогает умение расслабляться и отпускать напряжение, скопившееся в течении дня. Вы начнете высыпаться, восстанавливаться, и у вас появятся новые силы для новых свершений!	Каштанова Елена Михайловна	ON
30	Экскурсия	Развитие	04.05.2023	Экскурсия участников в Воскресенский Ново-Иерусалимский монастырь	Кравцова Ольга Владимировна	OFF
31	Дыхательная гимнастика	ЗОЖ	04.05.2023	Дыхательная гимнастика по методике А.Н. Стрельниковой	Каштанова Елена Михайловна	ON

32	Фейсфитнес	ЗОЖ	04.05.2023	Фейсфитнес - это не просто тренировки для лица, а целый комплекс упражнений, направленных на укрепление мышц, улучшение кровообращения и омоложение кожи.	Саргсян Аракся Тадевосовна	ON
33	Игра в шахматы	Развитие	04.05.2023	Приглашаем всех любителей настольной логической игры присоединиться к партии в шахматы.	Каменецкий Владимир Лазаревич	OFF
34	Теннис	ЗОЖ	04.05.2023	Игра в настольный теннис	Скапишев Сергей Александрович	OFF
35	Поделки	Творчество	04.05.2023	Встреча клуба по декупажу.	Калинина Галина Геннадьевна	OFF
36	Лекция	Развитие	04.05.2023	Строение и особенности мозга человека и приматов. Развитие мышления, начиная от раннего и до зрелого возраста. Как продлить и сохранить работоспособность нашего сознания. Причина раздражения у взрослых от решения детских школьных задач. Чтение басен по ролям и лицедейство, это маразм? Вовсе нет это спасение от Альцгеймера.	Никулин-Николаев Андрей Станиславович	OFF
37	Комнатные растения	Творчество	04.05.2023	В ЦМД можно принести отростки растений и поменяться. Приносите листья фиалки, алоэ если пора их обрезать. Кто-то возьмет с удовольствием и вырастит новое комнатное растение себе и вам на радость.	Хайбулина Виля Талгатовна	OFF
38	Чашепитие	ЗОЖ	04.05.2023	Пьем чай, общаемся	Багаева Тамара Алексеевна	OFF
39	Смотрим фильм	Творчество	04.05.2023	Смотрим фильм вместе.	Хайбулина Виля Талгатовна	OFF
40	Медитация	ЗОЖ	04.05.2023	Важная часть нашей жизни - здоровый сон, которому помогает умение расслабляться и отпускать напряжение, скопившееся в течении дня. Вы начнете высыпаться, восстанавливаться, и у вас появятся новые силы для новых свершений!	Каштанова Елена Михайловна	ON
41	Экскурсия	Развитие	05.05.2023	Экскурсия участников в усадьбу "Середниково"	Кравцова Ольга Владимировна	OFF
42	Фейсфитнес	ЗОЖ	05.05.2023	Фейсфитнес - это не просто тренировки для лица, а целый комплекс упражнений, направленных на укрепление мышц, улучшение кровообращения и омоложение кожи.	Саргсян Аракся Тадевосовна	ON
43	Теннис для начинающих	ЗОЖ	05.05.2023	Клуб "Теннис для начинающих" - это отличная возможность для тех, кто хочет поиграть в настольный теннис, несмотря на слабый уровень подготовки.	Красилова Людмила Афанасьевна	OFF

44	Йога	ЗОЖ	05.05.2023	Это прекрасный способ поддерживать здоровье и физическую форму, а также наслаждаться практикой йоги в приятной компании. Здесь используются специальные	Фролов Иван Валерьевич	OFF
45	Экскурсия	Развитие	05.05.2023	Поездка в Музей-заповедник Архангельское	Фролов Иван Валерьевич	OFF
46	Вязание крючком	Творчество	05.05.2023	Вяжем крючком вместе. Любимое хобби.	Полякова Татьяна Григорьевна	OFF
47	Медитация	ЗОЖ	05.05.2023	Важная часть нашей жизни - здоровый сон, которому помогает умение расслабляться и отпускать напряжение, скопившееся в течении дня. Вы начнете высыпаться, восстанавливаться, и у вас появятся новые силы для новых свершений!	Каштанова Елена Михайловна	ON
48	Дыхательная гимнастика	ЗОЖ	06.05.2023	Дыхательная гимнастика по методике А.Н. Стрельниковой	Каштанова Елена Михайловна	ON
49	Теннис	ЗОЖ	06.05.2023	Игра в настольный теннис	Скапишев Сергей Александрович	OFF
50	Игра в шахматы	Развитие	06.05.2023	Приглашаем всех любителей настольной логической игры присоединиться к партии в шахматы.	Каменецкий Владимир Лазаревич	OFF
51	Обучение	ЗОЖ	06.05.2023	Клуб любителей танцев ждет всех, кто любит танцевать на очередную субботнюю встречу.	Врандуполо Елена Дмитриевна	OFF
52	Выставка	Творчество	06.05.2023	Выставка фотографий Бессмертный полк	Ладыгина Антониды Григорьевна	OFF
53	Чаепитие	ЗОЖ	06.05.2023	Пьем чай, общаемся	Багаева Тамара Алексеевна	OFF
54	Смотрим фильм	Творчество	06.05.2023	Смотрим фильм "Нюрнберг".	Хайбулина Вилия Талгатовна	OFF
55	Медитация	ЗОЖ	06.05.2023	Важная часть нашей жизни - здоровый сон, которому помогает умение расслабляться и отпускать напряжение, скопившееся в течении дня. Вы начнете высыпаться, восстанавливаться, и у вас появятся новые силы для новых свершений!	Каштанова Елена Михайловна	ON
56	Психология	Развитие	07.05.2023	Йога СМЕХА- это уникальная оздоровительная методика-включает в себя игротерапию, смехотерапию и дыхательные упражнения! Представляете! Можно натренировать свой Мозг - радоваться!	Ким Любовь Александровна	ON
57	Поделки	Творчество	07.05.2023	Встреча клуба по декупажу.	Калинина Галина Геннадьевна	OFF
58	Репетиция постановки "Не люблю, не слушай"	Творчество	07.05.2023	Участники театральной студии соберутся, чтобы прорепетировать основные моменты спектакля	Захарова Татьяна Владимировна	OFF
59	Теннис	ЗОЖ	07.05.2023	Играем в теннис на нашем новом теннисном столе	Красилова Людмила Афанасьевна	OFF

60	Занятие на тренажерах	ЗОЖ	07.05.2023	Ходьба на беговой дорожке, выполнение элементов на эллипсоидном тренажере	Храмов Николай Павлович	OFF
61	Скандинавская ходьба	ЗОЖ	07.05.2023	Скандинавская ходьба	Храмов Николай Павлович	OFF
62	Выставка "Бессмертный полк"	Развитие	07.05.2023	Участники проекта знакомятся фотографиями героев ВОВ	Захарова Татьяна Владимировна	OFF
63	Премьера театральной постановки "Не любо, не слушай"	Творчество	07.05.2023	Спектакль по сказкам А.Г. Писахова	Захарова Татьяна Владимировна	OFF
64	Выставка	Творчество	07.05.2023	Выставка фотографий Бессмертный полк	Ладыгина Антониды Григорьевны Хайбулина	OFF
65	Смотрим фильм	Творчество	07.05.2023	Смотрим фильм вместе.	Вилия Талгатовна	OFF
66	Чаепитие	ЗОЖ	07.05.2023	Пьем чай, общаемся	Захарова Татьяна Владимировна	OFF
67	Теннис	ЗОЖ	07.05.2023	Игра в настольный теннис	Скапишев Сергей Александрович	OFF
68	Теннис	ЗОЖ	07.05.2023	Играем в теннис на нашем новом теннисном столе	Пак Надежда Алексеевна	OFF
69	Медитация	ЗОЖ	07.05.2023	Важная часть нашей жизни - здоровый сон, которому помогает умение расслабляться и отпускать напряжение, скопившееся в течении дня. Вы начнете высыпаться, восстанавливаться, и у вас появятся новые силы для новых свершений!	Каштанова Елена Михайловна	ON
70	Хор	Творчество	08.05.2023	Встреча участников хора для репетиции.	Дмитриева Лариса Петровна	OFF
71	Концерт "Хорошее настроение"	Творчество	08.05.2023	Участники клуба "Хорошее настроение" выступят с программой посвященной 78	Назарова Наталья Радиевна	OFF
72	Концерт "Моя страна - моя Родина"	Творчество	08.05.2023	Праздничный концерт посвященный 78-ой годовщине Победы в ВОВ, в котором примут участие творческие клубы ЦМД "Куркино" и приглашенные артисты из ведущего творческого коллектива столицы	Красилова Людмила Афанасьевна	OFF
73	Чаепитие участников клуба "Хорошее настроение"	ЗОЖ	08.05.2023	Пьем чай, общаемся	Назарова Наталья Радиевна	OFF
74	Комнатные растения	Творчество	08.05.2023	В ЦМД можно принести отростки растений и поменяться. Приносите листья фиалки, алоэ если пора их обрезать. Кто-то возьмет с удовольствием и вырастит новое комнатное растение себе и вам на радость.	Хайбулина Вилия Талгатовна	OFF
75	Кулинария	ЗОЖ	08.05.2023	Встреча клуба по кулинарии Вкус жизни	Багаева Тамара Алексеевна	OFF
76	Чаепитие	ЗОЖ	08.05.2023	Пьем чай, общаемся	Багаева Тамара Алексеевна	OFF

