

Месяц	Дата	Время	Формат мероприятия	Наименование мероприятия	Описание мероприятия	Категория мероприятия (ЗОЖ/Развитие/Творчество)	Тип (встреча клуба/иное мероприятие)	ФИО инициатора
июнь	01.06.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
июнь	01.06.2023	11:00	OFF	Дизайнерские украшения	Мастерим браслеты, сережки, подвески и другие изящные изделия с элементами кольчужного плетения.	Творчество	Встреча клуба	Коровайцева Наталья Павловна
июнь	01.06.2023	11:30	OFF	Йога	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченко Наталья Ивановна
июнь	01.06.2023	11:30	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
июнь	01.06.2023	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
июнь	01.06.2023	12:00	OFF	Репетиция танцевальной студии "Комплимент"	Репетиция танцевальной студии "Комплимент" в стиле Латин под руководством Гончаровой Людмилы Викторовны.	ЗОЖ	Встреча клуба	Гончарова Людмила Викторовна
июнь	01.06.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильных Елена Юрьевна
июнь	01.06.2023	13:00	OFF	Кулинарный мастер - класс	Кулинарный мастер - класс от лидера клуба Надежды Викторовны Середы. О последовательности приготовления вы сможете узнать на встрече клуба.	Развитие	Встреча клуба	Середи Надежда Викторовна
июнь	01.06.2023	14:00	OFF	Встреча литературного клуба	Тема встречи: "Поэзия, посвященная Дню защиты детей". Проводит встречу лидер литературного клуба - Вера Георгиевна Антонова.	Развитие	Встреча клуба	Антонова Вера Георгиевна
июнь	01.06.2023	15:00	OFF	Репетиция ансамбля "Хорошее настроение"	Репетиция ансамбля	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
июнь	01.06.2023	15:30	OFF	Поэтические чтения	Клуб любителей поэзии "Июньские чтения". Приглашаются все желающие для прочтения своих стихов. Приветствуется тема весны и хорошего настроения. Встречу проводит - Нина Балацкина.	Развитие	Встреча клуба	Лютикова Нина Федоровна
июнь	01.06.2023	16:00	OFF	встреча клуба "Умные шашки"	Настольная игра в шашки	ЗОЖ	Встреча клуба	Шаргородский Марк Борисович
июнь	01.06.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабан Александр Викторович
июнь	01.06.2023	16:00	OFF	Встреча клуба Хасл	Занятие танцами по направлению Хасл	ЗОЖ	Мероприятие	Кухтин Евгений Валентинович
июнь	01.06.2023	16:30	OFF	Встреча клуба	Подготовка к конкурсу стихов. Составление списков, приглашение участников	ЗОЖ	Мероприятие	Петров Валентин Васильевич
июнь	01.06.2023	17:00	OFF	Конкурс чтецов	Литературно Музыкальное Собрание Тушино приглашает на «Первый конкурс чтецов Тушино». Участник конкурса прочтет три произведения из трех периодов, Серебряный век, Шестидесятники, 21 век (современники), а также одно произведение по собственному выбору. Приветствуется спичечное и костюмированное чтение, читать можно по печатным текстам. Встречу проводит Валентин Васильевич Петров	ЗОЖ	Мероприятие	Петров Валентин Васильевич
июнь	01.06.2023	16:00	OFF	Встреча клуба Хасл	Чашепитие. Обсуждение дальнейших занятий	ЗОЖ	Встреча клуба	Кухтин Евгений Валентинович
июнь	01.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба	Встреча клуба после репетиции. Обсуждение репертуара будущих выступлений	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
июнь	01.06.2023	18:00	OFF	Награждение победителей	Награждение победителей конкурса чтецов, обсуждение проведенного мероприятия, чаепитие участников клуба	ЗОЖ	Мероприятие	Петров Валентин Васильевич
июнь	01.06.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
июнь	01.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Занятый мост"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Казakov Сергей Владимирович
июнь	01.06.2023	18:30	ON+OFF	Самомассаж	Вечерние процедуры. Самомассаж лица, шеи и рук. Приготовление масок из натуральных ингредиентов	ЗОЖ	Мероприятие	Казьмина Светлана Валентиновна
июнь	01.06.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
июнь	02.06.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
июнь	02.06.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будыкина Татьяна Федоровна
июнь	02.06.2023	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	Встреча клуба	Мамонова Ольга Валерьевна
июнь	02.06.2023	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
июнь	02.06.2023	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
июнь	02.06.2023	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
июнь	02.06.2023	12:00	OFF	Мастер - класс	Консультация по мелкому ремонту одежды и практическое занятие от Светланы Грибковой	ЗОЖ	Встреча клуба	Грибкова Светлана
июнь	02.06.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	02.06.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	02.06.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
июнь	02.06.2023	13:00	OFF	Встреча клуба "Радуга"	Цыганские танцы	ЗОЖ	Мероприятие	Кириллова Валентина Алексеевна
июнь	02.06.2023	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
июнь	02.06.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	02.06.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	02.06.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	02.06.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	02.06.2023	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
июнь	02.06.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабан Александр Викторович
июнь	02.06.2023	16:00	OFF	Встреча клуба	Исполнение любимых хитов в микрофон.	Творчество	Встреча клуба	Черкасова Наталья Николаевна
июнь	02.06.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
июнь	02.06.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
июнь	03.06.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
июнь	03.06.2023	10:00	OFF	Выездное мероприятие	Выездное мероприятие клубов в ЦМД "Куркино" и в Суворовский парк на экскурсию в галерею источников.	ЗОЖ	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
июнь	03.06.2023	11:00	OFF	Мастер - класс	Изготовление открытки в технике папье-маше. Папье-маше – это ручное вырезание из бумаги и создание 3D изображений. Используя технику папье-маше можно создать чудесные объемные картины своими руками.	Творчество	Встреча клуба	Комлева Лариса Петровна
июнь	03.06.2023	11:30	OFF	Йога	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченко Наталья Ивановна

июнь	03.06.2023	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
июнь	03.06.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
июнь	03.06.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
июнь	03.06.2023	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
июнь	03.06.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабан Александр Викторович
июнь	03.06.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "Желтый трамвай"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартынов Виктор Васильевич
июнь	03.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба	Гимнастика для лица. Блоки упражнений.	Развитие	Встреча клуба	Григорянц Галина Николаевна
июнь	03.06.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
июнь	04.06.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
июнь	04.06.2023	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	Полнин Сергей Леонидович
июнь	04.06.2023	10:00	OFF	Дыхательная гимнастика и смехоминутка	Сочетание дыхательных упражнений, которые насыщают мозг и другие органы кислородом. Вас наполняет энергия, отступают боли, улучшается настроение и отношения с людьми, вся жизнь в целом переходит на качественно иной уровень.	ЗОЖ	Мероприятие	Русинова Людмила Владимировна
июнь	04.06.2023	11:00	OFF	Настольные игры	Играем вместе в русское лото	ЗОЖ	Мероприятие	Иванов Владимир Петрович
июнь	04.06.2023	11:00	ON+OFF	Лекция - беседа	Приглашаем на лекцию - беседу с химиком - биологом, заслуженным учителем РФ Светланой Валентиновной Калыбиной. Травы, которые понижают давление. 1. Лечение гипертонии без лекарств 2. 14 трав понижающих давление 3. Какой чай понижает давление? Черный или зеленый? 4. Какой травой можно быстро снизить давление?	ЗОЖ	Встреча клуба	Калыбина Светлана Валентиновна
июнь	04.06.2023	12:00	OFF	Bosu - club	Работа на координацию и ловкость на балансировочных полушарах Bosu для желающих улучшить свою физическую форму. Набор в группу только с хорошей физической формой.	ЗОЖ	Встреча клуба	Белоус Татьяна Нисоновна
июнь	04.06.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Секреты, методы и способы рыбной ловли на всех водоемах круглый год, обсуждения, обмен опытом, рецепты ухи от бывалых рыбаков	ЗОЖ	Встреча клуба	Бондарев Валерий Викторович
июнь	04.06.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	04.06.2023	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	Бондарев Валерий Викторович
июнь	04.06.2023	13:00	OFF	Встреча клуба "Западный мост"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казакос Сергей Владимирович
июнь	04.06.2023	13:00	ON+OFF	Кулинарный мастер - класс	Кулинарный мастер - класс от опытного кулинара и прекрасного друга нашего центра, активной участницы ЦМД "Ожюне Бутово" Арлеты Артемовны Аюповой! Готовим ароматный салат из курной грудки и полезнейший суп из красной фасоли с черносливом и курагой! О последовательности приготовления блюда вы сможете узнать во время встречи нашего клуба. Готовим блюда и обсуждаем полезные свойства ингредиентов.	ЗОЖ	Мероприятие	Аюпова Арлета Артемовна