77	Концерт "Победный май"	Творчество	08.05.2023	Концертная программа с участием творческого коллектива "Хорошее настроение", посвященная 78-ой годовщине Победы в ВОВ	Назарова Наталья Радиевна	OFF
78	Комнатные растения	Творчество	08.05.2023	В ЦМД можно принести отростки растений и поменяться. Принесите листья фиалки, алоэ если пора их обрезать. Кто-то возьмет с удовольствием и вырастит новое комнатное растение себе и вам на радость.	Багаева Тамара Алексеевна	OFF
79	Смотрим фильм	Творчество	08.05.2023	Смотрим фильм вместе.	Хайбулина Виляя Талгатовна	OFF
80	Смотрим фильм	Творчество	08.05.2023	Смотрим коронацию Карла 2, обсуждаем наряды.	Хайбулина Виляя Талгатовна	OFF
81	Теннис	ЗОЖ	08.05.2023	Игра в настольный теннис	Пак Надежда Алексеевна	OFF
82	Медитация	ЗОЖ	08.05.2023	Важная часть нашей жизни - здоровый сон, которому помогает умение расслабляться и отпускать напряжение, скопившееся в течении дня. Вы начнете высыпаться, восстанавливаться, и у вас появятся новые силы для новых свершений!	Каштанова Елена Михайловна	ON
83	Выставка	Творчество	08.05.2023	Выставка фотографий Бессмертный полк	Ладыгина Антонида Геннадьевна	OFF
84	Нейрофитнес для мозга	ЗОЖ	09.05.2023	Нейрофитнес для мозга. Приходите на пальчиковую гимнастику для здоровья мозга.	Рыкова Наиля Тагирьяновна	OFF
85	Кулинария	ЗОЖ	09.05.2023	Встреча клуба по кулинарии Вкус жизни	Багаева Тамара Алексеевна	OFF
86	Лекция о ЗОЖ-питании	ЗОЖ	09.05.2023	Тема: "Красота как образ жизни" Вспомним законы здоровья. Поговорим о питании для сохранения здоровья и красоты.	Титова Ирина Борисовна	OFF
87	Теннис для начинающих	ЗОЖ	09.05.2023	Клуб "Теннис для начинающих" - это отличная возможность для тех, кто хочет поиграть в настольный теннис, несмотря на слабый уровень подготовки.	Красилова Людмила Афанасьевна	OFF
88	Дегустация	ЗОЖ	09.05.2023	Пробуем очередное блюдо из меню рационального питания	Титова Ирина Борисовна	OFF
89	Смотрим фильм	Творчество	09.05.2023	Смотрим фильм вместе.	Хайбулина Виляя Талгатовна	OFF
90	Медитация	ЗОЖ	09.05.2023	Важная часть нашей жизни - здоровый сон, которому помогает умение расслабляться	Каштанова Елена Михайловна	ON

91	Фейсфитнес	ЗОЖ	10.05.2023	Фейсфитнес - это не просто тренировки для лица, а целый комплекс упражнений, направленных на укрепление мышц, улучшение кровообращения и омоложение кожи.	Саргсян Аракся Тадевосовна	ON
92	Поделки	Творчество	10.05.2023	Встреча клуба по декупажу.	Калинина Галина Геннадьевна	OFF
93	Хор	Творчество	10.05.2023	Встреча участников хора для репетиции.	Дмитриева Лариса Петровна	OFF
94	Мастер-класс "Сценическая речь"	Творчество	10.05.2023	Выполнение упражнений по артикуляции, выразительности и актёрскому мастерству	Захарова Татьяна Владимировна	OFF
95	Нейрофитнес для мозга	ЗОЖ	10.05.2023	Нейрофитнес для мозга. Приходите на пальчиковую гимнастику для здоровья мозга.	Рыкова Наиля Тагирьяновна	OFF
96	Встреча театрального клуба	Творчество	10.05.2023	Репетиция нового репертуара	Захарова Татьяна Владимировна	OFF
97	Задачки для ума	Развитие	10.05.2023	Решаем сканворды и другие задачки для ума. Сегодня решали развели головоломку на части.	Иванова Лидия Николаевна	OFF
98	Репетиция театрального клуба	Творчество	10.05.2023	Репетиция музыкально-танцевально-фантазийного спектакля по мотивам произведения А.С. Пушкина "Сказка о рыбаке и рыбке".	Алексеева Валентина Константиновна	OFF
99	Чашепитие	ЗОЖ	10.05.2023	Пьем чай, общаемся	Калинина Галина Геннадьевна	OFF
100	Мастер-класс "Сценическая речь"	Развитие	10.05.2023	Выполнение упражнений по артикуляции, выразительности и актёрскому мастерству	Алексеева Валентина Константиновна	OFF
101	Теннис	ЗОЖ	10.05.2023	Играем в теннис на нашем новом теннисном столе	Пак Надежда Алексеевна	OFF
102	Кулинарный МК	ЗОЖ	10.05.2023	Подготовка к кулинарному МК	Нигматова Галина Васильевна	OFF
103	Комнатные растения	Творчество	10.05.2023	В ЦМД можно принести отростки растений и поменяться. Приносите листья фиалки, алоэ если пора их обрезать. Кто-то возьмет с удовольствием и вырастит новое комнатное растение себе и вам на радость.	Багаева Тамара Алексеевна	OFF
104	Смотрим фильм	Творчество	10.05.2023	Смотрим фильм "Нюрнберг".	Хайбулина Виляя Талгатовна	OFF
105	Теннис	ЗОЖ	10.05.2023	Игра в настольный теннис	Скапишев Сергей Александрович	OFF
106	Лекция	Развитие	10.05.2023	Обучаем, поддерживаем и помогаем преодолеть жизненные трудности.	Слепов Александр Григорьевич	ON
107	Медитация	ЗОЖ	10.05.2023	Важная часть нашей жизни - здоровый сон, которому помогает умение расслабляться и отпускать напряжение, скопившееся в течении дня. Вы начнете высыпаться, восстанавливаться, и у вас появятся новые силы для новых свершений!	Каштанова Елена Михайловна	ON
108	Дыхательная гимнастика	ЗОЖ	11.05.2023	Дыхательная гимнастика по методике А.Н. Стрельниковой	Каштанова Елена Михайловна	ON