июнь	04.06.2023	14:00	OFF	Концерт "Музыка - любовь моя!"	Концертная программа вокального ансамбля "Адажио", приуроченная к Дню рождения А.С. Пушкина. Прозвучат произведения из стихов великого поэта, а также произведения композитора-обливиона Сергея Рахманинова.	Творчество	Мероприятие	Берестенко-Гринштейн Ольга Владимировна
июнь	04.06.2023	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
июнь	04.06.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	04.06.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	04.06.2023	14:00	OFF	Встреча клуба "Дружба"	Тренировка по игре в шахматы. Дружеский шахматный турнир. Начало турнира в 14:00. Регистрация в 13:45	ЗОЖ	Мероприятие	Мешков Анатолий Юрьевич
июнь	04.06.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	04.06.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	04.06.2023	15:30	OFF	Просмотр художественных фильмов.	«Библиотекарь 2: Возвращение в Копи Царя Соломона» — вторая часть приключенческой трилогии о Библиотекаре. Флинн Карсен, интеллигентный юноша, сотрудник Нью Йоркской библиотеки. Но в его душе всегда жила страсть к приключениям, тайнам и всему тому, чем грезит любой мальчишка. Однажды, ему на глаза попадает интереснейший труд о легендарных Копях Царя Соломона. Флинн решает найти мифические сокровища, променяв затхлый воздух помещения и книжных клопов на дух романтики и авантюризма.	Развитие	Встреча клуба	Фролов Вячеслав Ильич
июнь	04.06.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабан Александр Викторович
июнь	04.06.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "КАКТУЗ"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Гилловский Андрей Николаевич
июнь	04.06.2023	16:00	OFF	Восточные танцы "Салям"	Занятия танцами в клубе "Салям".	ЗОЖ	Мероприятие	Кулепова Татьяна Анатольевна
июнь	04.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Музыкальный киоск"	Музыкальная релаксация: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Замович
июнь	04.06.2023	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	Апаньева Ирина Андреевна
июнь	04.06.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
июнь	05.06.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
июнь	05.06.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будыкина Татьяна Фёдоровна
июнь	05.06.2023	10:00	OFF	Мастер - класс	Шьем в технике пэчворк сумочку из южнокорейской ткани. Мастер - класс проводит лидер клуба - Елена Анатольевна Панина.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
июнь	05.06.2023	12:00	OFF	Парикмахерское искусство	Консультация по уходу за волосами, лечебные стрижки и коррекция стрижек.	ЗОЖ	Встреча клуба	Байрамкулова Эвелина Вадимовна
июнь	05.06.2023	11:00	OFF	Закон и право	Семейное право: совершенне сделок в браке. Ответственность супругов по своим долгам. Обязанность по содержанию членов семьи. Наследование (завещание, завещательное распоряжение, открытие наследства, круг наследников, ответственность по долгам наследодателя. Представительство (оформление доверенности).	Развитие	Встреча клуба	Куличева Елена Викторовна
июнь	05.06.2023	13:00	OFF	Классическая йога.	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранаяма, Шавасана и Созерание, 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
июнь	05.06.2023	13:00	OFF	Просмотр кинофильма		Развитие	Встреча клуба	Петропавловская Нина Владимировна
июнь	05.06.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	05.06.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	05.06.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	05.06.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	05.06.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	05.06.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	05.06.2023	15:00	OFF	Репетиция	Театральная репетиция — подготовка и создание нового спектакля. Повторение старых пьес и постановок.	Творчество	Встреча клуба	Степковская Галина Вячеславовна
июнь	05.06.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабан Александр Викторович

июнь	05.06.2023	17:00	OFF	Встреча клуба	Обсуждение после репетиции сложных репетиционных моментов, обмен опытом, отдых в нашем уютном кафе	ЗОЖ	Встреча клуба	Стемковская Галина Вячеславовна
июнь	05.06.2023	17:00	OFF	Встреча клуба "Гармония"	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
июнь	05.06.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
июнь	05.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Музыкальный кюрос"	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Замоич
июнь	05.06.2023	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
июнь	05.06.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
июнь	06.06.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
июнь	06.06.2023	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
июнь	06.06.2023	12:00	OFF	Йога	Баланс. Упражнения на координацию и равновесие с Ириной Сивцовой.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченко Наталья Ивановна
июнь	06.06.2023	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
июнь	06.06.2023	12:00	OFF	Репетиция танцевальной студии "Комплимент"	Репетиция танцевальной студии "Комплимент" в стиле Латино под руководством Гончаровой Людмилы Викторовны.	ЗОЖ	Мероприятие	Гончарова Людмила Викторовна
июнь	06.06.2023	13:00	OFF	Рисунки "Соедини цифры"	Рисунки "Соедини цифры". Приятное и полезное занятие, которое отвлекает от рутины, учит терпению и внимательности. Суть данных раскрасок заключается в соединении ровными линиями пронумерованных точек. Если все точки соединить по порядку, то получится картинка, которую впоследствии можно раскрасить понравившимися цветами.	Творчество	Мероприятие	Симонова Наталья Юрьевна
июнь	06.06.2023	13:00	ON+OFF	Пушкинада	Праздник посвященный дню рождения Александра Сергеевича Пушкина. Часть 1 - Кошерт. В актовом зале пройдет торжественно мероприятие, посвященное дню рождения великого русского поэта. Встречу проводит лидер клуба - Елена Сергеевна Дворецкая.	Развитие	Мероприятие	Дворецкая Елена Сергеевна
июнь	06.06.2023	13:00	OFF	Кулинарный мастер - класс	Кулинарный мастер - класс от лидера клуба Татьяны Константиновны Белковой. О последовательности приготовления вы сможете узнать на встрече клуба.	Развитие	Мероприятие	Белкова Татьяна Константиновна
июнь	06.06.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
июнь	06.06.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
июнь	06.06.2023	13:00	OFF	Репетиция ансамбля "Хорошее настроение"	Репетиция ансамбля	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
июнь	06.06.2023	14:00	ON+OFF	Пушкинада	Праздник посвященный дню рождения Александра Сергеевича Пушкина. Часть 2 - Открытый микрофон. В кафе за чашкой чая все желающие могут почитать стихи собственного сочинения, или великих авторов посвященных А.С. Пушкину. Встречу проводит лидер клуба - Елена Сергеевна Дворецкая.	Развитие	Мероприятие	Дворецкая Елена Сергеевна
июнь	06.06.2023	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
июнь	06.06.2023	14:00	OFF	Просмотр фильма	Просмотр фильма по мотивам ...	Развитие	Встреча клуба	Червоцнев Александр Дмитриевич
июнь	06.06.2023	15:00	OFF	Игра на гитаре	Игра на гитаре, разучивание новых композиций и мелодий.	Творчество	Встреча клуба	Леонова Наталья Владимировна
июнь	06.06.2023	15:00	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
июнь	06.06.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Игры в настольный теннис для любого уровня подготовки	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
июнь	06.06.2023	16:00	OFF	Встреча клуба	Исполнение любимых хитов в микрофон.	Творчество	Встреча клуба	Черкасова Наталья Николаевна
июнь	06.06.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "Желтый трамвай"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартынов Виктор Васильевич
июнь	06.06.2023	16:00	OFF	встреча клуба "Умные шашки"	Настольная игра в шашки	ЗОЖ	Мероприятие	Шаргородский Марк Борисович
июнь	06.06.2023	16:00	OFF	Выставка картин	Сергей Геннадьевич Скачков, пейзажист, член союза художников Подмосковья и России представит новую выставку работ - "Дваточное настроение".	Творчество	Встреча клуба	Скачков Дмитрий Геннадьевич
июнь	06.06.2023	16:00	OFF	Мастер-класс	Приглашаем на встречу нового клуба "В гармонии с собой". Плохое настроение и постоянные стрессы действительно мешают нам жить - снижается трудоспособность, накапливается усталость, теряется радость жизни. Одним из эффективных способов борьбы со стрессом является психологическая разгрузка. Ее можно проводить в любом месте. Приходите на встречу и вы сможете узнать больше о способах психологической разгрузки и как их применять, а поможет нам в этом дипломированный психолог Татьяна Викторовна Дроздова.	Развитие	Встреча клуба	Дроздова Татьяна Викторовна
июнь	06.06.2023	16:00	OFF	встреча клуба "Умные шашки"	Настольная игра в шашки	ЗОЖ	Мероприятие	Шаргородский Марк Борисович
июнь	06.06.2023	16:30	OFF	Просмотр телесериалов	«Рабыня Изаура», 13 - 16 серии — бразильский телесериал 1976 года телекомпании Globo по одноименному роману 1875 года Бернарду Гимарайнша.	Развитие	Встреча клуба	Фролов Вячеслав Ильич