109	Лекция	Развитие	11.05.2023	Строение и особенности мозга человека и приматов. Развитие мышления, начиная от раннего и до зрелого возраста. Как продлить и сохранить работоспособность нашего сознания. Причина раздражения у взрослых от решения детских школьных задач. Чтение басен по ролям и лицедейство, это маразм? Вовсе нет это спасение от Альцгеймера.	Никулин-Николаев Андрей Станиславович	OFF
110	Чашепитие	ЗОЖ	11.05.2023	Пьем чай, общаемся	Багаева Тамара Алексеевна	OFF
111	Теннис для начинающих	ЗОЖ	11.05.2023	Клуб "Теннис для начинающих" - это отличная возможность для тех, кто хочет	Красилова Людмила Александровна	OFF
112	Медитация	ЗОЖ	11.05.2023	Важная часть нашей жизни - здоровый сон, которому помогает умение расслабляться и отпускать напряжение, скопившееся в течении дня. Вы начнете высыпаться, восстанавливаться, и у вас появятся новые силы для новых свершений!	Каштанова Елена Михайловна	ON
113	Фейсфитнес	ЗОЖ	12.05.2023	Фейсфитнес - это не просто тренировки для лица, а целый комплекс упражнений, направленных на укрепление мышц, улучшение кровообращения и омоложение кожи.	Саргсян Аракся Тадевосовна	ON
114	Поделки	Творчество	12.05.2023	Встреча клуба по декупажу.	Калинина Галина Геннадьевна	OFF
115	Репетиция театрального клуба	Творчество	12.05.2023	Репетиция музыкально-танцевально-фантазийного спектакля по мотивам произведения А.С. Пушкина "Сказка о рыбаке и рыбке".	Алексеева Валентина Константиновна	OFF
116	Мастер-класс	Творчество	12.05.2023	Создание объемной открытки	Ладыгина Антонида Григорьевна	OFF
117	Кулинария	ЗОЖ	12.05.2023	Встреча клуба по кулинарии Вкус жизни	Багаева Тамара Алексеевна	OFF

118	Лекция по геронтологии.	Развитие	12.05.2023	Тема лекции: Здоровое старение - что это значит Лекцию из цикла, разработанного специально для пенсионеров и людей предпенсионного возраста, прочитает Рунихина Надежда Константиновна, д.м.н., профессор, главный внештатный специалист-гериатр Департамента здравоохранения г. Москвы.	Рунихина Надежда Константиновна	OFF
119	Вязание крючком	Творчество	12.05.2023	Вяжем крючком вместе. Любимое хобби.	Полякова Татьяна Григорьевна	OFF
120	Медитация	ЗОЖ	12.05.2023	Важная часть нашей жизни - здоровый сон, которому помогает умение расслабляться и отпускать напряжение, скопившееся в течении дня. Вы начнете высыпаться, восстанавливаться, и у вас появятся новые силы для новых свершений!	Каштанова Елена Михайловна	ON
121	Дыхательная гимнастика	ЗОЖ	13.05.2023	Дыхательная гимнастика по методике А.Н. Стрельниковой	Каштанова Елена Михайловна	ON
122	Игра в шахматы	Развитие	13.05.2023	Приглашаем всех любителей настольной логической игры присоединиться к партии в шахматы.	Каменецкий Владимир Лазаревич	OFF
123	Обучение	ЗОЖ	13.05.2023	Клуб любителей танцев ждет всех, кто любит танцевать на очередную субботнюю встречу.	Врандуполо Елена Дмитриевна	OFF
124	Теннис	ЗОЖ	13.05.2023	Игра в настольный теннис	Пак Александр Михайлович	OFF
125	Медитация	ЗОЖ	13.05.2023	Важная часть нашей жизни - здоровый сон, которому помогает умение расслабляться	Каштанова Елена Михайловна	ON
126	Психология	Развитие	14.05.2023	Йога СМЕХА- это уникальная оздоровительная методика- включает в себя игротерапию, смехотерапию и дыхательные упражнения! Представляете! Можно натренировать свой Мозг - радоваться!	Ким Любовь Александровна	ON
127	Поделки	Творчество	14.05.2023	Встреча клуба по декупажу.	Калинина Галина Геннадьевна	OFF
128	Смотрим фильм	Творчество	14.05.2023	Смотрим фильм "Нюрнберг".	Хайбулина Вилия Талгатовна	OFF
129	Смотрим фильм	Творчество	14.05.2023	Смотрим фильм "Девятаев".	Хайбулина Вилия Талгатовна	OFF
130	Теннис	ЗОЖ	14.05.2023	Игра в настольный теннис	Скапишев Сергей Александрович	OFF

131	Медитация	ЗОЖ	14.05.2023	Важная часть нашей жизни - здоровый сон, которому помогает умение расслабляться и отпускать напряжение, скопившееся в течении дня. Вы начнете высыпаться, восстанавливаться, и у вас появятся новые силы для новых свершений!	Каштанова Елена Михайловна	ON
132	Фейсфитнес	ЗОЖ	15.05.2023	Фейсфитнес - это не просто тренировки для лица, а целый комплекс упражнений,	Саргсян Аракся Тадевосовна	ON
133	Теннис для начинающих	ЗОЖ	15.05.2023	Клуб "Теннис для начинающих" - это отличная возможность для тех, кто хочет поиграть в настольный теннис, несмотря на слабый уровень подготовки.	Красилова Людмила Афанасьевна	OFF
134	Хор	Творчество	15.05.2023	Встреча участников хора для репетиции.	Дмитриева Лариса Петровна	OFF
135	Хор	Творчество	15.05.2023	Встреча участников хора для индивидуальной репетиции.	Дмитриева Лариса Петровна	OFF
136	Чаепитие	ЗОЖ	15.05.2023	Пьем чай, общаемся	Багаева Тамара Алексеевна	OFF
137	Арт-терапия	ЗОЖ	15.05.2023	Сегодняшняя арт-терапия будет посвящена терапии через киноискусство. Смотрим, обсуждаем фильм "Я буду жить" от режиссера Эдуарда Бордукова.	Черноморец Вероника Николаевна	OFF
138	Занятие на тренажерах	ЗОЖ	15.05.2023	Ходьба на беговой дорожке, выполнение элементов на эллипсоидном тренажере	Храмов Николай Павлович	OFF
139	Освой гаджет	Развитие	15.05.2023	Участники освают приложение при помощи которого можно настраивать музыкальный инструмент	Дмитриева Лариса Петровна	OFF
140	Кулинария	ЗОЖ	15.05.2023	Встреча клуба по кулинарии Вкус жизни	Багаева Тамара Алексеевна	OFF
141	Гимнастика Стрельниковой	ЗОЖ	15.05.2023	Мастер-класс по гимнастике дыхания по методу Стрельниковой.	Пилат Лариса Фёдоровна	OFF
142	Чаепитие	ЗОЖ	15.05.2023	Пьем чай, общаемся	Багаева Тамара Алексеевна	OFF
143	Арт-терапия	ЗОЖ	15.05.2023	Обсуждаем фильм "Я буду жить" от режиссера Эдуарда Бордукова за чаепитием.	Черноморец Вероника Николаевна	OFF
144	Репетиция театрального клуба	Творчество	15.05.2023	Репетиция музыкально-танцевально-фантазийного спектакля по мотивам произведения А.С. Пушкина "Сказка о рыбаке и рыбке".	Алексеева Валентина Константиновна	OFF
145	Мастер-класс "Сценическая речь"	Развитие	15.05.2023	Выполнение упражнений по артикуляции, выразительности и актёрскому мастерству	Алексеева Валентина Константиновна	OFF
146	Комнатные растения	Творчество	15.05.2023	В ЦМД можно принести отростки растений и поменяться. Приносите листья фиалки, алоэ если пора их обрезать. Кто-то возьмет с удовольствием и вырастит новое комнатное растение себе и вам на радость.	Багаева Тамара Алексеевна	OFF
147	Танцевальный мастер-класс	Творчество	15.05.2023	Выполнение хореографических элементов под музыку	Алексеева Валентина Константиновна	OFF