июнь	06.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Западный мост"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казakov Сергей Владимирович
июнь	06.06.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
июнь	06.06.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
июнь	07.06.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
июнь	07.06.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будыкина Татьяна Фёдоровна
июнь	07.06.2023	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
июнь	07.06.2023	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
июнь	07.06.2023	12:00	OFF	Парикмахерское искусство	Консультация по уходу за волосами, лечебные стрижки и коррекция стрижек.	ЗОЖ	Встреча клуба	Байрамулова Эвелина Вадимовна
июнь	07.06.2023	11:00	OFF	Школа гаджет 55+	Помощь в освоении гаджета, видеоролики на большом экране	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
июнь	07.06.2023	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
июнь	07.06.2023	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
июнь	07.06.2023	12:30	OFF	Просмотр видеопрограммы		Развитие	Встреча клуба	Петропавловская Нина Владимировна
июнь	07.06.2023	13:00	OFF	Рисунки "Соедини цифры"	Рисунки "Соедини цифры". Приятное и полезное занятие, которое отвлекает от рутины, учит терпению и внимательности. Суть данных раскрасок заключается в соединении ровными линиями пронумерованных точек. Если все точки соединить по порядку, то получится картинка, которую впоследствии можно раскрасить понравившимися цветами.	Творчество	Мероприятие	Симонова Наталья Юрьевна
июнь	07.06.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	07.06.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	07.06.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич

июнь	07.06.2023	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
июнь	07.06.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	07.06.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	07.06.2023	14:30	OFF	Просмотр видео	Просмотр видеоспектаклей, балетов, фильмов по заявкам	Развитие	Встреча клуба	Рослова Татьяна Викторовна
июнь	07.06.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	07.06.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	07.06.2023	15:00	OFF	Шьем вместе	Консультация и помощь в работе на швейной машинке.	Творчество	Встреча клуба	Любимова Анна Евгеньевна
июнь	07.06.2023	15:00	OFF	Репетиция	Театральная репетиция — подготовка и создание нового спектакля. Повторение старых пьес и постановок.	Творчество	Встреча клуба	Стемковская Галина Вячеславовна
июнь	07.06.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
июнь	07.06.2023	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
июнь	07.06.2023	17:00	OFF	Встреча клуба	Обсуждение после репетиции сложных репетиционных моментов, обмен опытом, отдых в нашем уютном кафе	ЗОЖ	Встреча клуба	Стемковская Галина Вячеславовна
июнь	07.06.2023	18:00	ON	"Практическая психология"	Мастер-класс "Практическая психология".	ЗОЖ	Мероприятие	Слепов Александр Григорьевич
июнь	07.06.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
июнь	07.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Музыкальный кюиск"	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Замович
июнь	07.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Гармония"	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
июнь	07.06.2023	18:30	OFF	Концерт	Концертная программа, приуроченная Дню рождения ЦМД "Тушино". В исполнении квартета "Cantus firmus" при участии хора "Покров" Московского долголетия прозвучат классические произведения.	Творчество	Мероприятие	Коняхина Светлана Станиславовна
июнь	07.06.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
июнь	08.06.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
июнь	08.06.2023	10:00	OFF	Мастер - класс	В День рождения ЦМД "Тушино" шьем в технике печворк "Крышечки на чайную чашечку". Мастер - класс проводит лидер клуба - Елена Анатольевна Папина.	Творчество	Мероприятие	Папина Елена Анатольевна
июнь	08.06.2023	10:00	OFF	Живопись	Сергей Геннадьевич Скачков, пейзажист, член союза художников Подмосковья и России представит новую выставку работ - "Цветочное настроение". На выставке вы сможете узнать у художника о каждой картине, а также увидеть как создаются работы.	Творчество	Встреча клуба	Скачков Дмитрий Геннадьевич
июнь	08.06.2023	10:00	OFF	Дизайнерские украшения	Мастерин браслеты, сережки, подвески и другие изящные изделия с элементами кольчужного плетения.	Творчество	Встреча клуба	Коровайцева Наталья Павловна
июнь	08.06.2023	11:00	OFF	Кулинарный мастер - класс	Кулинарный мастер - класс от лидера клуба Татьяны Константиновны Беляковой. О последовательности приготовления вы сможете узнать на встрече клуба.	Развитие	Мероприятие	Белякова Татьяна Константиновна
июнь	08.06.2023	11:30	OFF	Йога	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченко Наталья Ивановна
июнь	08.06.2023	12:00	OFF	Репетиция	Постановка и репетиция танцев разных направлений под любимые мелодии. Танцуем для души и от души!	ЗОЖ	Встреча клуба	Иноземцева Людмила Георгиевна
июнь	08.06.2023	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
июнь	08.06.2023	12:00	OFF	Репетиция танцевальной студии "Комплимент"	Репетиция танцевальной студии "Комплимент" в стиле Латино под руководством Гончаровой Людмилы Викторовны.	ЗОЖ	Мероприятие	Гончарова Людмила Викторовна
июнь	08.06.2023	12:00	OFF	Фотовыставка "Розы"	Королева цветов во всем своем многообразии. Фотограф Валентин Петров представит нам свои работы роз садовых, корольковых и другие.	Творчество	Мероприятие	Петров Валентин Васильевич
июнь	08.06.2023	12:30	OFF	Кулинарный мастер - класс	Кулинарный мастер - класс от активиста клуба Людмилы Яковлевны Гриппич. О последовательности приготовления вы сможете узнать на встрече клуба.	Развитие	Мероприятие	Гриппич Людмила Яковлевна
июнь	08.06.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
июнь	08.06.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
июнь	08.06.2023	13:00	OFF	Просмотр кинофильма		Развитие	Встреча клуба	Полякова Светлана Анатольевна
июнь	08.06.2023	13:00	OFF	Веселый твистинг	Создам цветочное настроение. Моделируем цветы из воздушных шаров	Творчество	Встреча клуба	Дворецкая Елена Сергеевна
июнь	08.06.2023	14:00	OFF	Медитация	Мастер класс "Медитация с поющими чаши" от дипломированного специалиста Ангелины Кузьминых	ЗОЖ	Мероприятие	Страхов Николай Викторович
июнь	08.06.2023	14:00	OFF	Кулинарный мастер - класс	Кулинарный мастер - класс от лидера клуба Владимира Андреевича Козлова. О последовательности приготовления вы сможете узнать на встрече клуба.	Развитие	Мероприятие	Козлов Владимир Андреевич
июнь	08.06.2023	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
июнь	08.06.2023	14:00	OFF	Обмен растениями	Совместная встреча клуба "Цветочный кроссинг" и "Сад и огород". Обмен комнатными и садовыми растениями. Встречу проводит - Анна Евгеньевна Любимова.	ЗОЖ	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
июнь	08.06.2023	14:00	OFF	Встреча литературного клуба.	Проводит встречу лидер литературного клуба - Вера Георгиевна Антонова.	Развитие	Встреча клуба	Антонова Вера Георгиевна
июнь	08.06.2023	15:00	OFF	Концерт	Хор солистов "Ренессанс"	Творчество	Мероприятие	Александрова Галина Васильевна
июнь	08.06.2023	15:00	OFF	Балл	Балл	ЗОЖ	Мероприятие	Александрова Галина Васильевна
июнь	08.06.2023	15:00	OFF	Репетиция ансамбля "Хорошее настроение"	Репетиция ансамбля	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
июнь	08.06.2023	15:30	OFF	Кулинарный мастер - класс	Кулинарный мастер - класс от активиста клуба Ларисы Витальевны Мараровой. О последовательности приготовления вы сможете узнать на встрече клуба.	Развитие	Мероприятие	Марарова Лариса Витальевна
июнь	08.06.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
июнь	08.06.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "Желтый трамвай"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартьянов Виктор Васильевич
июнь	08.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба Хаэст	Занятие танцами по направлению Хаэст	ЗОЖ	Встреча клуба	Кухтин Евгений Валентинович
июнь	08.06.2023	16:00	OFF	встреча клуба "Умные паншки"	Настольная игра в паншки	ЗОЖ	Мероприятие	Шаргородский Марк Борисович
июнь	08.06.2023	16:00	OFF	Живопись	Мастер класс от Дмитрия Геннадьевича Скачкова по написанию картин масляными красками. Совместно с	Творчество	Встреча клуба	Скачков Дмитрий Геннадьевич
июнь	08.06.2023	17:00	OFF	Кулинарный мастер - класс	Кулинарный мастер - класс от лидера клуба Надежды Викторовны Середы. О последовательности приготовления вы сможете узнать на встрече клуба.	Развитие	Мероприятие	Середа Надежда Викторовна
июнь	08.06.2023	17:00	OFF	Библиоклуб	На встрече клуба любителей книг проводится анализ жизненных ситуаций, соотношение со своим личным опытом, обмен мнениями с другими участниками. Занятия ведет Ашихина Людмила Степановна - психолог Московской службы психологической помощи населению.	Развитие	Встреча клуба	Ашихина Людмила Степановна