148	Церковный хор	Развитие	15.05.2023	Репетиция хора.	Крохмаль Татьяна Викторовна	OFF
149	Музыкальная гостиная	Творчество	15.05.2023	Исполнение на фортепиано мелодий участниками проекта	Ладыгина Антонида Григорьевна	OFF
150	Медитация	ЗОЖ	15.05.2023	Важная часть нашей жизни - здоровый сон, которому помогает умение расслабляться и отпускать напряжение, скопившееся в течении дня. Вы начнете высыпаться, восстанавливаться, и у вас появятся новые силы для новых свершений!	Каштанова Елена Михайловна	ON
151	Фейсфитнес	ЗОЖ	16.05.2023	Фейсфитнес - это не просто тренировки для лица, а целый комплекс упражнений, направленных на укрепление мышц, улучшение кровообращения и омоложение кожи.	Саргсян Аракся Тадевосовна	ON
152	Теннис для начинающих	ЗОЖ	16.05.2023	Клуб "Теннис для начинающих" - это отличная возможность для тех, кто хочет поиграть в настольный теннис, несмотря на слабый уровень подготовки.	Красилова Людмила Афанасьевна	OFF
153	Поделки	Творчество	16.05.2023	Встреча клуба по декупажу.	Калинина Галина Геннадьевна	OFF
154	Хор	Творчество	16.05.2023	Дыхательная гимнастика по методике А.Н. Стрельниковой	Дмитриева Лариса Петровна	OFF
155	Лекции по психологии	ЗОЖ	16.05.2023	Метафорические карты	Румянцева Мария Олеговна	OFF
156	Нейрофитнес для мозга	ЗОЖ	16.05.2023	Нейрофитнес для мозга. Приходите на пальчиковую гимнастику для здоровья мозга.	Рыкова Наиля Тагирьяновна	OFF
157	Лекция о ЗОЖ-питании	ЗОЖ	16.05.2023	Тема: "Красота как образ жизни" Вспомним законы здоровья. Поговорим о питании для сохранения здоровья и красоты.	Титова Ирина Борисовна	OFF
158	Мастер-класс	Творчество	16.05.2023	Выставка работ новой участницы.	Омельницкая Надежда Григорьевна	OFF
159	Комнатные растения	Творчество	16.05.2023	В ЦМД можно принести отростки растений и поменяться. Приносите листья фиалки, алоэ если пора их обрезать. Кто-то возьмет с удовольствием и вырастит новое комнатное растение себе и вам на радость.	Багаева Тамара Алексеевна	OFF
160	Дегустация	ЗОЖ	16.05.2023	Пробуем очередное блюдо из меню рационального питания	Титова Ирина Борисовна	OFF
161	Музыкальная гостиная	Творчество	16.05.2023	Исполнение на фортепиано мелодий участниками проекта	Захарова Татьяна Владимировна	OFF
162	Встреча театрального клуба	Творчество	16.05.2023	Репетиция нового репертуара	Захарова Татьяна Владимировна	OFF
163	Танцевальный мастер-класс	Творчество	16.05.2023	Выполнение хореографических элементов русского народного танца	Захарова Татьяна Владимировна	OFF

164	Медитация	ЗОЖ	16.05.2023	Важная часть нашей жизни - здоровый сон, которому помогает умение расслабляться и отпускать напряжение, скопившееся в течении дня. Вы начнете высыпаться, восстанавливаться, и у вас появятся новые силы для новых свершений!	Каштанова Елена Михайловна	ON
165	Фейсфитнес	ЗОЖ	17.05.2023	Фейсфитнес - это не просто тренировки для лица, а целый комплекс упражнений, направленных на укрепление мышц, улучшение кровообращения и омоложение кожи.	Саргсян Аракся Тадевосовна	ON
166	Теннис для начинающих	ЗОЖ	17.05.2023	Клуб "Теннис для начинающих" - это отличная возможность для тех, кто хочет поиграть в настольный теннис, несмотря на слабый уровень подготовки.	Красилова Людмила Афанасьевна	OFF
167	Поделки	Творчество	17.05.2023	Встреча клуба по декупажу.	Калинина Галина Геннадьевна	OFF
168	Хор	Творчество	17.05.2023	Дыхательная гимнастика по методике А.Н. Стрельниковой	Дмитриева Лариса Петровна	OFF
169	Хор	Творчество	17.05.2023	Лекция по технике пения	Дмитриева Лариса Петровна	OFF
170	Хор	Творчество	17.05.2023	Встреча участников хора для репетиции.	Дмитриева Лариса Петровна	OFF
171	Чашепитие	ЗОЖ	17.05.2023	Пьем чай, общаемся	Багаева Тамара Алексеевна	OFF
172	Мастер-класс	Творчество	17.05.2023	Создание объемной открытки	Ладыгина Антонида Григорьевна	OFF
173	Репетиция театрального клуба	Творчество	17.05.2023	Репетиция музыкально-танцевально-фантазийного спектакля по мотивам произведения А.С. Пушкина "Сказка о рыбаке и рыбке".	Алексеева Валентина Константиновна	OFF
174	Танцевальный мастер-класс	Творчество	17.05.2023	Выполнение хореографических элементов под музыку	Алексеева Валентина Константиновна	OFF
175	Комнатные растения	Творчество	17.05.2023	В ЦМД можно принести отростки растений и поменяться. Приносите листья фиалки, алоэ если пора их обрезать. Кто-то возьмет с удовольствием и вырастит новое комнатное растение себе и вам на радость.	Багаева Тамара Алексеевна	OFF
176	Мастер-класс "Сценическая речь"	Развитие	17.05.2023	Выполнение упражнений по артикуляции, выразительности и актёрскому мастерству	Алексеева Валентина Константиновна	OFF
177	Медитация	ЗОЖ	17.05.2023	Важная часть нашей жизни - здоровый сон, которому помогает умение расслабляться и отпускать напряжение, скопившееся в течении дня. Вы начнете высыпаться, восстанавливаться, и у вас появятся новые силы для новых свершений!	Каштанова Елена Михайловна	ON

178	Дыхательная гимнастика	ЗОЖ	18.05.2023	Дыхательная гимнастика по методике А.Н. Стрельниковой	Каштанова Елена Михайловна	ON
179	Фейсфитнес	ЗОЖ	18.05.2023	тренировки для лица, а целый комплекс упражнений,	Саргсян Аракся Тадевосовна	ON
180	Теннис для начинающих	ЗОЖ	18.05.2023	Клуб "Теннис для начинающих" - это отличная возможность для тех, кто хочет поиграть в настольный теннис, несмотря на слабый уровень подготовки.	Красилова Людмила Афанасьевна	OFF
181	Поделки	Творчество	18.05.2023	Встреча клуба по декупажу.	Калинина Галина Геннадьевна	OFF
182	Игра в шахматы	Развитие	18.05.2023	Приглашаем всех любителей настольной логической игры присоединиться к партии в	Каменецкий Владимир Павлович	OFF
183	Школа здоровья	ЗОЖ	18.05.2023	Лекция врача ГП 219 ДЗМ	ГБУ МСЦ	OFF
184	Встреча театрального клуба	Творчество	18.05.2023	Репетиция нового репертуара	Захарова Татьяна Владимировна	OFF
185	Чаепитие	ЗОЖ	18.05.2023	Пьем чай, общаемся	Багаева Тамара Алексеевна	OFF
186	Танцевальный мастер-класс	Творчество	18.05.2023	Выполнение хореографических элементов русского народного танца	Захарова Татьяна Владимировна	OFF
187	Комнатные растения	Творчество	18.05.2023	В ЦМД можно принести отростки растений и поменяться. Приносите листья фиалки, алоэ если пора их обрезать. Кто-то возьмет с удовольствием и вырастит новое комнатное растение себе и вам на радость.	Багаева Тамара Алексеевна	OFF
188	Медитация	ЗОЖ	18.05.2023	Важная часть нашей жизни - здоровый сон, которому помогает умение расслабляться и отпускать напряжение, скопившееся в течении дня. Вы начнете высыпаться, восстанавливаться, и у вас появятся новые силы для новых свершений!	Каштанова Елена Михайловна	ON
189	Фейсфитнес	ЗОЖ	19.05.2023	Фейсфитнес - это не просто тренировки для лица, а целый комплекс упражнений, направленных на укрепление	Саргсян Аракся Тадевосовна	ON
190	Теннис для начинающих	ЗОЖ	19.05.2023	Клуб "Теннис для начинающих" - это отличная возможность для тех, кто хочет поиграть в настольный теннис, несмотря на слабый уровень подготовки.	Красилова Людмила Афанасьевна	OFF
191	Хор	Творчество	19.05.2023	Встреча участников хора для репетиции.	Дмитриева Лариса Петровна	OFF
192	Кулинария	ЗОЖ	19.05.2023	Встреча клуба по кулинарии Вкус жизни	Багаева Тамара Алексеевна	OFF
193	Мастер-класс	Творчество	19.05.2023	Создание объемной открытки	Ладыгина Антонида Григорьевна	OFF
194	Вязание крючком	Творчество	19.05.2023	Вяжем крючком вместе. Любимое хобби.	Полякова Татьяна Григорьевна	OFF