июнь	08.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Западный мост"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казakov Сергей Владимирович
июнь	08.06.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
июнь	08.06.2023	18:30	ON+OFF	Самомассаж	Вечерние процедуры. Самомассаж лица, шеи и рук. Приготовление масок из натуральных ингредиентов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Калыбина Светлана Валентиновна
июнь	08.06.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
июнь	09.06.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
июнь	09.06.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будаккина Татьяна Фёдоровна
июнь	09.06.2023	10:00	OFF	Мастер - класс	Шьем в технике печворк сумочку из южнокорейской ткани. Мастер - класс проводит лидер клуба - Елена Анатольевна Папина.	Творчество	Мероприятие	Папина Елена Анатольевна

июнь	09.06.2023	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	Встреча клуба	Мамонова Ольга Валерьевна
июнь	09.06.2023	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
июнь	09.06.2023	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
июнь	09.06.2023	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
июнь	09.06.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
июнь	09.06.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	09.06.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	09.06.2023	13:00	ON+OFF	Кулинарный мастер-класс		ЗОЖ	Встреча клуба	Власова Ирина Юрьевна
июнь	09.06.2023	14:00	OFF	Мандалы и нейрографика	Арт-терапия - особый вид диалога с самим собой. Приглашаем вас успокоить свои мысли и стать более гармоничным. Повяжите себе время, рисуя мандалы или нейрографику и слушая медитативную музыку.	ЗОЖ	Встреча клуба	Пылова Елена Николаевна
июнь	09.06.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	09.06.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	09.06.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	09.06.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	09.06.2023	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
июнь	09.06.2023	16:00	OFF	Встреча клуба	Исполнение любимых хитов в микрофон.	Творчество	Встреча клуба	Черкасова Наталья Николаевна
июнь	09.06.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабан Александр Викторович
июнь	09.06.2023	17:00	OFF	Концерт	Танцевальный коллектив Елены Христовой с концертом "От всей души"	Творчество	Мероприятие	Христовой Елена
июнь	09.06.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
июнь	09.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Гармония"	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Александровна
июнь	09.06.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
июнь	10.06.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
июнь	10.06.2023	10:00	OFF	Мастер - класс	Шьем в технике пэчворк сумочку из южнокорейской ткани. Мастер - класс проводит лидер клуба - Елена Анатольевна Панина.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
июнь	10.06.2023	11:00	OFF	Мастер - класс	Изготовление открытки в технике папьертои. Папьертои – это ручное вырезание из бумаги и создание 3D изображений. Используя технику папьертои можно создать чудесные объемные картины своими руками.	Творчество	Встреча клуба	Комлева Лариса Петровна
июнь	10.06.2023	11:30	OFF	Йога	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченко Наталья Ивановна
июнь	10.06.2023	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
июнь	10.06.2023	12:00	OFF	Мастер класс по звуковому редактору	Знакомство и практические советы по использованию звукового редактора (компьютерной программы) Ableton. Учимся создавать музыку	Творчество	Мероприятие	Дубовой Виктор Олегович
июнь	10.06.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
июнь	10.06.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
июнь	10.06.2023	14:00	OFF	Мастер класс по гитаре	Простые упражнения для развития навыков игры на гитаре.	Развитие	Мероприятие	Дубовой Виктор Олегович
июнь	10.06.2023	14:00	OFF	Мандалы и нейрографика	Арт-терапия - особый вид диалога с самим собой. Приглашаем вас успокоить свои мысли и стать более гармоничным. Повяжите себе время, рисуя мандалы или нейрографику и слушая медитативную музыку.	ЗОЖ	Встреча клуба	Пылова Елена Николаевна
июнь	10.06.2023	15:00	ON+OFF	Психолог и Я	Клуб "Психолог и Я". Тема встречи : "_____". Для наиболее продуктивного проведения мероприятия, просим вас заранее сформулировать вопрос по теме. На встрече с квалифицированным психологом, Иной Александровной можно присоединится в формате онлайн через видео чат в телеграмм или в медиagoastной 3 нашего центра.	ЗОЖ	Мероприятие	Мезина Инна Александровна
июнь	10.06.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "Желтый трамвай"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартынов Виктор Васильевич
июнь	10.06.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабан Александр Викторович
июнь	10.06.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
июнь	10.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба	Гимнастика для лица. Блоки упражнений.	Развитие	Встреча клуба	Григорянц Галина Николаевна
июнь	11.06.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
июнь	11.06.2023	10:00	OFF	Мастер - класс	Шьем в технике пэчворк сумочку из южнокорейской ткани. Мастер - класс проводит лидер клуба - Елена Анатольевна Панина.	Творчество	Мероприятие	Панина Елена Анатольевна
июнь	11.06.2023	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	Полянов Сергей Леонидович
июнь	11.06.2023	10:00	OFF	Дыхательная гимнастика и смехоминутка	Сочетание дыхательных упражнений, которые насыщают мозг и другие органы кислородом. Вас наполняет энергия, отступают боли, улучшаются настроение и отношения с людьми, вся жизнь в целом переходит на качественно иной уровень.	ЗОЖ	Мероприятие	Русинова Людмила Владимировна
июнь	11.06.2023	11:00	ON+OFF	Лекция - беседа	Приглашаем на лекцию - беседу с химиком - биологом, заслуженным учителем РФ Светланой Валентиновной Калыбиной.	ЗОЖ	Встреча клуба	Калыбина Светлана Валентиновна
июнь	11.06.2023	11:00	OFF	Настольные игры	Играем вместе в русское лото	ЗОЖ	Мероприятие	Иванов Владимир Петрович
июнь	11.06.2023	12:00	OFF	Bosu - club (по предварительной записи)	Работа на координацию и ловкость на балансировочных полушарах Bosu для желающих улучшить свою физическую форму. Набор в группу только с хорошей физической формой и по записи.	ЗОЖ	Встреча клуба	Белове Татьяна Нисоновна
июнь	11.06.2023	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
июнь	11.06.2023	13:00	OFF	Встреча клуба "Западный мост"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казакос Сергей Владимирович
июнь	11.06.2023	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	Бондарев Валерий Викторович
июнь	11.06.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	11.06.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	11.06.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	11.06.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	11.06.2023	14:00	OFF	Встреча клуба	Лекция о космосе, самолётостроении, современные технологии в мире машиностроения, новые инженерные решения в разных отраслях науки	Развитие	Встреча клуба	Алпанов Виктор Михайлович
июнь	11.06.2023	14:00	OFF	Встреча клуба "Плужба"	Тренировка по игре в шахматы. Дружеский шахматный турнир. Начало турнира в 14:00. Регистрации в 13:45	ЗОЖ	Мероприятие	Мешков Анатолий Юрьевич

июнь	11.06.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	11.06.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	11.06.2023	15:30	OFF	Просмотр художественных фильмов.	«Библиотекарь 3: Проклятие иудовой чаши» — приключенческий фильм, третий из цикла фильмов «Библиотекарь». Третья часть захватывающих приключений Флины Карсена, в которой Флину вновь предстоит спасти мир, но уже от угрожающего всеобщему спокойствию воскрешения Графа Дракулы. Находясь в отпуске, Флин знакомится с умопомрачительной красоткой Симоной, которая совершенно неожиданно для Флина узнает в нем Библиотекаря и <b>обращается к нему за помощью.</b>	Развитие	Встреча клуба	Фролов Вячеслав Ильич
июнь	11.06.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
июнь	11.06.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "КАКТУЗ"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Гниловский Андрей Николаевич
июнь	11.06.2023	16:00	OFF	Восточные танцы "Салам"	Занятия танцами в клубе "Салам".	ЗОЖ	Мероприятие	Кулешова Татьяна Анатольевна
июнь	11.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Музыкальный киоск"	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Замович
июнь	11.06.2023	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	Апаньева Ирина Андреевна
июнь	11.06.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
июнь	12.06.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
июнь	12.06.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будыкина Татьяна Фёдоровна
июнь	12.06.2023	11:00	OFF	Парикмахерское искусство	Консультация по уходу за волосами, лечебные стрижки и коррекция стрижек.	ЗОЖ	Встреча клуба	Байрамулова Эвелина Вадимовна
июнь	12.06.2023	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
июнь	12.06.2023	13:00	OFF	Просмотр кинофильма		Развитие	Встреча клуба	Петропавловская Нина Владимировна
июнь	12.06.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	12.06.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	12.06.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	12.06.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	12.06.2023	15:00	OFF	Шьем вместе	Консультация и помощь в работе на швейной машинке.	Творчество	Встреча клуба	Любимова Анна Евгеньевна
июнь	12.06.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	12.06.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	12.06.2023	15:00	OFF	Репетиция	Театральная репетиция — подготовка и создание нового спектакля. Повторение старых пьес и постановок.	Творчество	Встреча клуба	Степковская Галина Вячеславовна
июнь	12.06.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
июнь	12.06.2023	17:00	OFF	Встреча клуба	Обсуждение после репетиции сложных репетиционных моментов, обмен опытом, отдых в нашем уютном кафе	ЗОЖ	Встреча клуба	Степковская Галина Вячеславовна
июнь	12.06.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
июнь	12.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Музыкальный киоск"	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Замович
июнь	12.06.2023	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
июнь	12.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Гармония"	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
июнь	12.06.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
июнь	13.06.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
июнь	13.06.2023	12:00	OFF	Йога	Баланс. Упражнения на координацию и равновесие с Ириной Сивцовой.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченко Наталья Ивановна
июнь	13.06.2023	12:00	OFF	Репетиция танцевальной студии "Комплимент"	Репетиция танцевальной студии "Комплимент" в стиле Латина под руководством Гончаровой Людмилы Викторовны.	ЗОЖ	Мероприятие	Гончарова Людмила Викторовна
июнь	13.06.2023	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
июнь	13.06.2023	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
июнь	13.06.2023	13:00	OFF	Кулинарный мастер - класс	О последовательности приготовления вы сможете узнать на встрече клуба.	Развитие	Мероприятие	Белякова Татьяна Константиновна
июнь	13.06.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильных Елена Юрьевна
июнь	13.06.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
июнь	13.06.2023	13:00	OFF	Репетиция ансамбля "Хорошее настроение"	Репетиция ансамбля	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
июнь	13.06.2023	13:00	OFF	Рисунки "Соедини цифры"	Рисунки "Соедини цифры". Приятное и полезное занятие, которое отвлекает от рутины, учит терпению и внимательности. Суть данных раскрасок заключается в соединении ровными линиями пронумерованных точек. Если все точки соединить по порядку, то получится картинка, которую впоследствии можно раскрасить понравившимися цветами.	Творчество	Мероприятие	Симонова Наталья Юрьевна
июнь	13.06.2023	14:00	OFF	Просмотр фильма	Просмотр фильма по мотивам ...	Развитие	Встреча клуба	Червошцев Александр Дмитриевич
июнь	13.06.2023	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
июнь	13.06.2023	14:00	OFF	Вечер поэзии	На встрече клуба вы сможете узнать о _____, а во второй части встречи все желающие смогут почитать стихи собственного сочинения или известных авторов придерживаясь темы "_____". Встречу проводит Зоя Забитовна Кардова	ЗОЖ	Мероприятие	Кардова Зоя Забитовна
июнь	13.06.2023	15:00	OFF	Игра на гитаре	Игра на гитаре, разучивание новых композиций и мелодий.	Творчество	Встреча клуба	Леонова Наталья Владимировна
июнь	13.06.2023	15:00	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
июнь	13.06.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Игры в настольный теннис для любого уровня подготовки	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
июнь	13.06.2023	16:00	OFF	Встреча клуба	Исполнение любимых хитов в микрофон.	Творчество	Встреча клуба	Черкасова Наталья Николаевна
июнь	13.06.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "Желтый трамвай"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартьянов Виктор Васильевич
июнь	13.06.2023	16:00	OFF	встреча клуба "Умные шашки"	Настольная игра в шашки	ЗОЖ	Мероприятие	Шаргородский Марк Борисович

июнь	13.06.2023	16:00	OFF	Мастер-класс	Приглашаем на встречу нового клуба "В гармонии с собой". Плохое настроение и постоянные стрессы действительно мешают нам жить - снижается трудоспособность, накапливается усталость, теряется радость жизни. Одним из эффективных способов борьбы со стрессом является психологическая разгрузка. Ее можно проводить в любом месте. Приходите на встречу и вы сможете узнать больше о способах психологической разгрузки и как их применять, а поможет нам в этом дипломированный психолог Татьяна Викторовна Дроздова.	Развитие	Встреча клуба	Дроздова Татьяна Викторовна
июнь	13.06.2023	16:00	OFF	встреча клуба "Умные шашки"	Настольная игра в шашки	ЗОЖ	Мероприятие	Шаргородский Марк Борисович
июнь	13.06.2023	16:30	OFF	Просмотр телесериалов	«Рабыня Изаура», 17 - 20 серии — Бразильский телесериал 1976 года телекомпании Globo по одноименному роману 1875 года Бернарду Гимарайнша.	Развитие	Встреча клуба	Фролов Вячеслав Ильич
июнь	13.06.2023	17:00	OFF	ОФП	ОФП с небольшой нагрузкой. Общий комплекс для всего организма: для глаз, ушей, памяти	ЗОЖ	Мероприятие	Короткова Галина Николаевна
июнь	13.06.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
июнь	13.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Западный мост"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казаков Сергей Владимирович
июнь	13.06.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
июнь	14.06.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
июнь	14.06.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будыкина Татьяна Фёдоровна
июнь	14.06.2023	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
июнь	14.06.2023	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, улучшает ум.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
июнь	14.06.2023	11:00	OFF	Парикмахерское искусство	Консультация по уходу за волосами, лечебные стрижки и коррекция стрижек.	ЗОЖ	Встреча клуба	Байрамкулова Эвелина Вадимовна
июнь	14.06.2023	11:00	OFF	Школа гаджет 55+	Помощь в освоении гаджета, видеоролики на большом экране	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
июнь	14.06.2023	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
июнь	14.06.2023	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
июнь	14.06.2023	12:30	OFF	Просмотр видеопрограммы		Развитие	Встреча клуба	Петропавловская Нина Владимировна
июнь	14.06.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
июнь	14.06.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	14.06.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	14.06.2023	13:00	OFF	Рисунки "Соедини цифры"	Рисунки "Соедини цифры". Приятное и полезное занятие, которое отвлечет от рутинных дел, учит терпению и внимательности. Суть данных раскрасок заключается в соединении ровными линиями пронумерованных точек. Если все точки соединить по порядку, то получится картинка, которую впоследствии можно раскрасить понравившимися цветами.	Творчество	Мероприятие	Симонова Наталья Юрьевна
июнь	14.06.2023	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
июнь	14.06.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	14.06.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	14.06.2023	14:30	OFF	Просмотр видео	Просмотр видеоспектаклей, балетов, фильмов по заявкам	Развитие	Встреча клуба	Рослова Татьяна Викторовна
июнь	14.06.2023	15:00	OFF	Шьем вместе	Консультация и помощь в работе на швейной машинке.	Творчество	Встреча клуба	Любимова Анна Евгеньевна
июнь	14.06.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	14.06.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	14.06.2023	15:00	OFF	Репетиция	Театральная репетиция — подготовка и создание нового спектакля. Повторение старых пьес и постановок.	Творчество	Встреча клуба	Стемковская Галина Вячеславовна
июнь	14.06.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабан Александр Викторович
июнь	14.06.2023	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
июнь	14.06.2023	17:00	OFF	Встреча клуба	Обсуждение после репетиции сложных репетиционных моментов, обмен опытом, отдых в нашем уютном кафе	ЗОЖ	Встреча клуба	Стемковская Галина Вячеславовна
июнь	14.06.2023	18:00	ON	"Практическая психология"	Мастер-класс "Практическая психология".	ЗОЖ	Мероприятие	Слепов Александр Григорьевич
июнь	14.06.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
июнь	14.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Музыкальный кюсс"	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Замоич
июнь	14.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Гармония"	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
июнь	14.06.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
июнь	15.06.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
июнь	15.06.2023	11:00	OFF	Дизайнерские украшения	Мастерим браслеты, сережки, подвески и другие изящные изделия с элементами кольчужного плетения.	Творчество	Встреча клуба	Коровяцкая Наталья Павловна