195	Медитация	ЗОЖ	19.05.2023	Важная часть нашей жизни - здоровый сон, которому помогает умение расслабляться и отпускать напряжение, скопившееся в течении дня. Вы начнете высыпаться, восстанавливаться, и у вас появятся новые силы для новых свершений!	Каштанова Елена Михайловна	ON
196	Дыхательная гимнастика	ЗОЖ	20.05.2023	Дыхательная гимнастика по методике А.Н. Стрельниковой	Каштанова Елена Михайловна	ON
197	Игра в шахматы	Развитие	20.05.2023	Приглашаем всех любителей настольной логической игры присоединиться к партии в шахматы.	Каменецкий Владимир Лазаревич	OFF
198	Обучение	ЗОЖ	20.05.2023	Клуб любителей танцев ждет всех, кто любит танцевать на очередную субботнюю встречу.	Врандуполо Елена Дмитриевна	OFF
199	Чаепитие	ЗОЖ	20.05.2023	Пьем чай, общаемся.	Баснев Григорий Владимирович	OFF
200	Шитье	Творчество	20.05.2023	Мастер-класс по шитью сценических костюмов	Полякова Татьяна Григорьевна	OFF
201	Медитация	ЗОЖ	20.05.2023	Важная часть нашей жизни - здоровый сон, которому помогает умение расслабляться и отпускать напряжение, скопившееся в течении дня. Вы начнете высыпаться, восстанавливаться, и у вас появятся новые силы для новых свершений!	Каштанова Елена Михайловна	ON
202	Психология	Развитие	21.05.2023	Йога СМЕХА- это уникальная оздоровительная методика- включает в себя игротерапию, смехотерапию и дыхательные упражнения! Представляете! Можно натренировать свой Мозг - радоваться!	Ким Любовь Александровна	ON
203	Поделки	Творчество	21.05.2023	Встреча клуба по декупажу.	Калинина Галина Геннадьевна	OFF
204	Смотрим фильм	Творчество	21.05.2023	Смотрим фильм "Спутник" с Оксаной Акиньшиной, Пётром Фёдоровым и Фёдором Бондарчуком. 2020год. СССР, 1983 год. На Землю возвращается космический аппарат, но от людей скрывают, что из двух космонавтов живым можно считать только одного. Что произошло на борту, остается загадкой, но факты указывают на то, что космонавты столкнулись с новой формой жизни, и выживший вернулся не совсем один. На засекреченную военную базу, где космонавт Константин Вешняков содержится под строгим контролем и наблюдением, привозят нейрофизиолога Татьяну Климову, чтобы она оценила его состояние.	Хайбулина Вилия Талгатовна	OFF

205	Медитация	ЗОЖ	21.05.2023	Важная часть нашей жизни - здоровый сон, которому помогает умение расслабляться и отпускать напряжение, скопившееся в течении дня. Вы начнете высыпаться, восстанавливаться, и у вас появятся новые силы для новых свершений!	Каштанова Елена Михайловна	ON
206	Фейсфитнес	ЗОЖ	22.05.2023	Фейсфитнес - это не просто тренировки для лица, а целый комплекс упражнений, направленных на укрепление мышц, улучшение кровообращения и омоложение кожи.	Саргсян Аракся Тадевосовна	ON
207	Теннис для начинающих	ЗОЖ	22.05.2023	Клуб "Теннис для начинающих" - это отличная возможность для тех, кто хочет поиграть в настольный теннис, несмотря на слабый уровень подготовки.	Красилова Людмила Афанасьевна	OFF
208	Поделки	Творчество	22.05.2023	Встреча клуба по декупажу.	Калинина Галина Геннадьевна	OFF
209	Лекция	Развитие	22.05.2023	Изучаем книги по психологии.	Полякова Светлана Антоновна	OFF
210	Хор	Творчество	22.05.2023	Встреча участников хора для репетиции.	Дмитриева Лариса Петровна	OFF
211	Хор	Творчество	22.05.2023	Лекция по технике дыхания.	Дмитриева Лариса Петровна	OFF
212	Нейрофитнес для мозга	ЗОЖ	22.05.2023	Нейрофитнес для мозга. Приходите на пальчиковую гимнастику для здоровья мозга.	Рыкова Наиля Тагирьяновна	OFF
213	День рождения	ЗОЖ	22.05.2023	Участники проекта вместе соберутся, чтобы поздравить активиста Храмова Н.П.	Храмов Николай Павлович	OFF
214	Задачки для ума	Развитие	22.05.2023	Решаем сканворды и другие задачки для ума. Сегодня решали развели головоломку на части.	Иванова Лидия Николаевна	OFF
215	Кулинария	ЗОЖ	22.05.2023	Встреча клуба по кулинарии Вкус жизни	Багаева Тамара Алексеевна	OFF
216	Кулинарный МК	ЗОЖ	22.05.2023	Кулинарный МК	Красилова Людмила Афанасьевна	OFF
217	Комнатные растения	Творчество	22.05.2023	В ЦМД можно принести отростки растений и поменяться. Приносите листья фиалки, алоэ если пора их обрезать. Кто-то возьмет с удовольствием и вырастит новое комнатное растение себе и вам на радость.	Багаева Тамара Алексеевна	OFF
218	Репетиция театрального клуба	Творчество	22.05.2023	Репетиция музыкально-танцевально-фантазийного спектакля по мотивам произведения А.С. Пушкина "Сказка о рыбаке и рыбке".	Алексеева Валентина Константиновна	OFF
219	Примерка костюмов	Развитие	22.05.2023	Подгонка и примерка костюмов.	Алексеева Валентина Константиновна	OFF
220	Вязание крючком	Творчество	22.05.2023	Вяжем крючком вместе. Любимое хобби.	Полякова Татьяна Григорьевна	OFF

221	Смотрим фильм	Творчество	22.05.2023	Смотрим фильм "Праведник". 1942 год. Офицер Красной армии Николай Киселев получает приказ вывести с оккупированных белорусских земель за линию фронта свыше двухсот евреев — стариков, женщин и детей, чудом избежавших расправы. Этим измученным голодом людям, потерявшим родных и едва не сошедшим с ума от пережитого ужаса, предстоит пройти пешком по лесным тропам сотни километров, чтобы обрести надежду на спасение и веру в будущее.	Хайбулина Вилия Талгатовна	OFF
222	Чашепитие	ЗОЖ	22.05.2023	Пьем чай, общаемся	Багаева Тамара Алексеевна	OFF
223	Полиглот	Творчество	22.05.2023	Цикл из 16 уроков по изучению языков. Объясняем грамматику и как правильно строить предложения. Начнем с французского языка.	Григорьева Маргарита Михайловна	OFF
224	Фейсфитнес	ЗОЖ	23.05.2023	Фейсфитнес - это не просто тренировки для лица, а целый комплекс упражнений, направленных на укрепление мышц, улучшение кровообращения и омоложение кожи.	Саргсян Аракся Тадевосовна	ON
225	Поделки	Творчество	23.05.2023	Встреча клуба по декупажу.	Калинина Галина Геннадьевна	OFF
226	Подготовка к мастер-классу	ЗОЖ	23.05.2023	Участники проекта соберутся, чтобы размяться перед м/к	Романовская Галина Иосифовна	OFF
227	Зумба	ЗОЖ	23.05.2023	Танцуем и худеем под видеоуроки.	Врандуполо Елена Дмитриевна	OFF
228	Выступление	ЗОЖ	23.05.2023	Клуб любителей танцев Выступает перед нашими гостями из ЦМД Зеленоградский	Врандуполо Елена Дмитриевна	OFF
229	Школа здоровья	ЗОЖ	23.05.2023	Лекция врача ГП 219 ДЗМ	ГБУ МСЦ	OFF
230	Смотрим фильм	Творчество	23.05.2023	Смотрим видеоролик про латиноамериканские танцы.	Хайбулина Вилия Талгатовна	OFF
231	Концерт клуба "Петр 1"	Творчество	23.05.2023	Танцевальный коллектив "Петр 1" выступает перед нашими посетителями	Романовская Галина Иосифовна	OFF
232	Лекция от психолога	ЗОЖ	23.05.2023	Лекции от психолога Московского центра психологической помощи населению. Сделаем коллаж из журнальных фотографий на тему "Место моей силы".	Румянцева Мария Олеговна	OFF
233	Чашепитие	ЗОЖ	23.05.2023	Пьем чай, общаемся	Багаева Тамара Алексеевна	OFF
234	Мастер-класс	Творчество	23.05.2023	Танцевальный мастер-класс от Зеленоградского ЦМД	Романовская Галина Иосифовна	OFF
235	Нейрофитнес для мозга	ЗОЖ	23.05.2023	Нейрофитнес для мозга. Приходите на пальчиковую гимнастику для здоровья мозга.	Рыкова Наиля Тагирьяновна	OFF
236	Занятие на тренажерах	ЗОЖ	23.05.2023	Ходьба на беговой дорожке, выполнение элементов на эллипсоидном тренажере	Храмов Николай Павлович	OFF

237	Кулинария	ЗОЖ	23.05.2023	Встреча клуба по кулинарии Вкус жизни	Багаева Тамара Алексеевна	OFF
238	Смотрим фильм	Творчество	23.05.2023	Смотрим видеоролик про бальные танцы.	Хайбулина Вилия Талгатовна	OFF
239	Чаепитие	ЗОЖ	23.05.2023	Пьем чай, общаемся.	Романовская Галина Иосифовна	OFF
240	Комнатные растения	Творчество	23.05.2023	В ЦМД можно принести отростки растений и поменяться. Приносите листья фиалки, алоэ если пора их обрезать. Кто-то возьмет с удовольствием и вырастит новое комнатное растение себе и вам на радость.	Багаева Тамара Алексеевна	OFF
241	Теннис для начинающих	ЗОЖ	23.05.2023	Клуб "Теннис для начинающих" - это отличная возможность для тех, кто хочет поиграть в настольный теннис, несмотря на слабый уровень подготовки.	Красилова Людмила Афанасьевна	OFF
242	Золотое кольцо	Развитие	23.05.2023	Путешествие по России. Золотое кольцо.	Тарасова Светлана Михайловна	OFF
243	Смотрим фильм	Творчество	23.05.2023	Чтобы она ни делала ей всегда везет! Бывает же такое!!! Сегодня смотрим фильм "Поцелуй на удачу" с Линдей Лохан.	Хайбулина Вилия Талгатовна	OFF
244	Медитация	ЗОЖ	23.05.2023	Важная часть нашей жизни - здоровый сон, которому помогает умение расслабляться и отпускать напряжение, скопившееся в течении дня. Вы начнете высыпаться, восстанавливаться, и у вас появятся новые силы для новых свершений!	Каштанова Елена Михайловна	ON
245	Фейсфитнес	ЗОЖ	24.05.2023	Фейсфитнес - это не просто тренировки для лица, а целый комплекс упражнений, направленных на укрепление мышц, улучшение кровообращения и омоложение кожи.	Саргсян Аракся Тадевосовна	ON
246	Теннис для начинающих	ЗОЖ	24.05.2023	Клуб "Теннис для начинающих" - это отличная возможность для тех, кто хочет поиграть в настольный теннис, несмотря на слабый уровень подготовки.	Красилова Людмила Афанасьевна	OFF
247	Хор	Творчество	24.05.2023	Индивидуальная репетиция	Дмитриева Лариса Петровна	OFF
248	Поделки	Творчество	24.05.2023	Графический рисунок на создание намерения в будущем.	Омельницкая Надежда Григорьевна	OFF
249	Лекция	Развитие	24.05.2023	Изучаем книги по психологии.	Полякова Светлана Антоновна	OFF
250	Хор	Творчество	24.05.2023	Встреча участников хора для репетиции.	Дмитриева Лариса Петровна	OFF
251	Поделки	Творчество	24.05.2023	Рисуем мандалы под медитативную музыку.	Захарова Татьяна Владимировна	OFF
252	Дыхательная гимнастика	ЗОЖ	24.05.2023	Дыхательная гимнастика по методике А.Н. Стрельниковой	Дмитриева Лариса Петровна	OFF

253	Нейрофитнес для мозга	ЗОЖ	24.05.2023	Нейрофитнес для мозга. Приходите на пальчиковую гимнастику для здоровья мозга.	Рыкова Наиля Тагирьяновна	ON+OFF
254	Задачки для ума	Развитие	24.05.2023	Решаем сканворды и другие задачки для ума. Сегодня решали развели головоломку на части.	Иванова Лидия Николаевна	OFF
255	Кулинария	ЗОЖ	24.05.2023	Встреча клуба по кулинарии Вкус жизни	Багаева Тамара Алексеевна	OFF
256	Репетиция театрального клуба	Творчество	24.05.2023	Репетиция музыкально-танцевально-фантазийного спектакля по мотивам произведения А.С. Пушкина "Сказка о рыбаке и рыбке".	Алексеева Валентина Константиновна	OFF
257	Танцевальный мастер-класс	Творчество	24.05.2023	Выполнение хореографических элементов под музыку	Алексеева Валентина Константиновна	OFF
258	Комнатные растения	Творчество	24.05.2023	В ЦМД можно принести отростки растений и поменяться. Приносите листья фиалки, алоэ если пора их обрезать. Кто-то возьмет с удовольствием и вырастит новое комнатное растение себе и вам на радость.	Багаева Тамара Алексеевна	OFF
259	Мастер-класс "Сценическая движение"	Развитие	24.05.2023	Выполнение упражнений по артикуляции, выразительности и актёрскому мастерству	Алексеева Валентина Константиновна	OFF
260	Медитация	ЗОЖ	24.05.2023	Важная часть нашей жизни - здоровый сон, которому помогает умение расслабляться и отпускать напряжение, скопившееся в течении дня. Вы начнете высыпаться, восстанавливаться, и у вас появятся новые силы для новых свершений!	Каштанова Елена Михайловна	ON
261	Дыхательная гимнастика	ЗОЖ	25.05.2023	Дыхательная гимнастика по методике А.Н. Стрельниковой	Каштанова Елена Михайловна	ON
262	Фейсфитнес	ЗОЖ	25.05.2023	Фейсфитнес - это не просто тренировки для лица, а целый комплекс упражнений, направленных на укрепление мышц, улучшение кровообращения и омоложение кожи.	Саргсян Аракся Тадевосовна	ON
263	Теннис для начинающих	ЗОЖ	25.05.2023	Клуб "Теннис для начинающих" - это отличная возможность для тех, кто хочет поиграть в настольный теннис, несмотря на слабый уровень подготовки.	Красилова Людмила Афанасьевна	OFF
264	Поделки	Творчество	25.05.2023	Встреча клуба по декупажу.	Калинина Галина Геннадьевна	OFF
265	Кулинария	ЗОЖ	25.05.2023	Встреча клуба по кулинарии Вкус жизни	Багаева Тамара Алексеевна	OFF
266	Чаепитие	ЗОЖ	25.05.2023	Пьем чай, общаемся	Багаева Тамара Алексеевна	OFF
267	Комнатные растения	Творчество	25.05.2023	В ЦМД можно принести отростки растений и поменяться. Приносите листья фиалки, алоэ если пора их обрезать. Кто-то возьмет с удовольствием и вырастит новое комнатное растение себе и вам на радость.	Багаева Тамара Алексеевна	OFF