июнь	15.06.2023	11:30	OFF	Йога	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченко Наталья Ивановна
июнь	15.06.2023	12:00	OFF	Репетиция танцевальной студии "Комплимент"	Репетиция танцевальной студии "Комплимент" в стиле Латино под руководством Гончаровой Людмилы Викторовны.	ЗОЖ	Мероприятие	Гончарова Людмила Викторовна
июнь	15.06.2023	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
июнь	15.06.2023	13:00	OFF	Кулинарный мастер - класс	Кулинарный мастер - класс от лидера клуба Надежды Викторовны Середы. О последовательности приготовления вы сможете узнать на встрече клуба.	Развитие	Мероприятие	Середи Надежда Викторовна
июнь	15.06.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
июнь	15.06.2023	13:00	OFF	Просмотр кинофильма		Развитие	Встреча клуба	Поякова Светлана Анатольевна
июнь	15.06.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильных Елена Юрьевна
июнь	15.06.2023	14:00	OFF	"Ваш стиль" - парикмахерское искусство.	Встреча клуба по парикмахерскому искусству "Ваш стиль". Добро пожаловать в пространство индивидуального образа! Ваш стиль дополнит эффектные и выразительные линии, а создание форм по правилам золотого сечения не потребуют укладки, дадут свободу и удобство. Консультация и рекомендации по выбору стрижки и поиску индивидуального образа от парикмахера - стилиста Юлии Игоревны Грищенко.	Развитие	Мероприятие	Грищенко Юлия Игоревна
июнь	15.06.2023	14:00	OFF	Встреча литературного клуба	Проводит встречу лидер литературного клуба - Вера Георгиевна Антонова.	Развитие	Встреча клуба	Антонова Вера Георгиевна
июнь	15.06.2023	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
июнь	15.06.2023	15:00	OFF	Репетиция ансамбля "Хорошее настроение"	Репетиция ансамбля	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
июнь	15.06.2023	15:30	OFF	Просмотр художественных фильмов.	Предлагаем вашему вниманию художественный фильм ...	Развитие	Встреча клуба	Фролов Вячеслав Ильич

июнь	15.06.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
июнь	15.06.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "Желтый трамвай"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартынов Виктор Васильевич
июнь	15.06.2023	16:00	OFF	встреча клуба "Умные шапки"	Настольная игра в шапки	ЗОЖ	Мероприятие	Шаргородский Марк Борисович
июнь	15.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба Хахл	Занятие танцами по направлению Хахл	ЗОЖ	Встреча клуба	Кухтин Евгений Валентинович
июнь	15.06.2023	16:30	OFF	И светла от берез Россия	Концерт хора "Ветеран" ДОСААФ России. Художественный руководитель - Галина Куничкина.	Творчество	Мероприятие	Куничкина Галина Михайловна
июнь	15.06.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
июнь	15.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Западный мост"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казак Сергей Владимирович
июнь	15.06.2023	18:30	ON+OFF	Самомассаж	Вечерние процедуры. Самомассаж лица, шеи и рук. Приготовление масок из натуральных ингредиентов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Калыбина Светлана Валентиновна
июнь	15.06.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
июнь	16.06.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
июнь	16.06.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будыкина Татьяна Фёдоровна
июнь	16.06.2023	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	Встреча клуба	Мамонова Ольга Валерьевна
июнь	16.06.2023	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
июнь	16.06.2023	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
июнь	16.06.2023	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
июнь	16.06.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
июнь	16.06.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	16.06.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	16.06.2023	13:00	ON+OFF	Кулинарный мастер-класс		ЗОЖ	Встреча клуба	Власова Ирина Юрьевна
июнь	16.06.2023	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
июнь	16.06.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	16.06.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	16.06.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	16.06.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	16.06.2023	16:00	OFF	Классическая йога.	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранаяма, Шавасана и Созерание, 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
июнь	16.06.2023	16:00	OFF	Встреча клуба	Исполнение любимых хитов в микрофон.	Творчество	Встреча клуба	Черкасова Наталья Николаевна
июнь	16.06.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
июнь	16.06.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
июнь	16.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Гармония"	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
июнь	16.06.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
июнь	17.06.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
июнь	17.06.2023	11:00	OFF	Мастер - класс	Изготовление открытки в технике папьертоль. Папьертоль – это ручное вырезание из бумаги и создание 3D изображений. Используя технику папьертоль можно создать чудесные объемные картины своими руками.	Творчество	Встреча клуба	Комлева Лариса Петровна
июнь	17.06.2023	11:30	OFF	Йога	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченко Наталья Ивановна
июнь	17.06.2023	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
июнь	17.06.2023	12:00	OFF	Мастер класс по звуковому редактору	Знакомство и практические советы по использованию звукового редактора (компьютерной программы) Ableton. Учимся создавать музыку	Творчество	Мероприятие	Дубовой Виктор Олегович
июнь	17.06.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
июнь	17.06.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
июнь	17.06.2023	14:00	OFF	Мастер класс по гитаре	Простые упражнения для развития навыков игры на гитаре.	Развитие	Мероприятие	Дубовой Виктор Олегович
июнь	17.06.2023	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
июнь	17.06.2023	15:00	ON+OFF	Психолог и Я	Клуб "Психолог и я". Тема встречи : "_____". Для наиболее продуктивного проведения мероприятия, просим вас заранее сформулировать вопрос по теме. На встречу с квалифицированным психологом, Ириной Александровной можно присоединиться в формате онлайн через видео чат в телеграм или в мессенджерной 3 нашего центра.	ЗОЖ	Мероприятие	Мезина Инна Александровна
июнь	17.06.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "Желтый трамвай"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартынов Виктор Васильевич
июнь	17.06.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
июнь	17.06.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
июнь	17.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба	Гимнастика для лица. Блоки упражнений.	Развитие	Встреча клуба	Григорьянц Галина Николаевна
июнь	18.06.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
июнь	18.06.2023	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	Полынов Сергей Леонидович
июнь	18.06.2023	10:00	OFF	Дыхательная гимнастика и смехоминутка	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
июнь	18.06.2023	11:00	OFF	Настольные игры	Играем вместе в русское лото	ЗОЖ	Мероприятие	Иванов Владимир Петрович
июнь	18.06.2023	11:00	ON+OFF	Лекция - беседа	Приглашаем на лекцию - беседу с химиком - биологом, заслуженным учителем РФ Светланой Валентиновной Калыбиной.	ЗОЖ	Встреча клуба	Калыбина Светлана Валентиновна
июнь	18.06.2023	12:00	OFF	Bosu - club (по предварительной записи)	Работа на координацию и ловкость на балансировочных полуферах Bosu для желающих улучшить свою физическую форму. Набор в группу только с хорошей физической формой и по записи.	ЗОЖ	Встреча клуба	Беловс Татьяна Нисоновна
июнь	18.06.2023	13:00	ON+OFF	Кулинарный мастер - класс	О последовательности приготовления блюда вы сможете узнать во время встречи нашего клуба. Готовим блюдо и обсуждаем полезные свойства ингредиентов.	ЗОЖ	Мероприятие	Антощенко Любовь Петровна



июнь	18.06.2023	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	Бондарев Валерий Викторович
июнь	18.06.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	18.06.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	18.06.2023	13:00	OFF	Встреча клуба "Западный мост"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казакос Сергей Владимирович
июнь	18.06.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	18.06.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	18.06.2023	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
июнь	18.06.2023	14:00	OFF	Встреча клуба "Дружба"	Тренировка по игре в шахматы. Дружеский шахматный турнир. Начало турнира в 14:00 Регистрация в 13:45	ЗОЖ	Мероприятие	Мешков Анатолий Юрьевич
июнь	18.06.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	18.06.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	18.06.2023	15:30	OFF	Просмотр художественных фильмов.	Просмотр художественного фильма ...	Развитие	Встреча клуба	Фролов Вячеслав Ильич
июнь	18.06.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "КАКТУЗ"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Гниловский Андрей Николаевич