268	Лекция «Хроническая сердечная недостаточность»	Развитие	25.05.2023	Лекцию проведет врач-кардиолог высшей категории ГП№2 – Вовк Вероника Вячеславовна.	Вовк Вероника Вячеславовна	OFF
269	Смотрим фильм	Творчество	25.05.2023	Смотрим видеоролик про бальные танцы.	Хайбулина Виля Талгатовна	OFF
270	Церковный хор	Развитие	25.05.2023	Репетиция хора.	Крохмаль Татьяна Викторовна	OFF
271	Концерт	Творчество	25.05.2023	Смотрим концерт Владимира Каневского	Хайбулина Виля Талгатовна	OFF
272	Медитация	ЗОЖ	25.05.2023	Важная часть нашей жизни - здоровый сон, которому помогает умение расслабляться и отпускать напряжение, скопившееся в течении дня. Вы начнете высыпаться, восстанавливаться, и у вас появятся новые силы для новых свершений!	Каштанова Елена Михайловна	ON
273	Фейсфитнес	ЗОЖ	26.05.2023	Фейсфитнес - это не просто тренировки для лица, а целый комплекс упражнений, направленных на укрепление мышц, улучшение кровообращения и омоложение кожи.	Саргсян Аракся Тадевосовна	ON
274	Теннис для начинающих	ЗОЖ	26.05.2023	Клуб "Теннис для начинающих" - это отличная возможность для тех, кто хочет поиграть в настольный теннис, несмотря на слабый уровень подготовки.	Красилова Людмила Афанасьевна	OFF
275	Лекция	Развитие	26.05.2023	Изучаем книги по психологии.	Полякова Светлана Антоновна	OFF
276	Репетиция театрального клуба	Творчество	26.05.2023	Репетиция музыкально-танцевально-фантазийного спектакля по мотивам произведения А.С. Пушкина "Сказка о рыбаке и рыбке".	Алексеева Валентина Константиновна	OFF
277	Хор	Творчество	26.05.2023	Индивидуальная репетиция	Дмитриева Лариса Петровна	OFF
278	Танцевальный мастер-класс	Творчество	26.05.2023	Выполнение хореографических элементов под музыку	Алексеева Валентина Константиновна	OFF
279	Кулинария	ЗОЖ	26.05.2023	Встреча клуба по кулинарии Вкус жизни	Багаева Тамара Алексеевна	OFF
280	Зумба	ЗОЖ	26.05.2023	Танцуем и худеем под видеоуроки.	Врандуполо Елена Дмитриевна	OFF
281	Чашепитие	ЗОЖ	26.05.2023	Пьем чай, общаемся	Багаева Тамара Алексеевна	OFF
282	Мастер-класс	Творчество	26.05.2023	Рисуем мандалу под расслабляющую музыку	Омельницкая Надежда Григорьевна	OFF
283	Вязание крючком	Творчество	26.05.2023	Вяжем крючком вместе. Любимое хобби.	Полякова Татьяна Григорьевна	OFF

284	Комнатные растения	Творчество	26.05.2023	В ЦМД можно принести отростки растений и поменяться. Приносите листья фиалки, алоэ если пора их обрезать. Кто-то возьмет с удовольствием и вырастит новое комнатное растение себе и вам на радость.	Багаева Тамара Алексеевна	OFF
285	Вязание крючком	Творчество	26.05.2023	Вяжем крючком вместе. Любимое хобби.	Полякова Татьяна Григорьевна	OFF
286	Смотрим фильм	Творчество	26.05.2023	Смотрим видеоролик про бальные танцы.	Хайбулина Вилия Талгатовна	OFF
287	Церковный хор	Развитие	26.05.2023	Репетиция хора.	Крохмаль Татьяна Викторовна	OFF
288	Медитация	ЗОЖ	26.05.2023	Важная часть нашей жизни - здоровый сон, которому помогает умение расслабляться и отпускать напряжение, скопившееся в течении дня. Вы начнете высыпаться, восстанавливаться, и у вас появятся новые силы для новых свершений!	Каштанова Елена Михайловна	ON
289	Дыхательная гимнастика	ЗОЖ	27.05.2023	Дыхательная гимнастика по методике А.Н. Стрельниковой	Каштанова Елена Михайловна	ON
290	Фейсфитнес	ЗОЖ	27.05.2023	Фейсфитнес - это не просто тренировки для лица, а целый комплекс упражнений, направленных на укрепление мышц, улучшение кровообращения и омоложение кожи.	Саргсян Аракся Тадесовна	ON
291	Теннис для начинающих	ЗОЖ	27.05.2023	Клуб "Теннис для начинающих" - это отличная возможность для тех, кто хочет поиграть в настольный теннис, несмотря на слабый уровень подготовки.	Красилова Людмила Афанасьевна	OFF
292	Танцы	ЗОЖ	27.05.2023	Клуб любителей танцев ждет всех, кто любит танцевать на очередную субботнюю встречу.	Врандуполо Елена Дмитриевна	OFF
293	Репетиция	Творчество	27.05.2023	Репетиция флешмоба	Врандуполо Елена Дмитриевна	OFF
294	Теннис	ЗОЖ	27.05.2023	Игра в настольный теннис	Пак Надежда Алексеевна	OFF
295	Теннис для начинающих	ЗОЖ	27.05.2023	Клуб "Теннис для начинающих" - это отличная возможность для тех, кто хочет поиграть в настольный теннис, несмотря на слабый уровень подготовки.	Красилова Людмила Афанасьевна	OFF
296	Медитация	ЗОЖ	27.05.2023	Важная часть нашей жизни - здоровый сон, которому помогает умение расслабляться и отпускать напряжение, скопившееся в течении дня. Вы начнете высыпаться, восстанавливаться, и у вас появятся новые силы для новых свершений!	Каштанова Елена Михайловна	ON

297	Психология	Развитие	28.05.2023	Йога СМЕХА- это уникальная оздоровительная методика-включает в себя игротерапию, смехотерапию и дыхательные упражнения! Представляете! Можно натренировать свой Мозг - радоваться!	Ким Любовь Александровна	ON
298	Фейсфитнес	ЗОЖ	28.05.2023	Фейсфитнес - это не просто тренировки для лица, а целый комплекс упражнений, направленных на укрепление мышц, улучшение кровообращения и омоложение кожи.	Саргсян Аракся Тадевосовна	ON
299	Йога	ЗОЖ	28.05.2023	Выполнение санов по видеоурокам	Уваров Александр Сергеевич	OFF
300	Смотрим фильм	Творчество	28.05.2023	Смотрим фильм вместе.	Хайбулина Вилия Талгатовна	OFF
301	Лекция	Развитие	28.05.2023	Изучаем книги по психологии.	Полякова Светлана Антоновна	OFF
302	Медитация	ЗОЖ	28.05.2023	Важная часть нашей жизни - здоровый сон, которому помогает умение расслабляться и отпускать напряжение, скопившееся в течении дня. Вы начнете высыпаться, восстанавливаться, и у вас появятся новые силы для новых свершений!	Каштанова Елена Михайловна	ON
303	Фейсфитнес	ЗОЖ	29.05.2023	Фейсфитнес - это не просто тренировки для лица, а целый комплекс упражнений, направленных на укрепление мышц, улучшение кровообращения и омоложение кожи.	Саргсян Аракся Тадевосовна	ON
304	Лекция «Атеросклероз»	ЗОЖ	29.05.2023	Лекцию проведет невролог, доктор медицинских наук, главный врач поликлиники №2, профессор Кафедры неврологии ИПО Сеченовского Университета Шиндряева Наталья Николаевна.	ГБУ МСЦ	OFF
305	Лекция от психолога	ЗОЖ	29.05.2023	Лекции от психолога Московского центра психологической помощи населению. Метафорические карты. Разбор жизненных ситуаций.	Румянцева Мария Олеговна	OFF
306	Танцевальный мастер-класс	Творчество	29.05.2023	Концерт на открытой площадке ко дню защиты детей.	Захарова Татьяна Владимировна	OFF
307	Комнатные растения	Творчество	29.05.2023	В ЦМД можно принести отростки растений и поменяться. Приносите листья фиалки, алоэ если пора их обрезать. Кто-то возьмет с удовольствием и вырастит новое комнатное растение себе и вам на радость.	Багаева Тамара Алексеевна	OFF