июнь	18.06.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабан Александр Викторович
июнь	18.06.2023	16:00	OFF	Восточные танцы "Салям"	Занятия танцами в клубе "Салям".	ЗОЖ	Мероприятие	Кулешова Татьяна Анатольевна
июнь	18.06.2023	16:30	OFF	Полезные знакомства	Тема: _____, Встречу проводит Валентин Васильевич Петров	ЗОЖ	Мероприятие	Петров Валентин Васильевич
июнь	18.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Музыкальный киоск"	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Замович
июнь	18.06.2023	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	Апаньева Ирина Андреевна
июнь	18.06.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
июнь	19.06.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
июнь	19.06.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будкина Татьяна Фёдоровна
июнь	19.06.2023	11:00	OFF	Парикмахерское искусство	Консультация по уходу за волосами, лечебные стрижки и коррекция стрижек.	ЗОЖ	Встреча клуба	Байрамулова Эвелина Валдимовна
июнь	19.06.2023	13:00	OFF	Просмотр кинофильма		Развитие	Встреча клуба	Петропавловская Нина Владимировна
июнь	19.06.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	19.06.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	19.06.2023	13:00	OFF	Классическая йога.	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранаяма, Шавасана и Соשרашне, 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
июнь	19.06.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	19.06.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	19.06.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	19.06.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	19.06.2023	15:00	OFF	Шьем вместе	Консультация и помощь в работе на швейной машинке.	Творчество	Встреча клуба	Любимова Анна Евгеньевна
июнь	19.06.2023	15:00	OFF	Репетиция	Театральная репетиция — подготовка и создание нового спектакля. Повторение старых пьес и постановок.	Творчество	Встреча клуба	Стемковская Галина Вячеславовна
июнь	19.06.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабан Александр Викторович
июнь	19.06.2023	17:00	OFF	Встреча клуба	Обсуждение после репетиции сложных репетиционных моментов, обмен опытом, отдых в нашем уютном кафе	ЗОЖ	Встреча клуба	Стемковская Галина Вячеславовна
июнь	19.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Музыкальный киоск"	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Замович
июнь	19.06.2023	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 Ульiana Игоревна
июнь	19.06.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
июнь	19.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Гармония"	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
июнь	19.06.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
июнь	20.06.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
июнь	20.06.2023	11:00	ON+OFF	Онлайн путешествия	Тема ".....". Встречу проводит лидер клуба - Елена Сергеевна Дворецкая.	Развитие	Мероприятие	Дворецкая Елена Сергеевна
июнь	20.06.2023	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
июнь	20.06.2023	12:00	OFF	Йога	Баланс. Упражнения на координацию и равновесие с Ириной Сивцовой.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченко Наталья Ивановна
июнь	20.06.2023	12:00	OFF	Репетиция танцевальной студии "Комплимент"	Репетиция танцевальной студии "Комплимент" в стиле Латина под руководством Гончаровой Людмилы Викторовны.	ЗОЖ	Мероприятие	Гончарова Людмила Викторовна
июнь	20.06.2023	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
июнь	20.06.2023	13:00	OFF	Кулинарный мастер - класс	Кулинарный мастер - класс от лидера клуба Татьяны Константиновны Беляжковой. О последовательности приготовления вы сможете узнать на встрече клуба.	Развитие	Мероприятие	Беляжкова Татьяна Константиновна
июнь	20.06.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
июнь	20.06.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
июнь	20.06.2023	13:00	OFF	Репетиция ансамбля "Хорошее настроение"	Репетиция ансамбля	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
июнь	20.06.2023	13:00	OFF	Рисунки "Соедини цифры"	Рисунки "Соедини цифры". Приятное и полезное занятие, которое отвлекает от рутины, учит терпению и внимательности. Суть данных раскрасок заключается в соединении ровными линиями пронумерованных точек. Если все точки соединить по порядку, то получится картинка, которую впоследствии можно раскрасить понравившимися цветами.	Творчество	Мероприятие	Симонова Наталья Юрьевна
июнь	20.06.2023	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
июнь	20.06.2023	14:00	OFF	Просмотр фильма	Просмотр фильма по мотивам ...	Развитие	Встреча клуба	Червошнев Александр Дмитриевич
июнь	20.06.2023	14:00	OFF	Вечер поэзии	На встрече клуба вы сможете узнать о _____, а во второй части встречи все желающие смогут почитать стихи собственного сочинения или известных авторов придерживаясь темы "_____". Встречу проводит Зоя Забитовна Кардова	ЗОЖ	Мероприятие	Кардова Зоя Забитовна

июнь	20.06.2023	15:00	OFF	Игра на гитаре	Игра на гитаре, разучивание новых композиций и мелодий.	Творчество	Встреча клуба	Леона Наталья Владимировна
июнь	20.06.2023	15:00	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
июнь	20.06.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Игры в настольный теннис для любого уровня подготовки	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабан Александр Викторович
июнь	20.06.2023	16:00	OFF	Встреча клуба	Исполнение любимых хитов в микрофон.	Творчество	Встреча клуба	Черкасова Наталья Николаевна
июнь	20.06.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "Желтый трамвай"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартьянов Виктор Васильевич
июнь	20.06.2023	16:00	OFF	встреча клуба "Умные шашки"	Настольная игра в шашки	ЗОЖ	Мероприятие	Шаргородский Марк Борисович
июнь	20.06.2023	16:00	OFF	Мастер-класс	Приглашаем на встречу нового клуба "В гармонии с собой". Плохое настроение и постоянные стрессы действительно мешают нам жить - снижается трудоспособность, накапливается усталость, теряется радость жизни. Одним из эффективных способов борьбы со стрессом является психологическая разгрузка. Ее можно проводить в любом месте. Приходите на встречу и вы сможете узнать больше о способах психологической разгрузки и как их применять, а поможет нам в этом дипломированный психолог Татьяна Викторовна Дроздова.	Развитие	Встреча клуба	Дроздова Татьяна Викторовна
июнь	20.06.2023	16:00	OFF	встреча клуба "Умные шашки"	Настольная игра в шашки	ЗОЖ	Мероприятие	Шаргородский Марк Борисович
июнь	20.06.2023	16:30	OFF	Просмотр телесериалов	«Рабыня Изаура», 21 - 24 серии — бразильский телесериал 1976 года телекомпани Globo по одноимённому роману 1875 года Бернарду Гимарайнша.	Развитие	Встреча клуба	Фролов Вячеслав Ильич
июнь	20.06.2023	17:00	OFF	ОФП	ОФП с небольшой нагрузкой . Общй комплекс для всего организма: для глаз, ушей, памяти	ЗОЖ	Мероприятие	Короткова Галина Николаевна
июнь	20.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Западный мост"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казakov Сергей Владимирович
июнь	20.06.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
июнь	20.06.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
июнь	21.06.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Борзов Юрий Викторович
июнь	21.06.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будыкина Татьяна Фёдоровна
июнь	21.06.2023	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
июнь	21.06.2023	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
июнь	21.06.2023	11:00	OFF	Парикмахерское искусство	Консультация по уходу за волосами, лечебные стрижки и коррекция стрижек.	ЗОЖ	Встреча клуба	Байрамулова Эвелина Валдимовна
июнь	21.06.2023	11:00	OFF	Школа гаджет 55+	Помощь в освоении гаджета, видеуроки на большом экране	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
июнь	21.06.2023	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
июнь	21.06.2023	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
июнь	21.06.2023	12:30	OFF	Просмотр видеопрограммы		Развитие	Встреча клуба	Петропавловская Инна Владимировна
июнь	21.06.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
июнь	21.06.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	21.06.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	21.06.2023	13:00	OFF	Рисунки "Соедини цифры"	Рисунки "Соедини цифры". Приятное и полезное занятие, которое отвлекает от рутинных, учит терпению и внимательности . Суть данных раскрасок заключается в соединении ровными линиями пронумерованных точек. Если все точки соединить по порядку, то получится картинка, которую впоследствии можно раскрасить понравившимися цветами.	Творчество	Мероприятие	Симонова Наталья Юрьевна
июнь	21.06.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	21.06.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	21.06.2023	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
июнь	21.06.2023	14:30	OFF	Просмотр видео	Просмотр видеоспектаклей, балетов, фильмов по заказам	Развитие	Встреча клуба	Рослова Татьяна Викторовна