308	Репетиция театрального клуба	Творчество	29.05.2023	Репетиция музыкально-танцевально-фантазийного спектакля по мотивам произведения А.С. Пушкина "Сказка о рыбаке и рыбке".	Алексеева Валентина Константиновна	OFF
309	Мастер-класс "Сценическая движение"	Развитие	29.05.2023	Выполнение упражнений по артикуляции, выразительности и актёрскому мастерству	Алексеева Валентина Константиновна	OFF
310	Танцевальный мастер-класс	Творчество	29.05.2023	Выполнение хореографических элементов под музыку	Алексеева Валентина Константиновна	OFF
311	Актерское мастерство	Творчество	29.05.2023	Упражнения по пантомиме	Алексеева Валентина Константиновна	OFF
312	Новая серия	Развитие	29.05.2023	Просмотр сериала "Екатерина 2"	Боровская Галина Николаевна	OFF
313	Золотое кольцо	Развитие	29.05.2023	Цикл фильмов про города, входящие в туристический маршрут Золотого кольца России	Уваров Александр Сергеевич	OFF
314	Медитация	ЗОЖ	29.05.2023	Важная часть нашей жизни - здоровый сон, которому помогает умение расслабляться и отпускать напряжение, скопившееся в течении дня. Вы начнете высыпаться, восстанавливаться, и у вас появятся новые силы для новых свершений!	Каштанова Елена Михайловна	ON
315	Фейсфитнес	ЗОЖ	30.05.2023	Фейсфитнес - это не просто тренировки для лица, а целый комплекс упражнений, направленных на укрепление мышц, улучшение кровообращения и омоложение кожи.	Саргсян Аракся Тадевосовна	ON
316	Теннис для начинающих	ЗОЖ	30.05.2023	Клуб "Теннис для начинающих" - это отличная возможность для тех, кто хочет поиграть в настольный теннис, несмотря на слабый уровень подготовки.	Красилова Людмила Афанасьевна	OFF
317	Поделки	Творчество	30.05.2023	Встреча клуба по декупажу.	Калинина Галина Геннадьевна	OFF
318	Музыкальная гостиная	Творчество	30.05.2023	Исполнение на фортепиано мелодий участниками проекта	Ефимкин Сергей Васильевич	OFF
319	Чаепитие	Развитие	30.05.2023	Пьем чай, общаемся	Ефимкин Сергей Васильевич	OFF
320	Репетиция	Творчество	30.05.2023	Репетиция флешмоба	Врандуполо Елена Дмитриевна	OFF
321	Лекция «Взаимоотношения отцов и детей»	Развитие	30.05.2023	Лекцию проведет психолог-консультант Российского государственного университета – Екатерина Астахова.	ГБУ МСЦ	OFF
322	Зумба	ЗОЖ	30.05.2023	Танцуем и худеем под видеоуроки.	Врандуполо Елена Дмитриевна	OFF
323	Флешмоб	ЗОЖ	30.05.2023	ЦМД Южное Медведково приезжает к нам, что бы провести межокружной танцевальный флешмоб "Серебряный тур"	Вергилес Ирина Николаевна	OFF

324	Дыхательная гимнастика	ЗОЖ	30.05.2023	Выполнение дыхательных упражнений	Врандуполо Елена Дмитриевна	OFF
325	Чаепитие	ЗОЖ	30.05.2023	Пьем чай, общаемся	Лихтинова Валентина Исидоровна	OFF
326	Мастер-класс	Творчество	30.05.2023	Мастер-класс для ЦМД Южное Медведково	Врандуполо Елена Дмитриевна	OFF
327	Лекция от психолога	ЗОЖ	30.05.2023	Лекции от психолога Московского центра психологической помощи населению. Метафорические карты. Разбор жизненных ситуаций.	Румянцева Мария Олеговна	OFF
328	Мастер-класс	ЗОЖ	30.05.2023	Мастер-класс по подготовке танцевального флешмоба.	Врандуполо Елена Дмитриевна	OFF
329	Блиц-квиз	Развитие	30.05.2023	Лидер интеллектуального клуба «Эрудит» из ЦМД Южное Медведково Урядова Елизавета Ивановна проведёт блиц-квиз.	Урядова Елизавета Ивановна	OFF
330	Чаепитие	ЗОЖ	30.05.2023	Пьем чай, общаемся	Вергилес Ирина Николаевна	OFF
331	Будь здоров!	ЗОЖ	30.05.2023	Лекция на тему здорового питания	Титова Ирина Борисовна	OFF
332	Комнатные растения	Творчество	30.05.2023	В ЦМД можно принести отростки растений и поменяться. Приносите листья фиалки, алоэ если пора их обрезать. Кто-то возьмет с удовольствием и вырастит новое комнатное растение себе и вам на радость.	Багаева Тамара Алексеевна	OFF
333	Новая серия	Развитие	30.05.2023	Просмотр сериала "Екатерина 2"	Боровская Галина Николаевна	OFF
334	Дегустация	ЗОЖ	30.05.2023	Пробуем очередное блюдо из меню рационального питания	Титова Ирина Борисовна	OFF
335	Смотрим фильм	Творчество	30.05.2023	Смотрим фильм вместе.	Хайбулина Виля Талгатовна	OFF
336	Медитация	ЗОЖ	30.05.2023	Важная часть нашей жизни - здоровый сон, которому помогает умение расслабляться и отпускать напряжение, скопившееся в течении дня. Вы начнете высыпаться, восстанавливаться, и у вас появятся новые силы для новых свершений!	Каштанова Елена Михайловна	ON
337	Фейсфитнес	ЗОЖ	31.05.2023	Фейсфитнес - это не просто тренировки для лица, а целый комплекс упражнений, направленных на укрепление мышц, улучшение кровообращения и омоложение кожи.	Саргсян Аракся Тадевосовна	ON
338	Теннис для начинающих	ЗОЖ	31.05.2023	Клуб "Теннис для начинающих" - это отличная возможность для тех, кто хочет поиграть в настольный теннис, несмотря на слабый уровень подготовки.	Красилова Людмила Афанасьевна	OFF

339	Церковный хор	Развитие	31.05.2023	Репетиция хора.	Крохмаль Татьяна Викторовна	OFF
340	Хор	Творчество	31.05.2023	Лекция на тему вокала.	Дмитриева Лариса Петровна	OFF
341	Хор	Творчество	31.05.2023	Встреча участников хора для репетиции.	Дмитриева Лариса Петровна	OFF
342	Нейрофитнес для мозга	ЗОЖ	31.05.2023	Нейрофитнес для мозга. Приходите на пальчиковую гимнастику для здоровья мозга.	Рыкова Наиля Тагирьяновна	ON+OFF
343	День адвокатуры	Развитие	31.05.2023	Чаепитие и поздравление с профессиональным праздником	Ефимкин Сергей Васильевич	OFF
344	Кулинария	ЗОЖ	31.05.2023	Встреча клуба по кулинарии Вкус жизни	Багаева Тамара Алексеевна	OFF
345	Задачи для ума	Развитие	31.05.2023	Решаем сканворды и другие задачи для ума. Сегодня решали развели головоломку на части.	Иванова Лидия Николаевна	OFF
346	Репетиция театрального клуба	Творчество	31.05.2023	Репетиция музыкально-танцевально-фантазийного спектакля по мотивам произведения А.С. Пушкина "Сказка о рыбаке и рыбке".	Алексеева Валентина Константиновна	OFF
347	КВИЗ-извилинг. Музыка нас связала...	Развитие	31.05.2023	Межклубная музыкальная викторина	Захарова Татьяна Владимировна	ON+OFF
348	Мастер-класс "Сценическая речь"	Развитие	31.05.2023	Выполнение упражнений по артикуляции, выразительности и актёрскому мастерству	Алексеева Валентина Константиновна	OFF
349	Танцы	ЗОЖ	31.05.2023	Репетиция для мастер-класса	Врандуполо Елена Дмитриевна	OFF
350	Танцевальный мастер-класс	Творчество	31.05.2023	Выполнение хореографических элементов под музыку	Алексеева Валентина Константиновна	OFF
351	Полиглот	Развитие	31.05.2023	Цикл из 16 уроков по изучению языков. Объясняем грамматику и как правильно строить предложения. Начнем с английского языка.	Багаева Тамара Алексеевна	OFF
352	Теннис для начинающих	ЗОЖ	31.05.2023	Клуб "Теннис для начинающих" - это отличная возможность для тех, кто хочет поиграть в настольный теннис, несмотря на слабый уровень подготовки.	Красилова Людмила Афанасьевна	OFF
353	Медитация	ЗОЖ	31.05.2023	Важная часть нашей жизни - здоровый сон, которому помогает умение расслабляться и отпускать напряжение, скопившееся в течении дня. Вы начнете высыпаться, восстанавливаться, и у вас появятся новые силы для новых свершений!	Каштанова Елена Михайловна	ON