июнь	21.06.2023	15:00	OFF	Шьем вместе	Консультация и помощь в работе на швейной машинке.	Творчество	Встреча клуба	Любимова Анна Евгеньевна
июнь	21.06.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	21.06.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	21.06.2023	15:00	OFF	Репетиция	Театральная репетиция — подготовка и создание нового спектакля. Повторение старых пьес и постановок.	Творчество	Встреча клуба	Стемковская Галина Вячеславовна
июнь	21.06.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабан Александр Викторович
июнь	21.06.2023	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
июнь	21.06.2023	17:00	OFF	Встреча клуба	Обсуждение после репетиции сложных репетиционных моментов, обмен опытом, отдых в нашем уютном кафе	ЗОЖ	Встреча клуба	Стемковская Галина Вячеславовна
июнь	21.06.2023	18:00	ON	"Практическая психология"	Мастер-класс "Практическая психология".	ЗОЖ	Мероприятие	Слепов Александр Григорьевич
июнь	21.06.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
июнь	21.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Музыкальный кюск"	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Замович
июнь	21.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Гармония"	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
июнь	21.06.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
июнь	22.06.2023	11:00	OFF	Дизайнерские украшения	Мастерим браслеты, сережки, подвески и другие изящные изделия с элементами кольчужного плетения.	Творчество	Встреча клуба	Корвайцева Наталья Павловна
июнь	22.06.2023	11:30	OFF	Йога	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченко Наталья Ивановна
июнь	22.06.2023	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
июнь	22.06.2023	12:00	OFF	Репетиция танцевальной студии "Комплимент"	Репетиция танцевальной студии "Комплимент" в стиле Латино под руководством Гончаровой Людмилы Викторовны.	ЗОЖ	Мероприятие	Гончарова Людмила Викторовна
июнь	22.06.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
июнь	22.06.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
июнь	22.06.2023	13:00	OFF	Кулинарный мастер - класс	О последовательности приготовления вы сможете узнать на встрече клуба.	Развитие	Мероприятие	Середа Надежда Викторовна
июнь	22.06.2023	13:00	OFF	Просмотр кинофильма		Развитие	Встреча клуба	Полякова Светлана Анатольевна
июнь	22.06.2023	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
июнь	22.06.2023	14:00	OFF	Встреча литературного клуба	Проводит встречу лидер литературного клуба - Вера Георгиевна Антонова.	Развитие	Встреча клуба	Антонова Вера Георгиевна

июнь	22.06.2023	14:00	OFF	Обмен растениями	Совместная встреча клуба "Цветочный крестинг" и "Сад и огород". Обмен комнатными и садовыми растениями. Встречу проводит - Анна Евгеньевна Любимова.	ЗОЖ	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
июнь	22.06.2023	15:00	OFF	Репетиция ансамбля "Хорошее настроение"	Репетиция ансамбля	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
июнь	22.06.2023	15:30	OFF	Просмотр художественных фильмов.	Предлагаем вашему вниманию художественный фильм ...	Развитие	Встреча клуба	Фролов Вячеслав Ильич
июнь	22.06.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "Желтый трамвай"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартынов Виктор Васильевич
июнь	22.06.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабан Александр Викторович
июнь	22.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба Хаствл	Занятие танцами по направлению Хаствл	ЗОЖ	Встреча клуба	Кухтин Евгений Валентинович
июнь	22.06.2023	16:00	OFF	встреча клуба "Умные шашки"	Настольная игра в шашки	ЗОЖ	Мероприятие	Шаргородский Марк Борисович
июнь	22.06.2023	17:00	OFF	Библиоклуб	На встрече клуба любителей книг проводится анализ жизненных ситуаций, соотношение со своим личным опытом, обмен мнениями с другими участниками. Занятия ведет Ашихина Людмила Степановна - психолог Московской службы психологической помощи населению.	Развитие	Встреча клуба	Ашихина Людмила Степановна
июнь	22.06.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
июнь	22.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Западный мост"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казakov Сергей Владимирович
июнь	22.06.2023	18:30	ON+OFF	Самомассаж	Вечерние процедуры. Самомассаж лица, шеи и рук. Приготовление масок из натуральных ингредиентов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Калыбина Светлана Владимировна
июнь	22.06.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
июнь	22.06.2023		OFF		Встреча с врачом-терапевтом. Тема встречи " Как вести себя в жару: солнечный и тепловой удары, солнечные ожоги, физические нагрузки, обезвоживание".	ЗОЖ	Мероприятие	Охотина Оксана Николаевна
июнь	23.06.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будыкина Татьяна Фёдоровна
июнь	23.06.2023	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	Встреча клуба	Мамонова Ольга Валерьевна
июнь	23.06.2023	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
июнь	23.06.2023	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
июнь	23.06.2023	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
июнь	23.06.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	23.06.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	23.06.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
июнь	23.06.2023	13:00	ON+OFF	Кулинарный мастер-класс		ЗОЖ	Встреча клуба	Власова Ирина Юрьевна
июнь	23.06.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	23.06.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	23.06.2023	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
июнь	23.06.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	23.06.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	23.06.2023	16:00	OFF	Классическая йога.	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Праанаяма, Шавасана и Созерание, 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
июнь	23.06.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабан Александр Викторович
июнь	23.06.2023	16:00	OFF	Встреча клуба	Исполнение любимых хитов в микрофон.	Творчество	Встреча клуба	Черкасова Наталья Николаевна
июнь	23.06.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
июнь	23.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Гармония"	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
июнь	23.06.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
июнь	24.06.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
июнь	24.06.2023	11:00	OFF	Мастер - класс	Изготовление открытки в технике папертолы. Папертоль – это ручное вырезание из бумаги и создание 3D изображений. Используя технику папертоль можно создать чудесные объемные картины своими руками.	Творчество	Встреча клуба	Комлева Лариса Петровна
июнь	24.06.2023	11:30	OFF	Йога	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченко Наталья Ивановна
июнь	24.06.2023	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
июнь	24.06.2023	12:00	OFF	Мастер класс по звуковым редакторам	Знакомство и практические советы по использованию звукового редактора (компьютерной программы) Ableton. Учимся создавать музыку	Творчество	Мероприятие	Дубовой Виктор Олегович
июнь	24.06.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильиных Елена Юрьевна
июнь	24.06.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
июнь	24.06.2023	14:00	OFF	Мастер класс по гитаре	Простые упражнения для развития навыков игры на гитаре.	Развитие	Мероприятие	Дубовой Виктор Олегович
июнь	24.06.2023	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
июнь	24.06.2023	15:00	ON+OFF	Психолог и Я	Клуб "Психолог и я". Тема встречи : " ". Для наиболее продуктивного проведения мероприятия, просим вас заранее сформулировать вопрос по теме. На встрече с квалифицированным психологом, Ириной Александровной можно присоединится в формате онлайн через видео чат в телеграмм или в медиাগостинной 3 нашего центра.	ЗОЖ	Мероприятие	Мезина Инна Александровна
июнь	24.06.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "Желтый трамвай"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартынов Виктор Васильевич
июнь	24.06.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабан Александр Викторович
июнь	24.06.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
июнь	24.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба	Гимнастика для лица. Блоки упражнений.	Развитие	Встреча клуба	Григорьянц Галина Николаевна
июнь	25.06.2023	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	Полынов Сергей Леонидович
июнь	25.06.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович

июнь	25.06.2023	10:00	OFF	Дыхательная гимнастика и смехоминутка	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	Рушинова Людмила Владимировна
июнь	25.06.2023	11:00	ON+OFF	Лекция - беседа	Приглашаем на лекцию - беседу с химиком - биологом, заслуженным учителем РФ Светланой Валентиновной Калыбиной.	ЗОЖ	Встреча клуба	Калыбина Светлана Валентиновна
июнь	25.06.2023	11:00	OFF	Настольные игры	Играем вместе в русское лото	ЗОЖ	Мероприятие	Иванов Владимир Петрович
июнь	25.06.2023	12:00	OFF	Bosu - club (по предварительной записи)	Работа на координацию и ловкость на балансировочных полуферах Bosu для желающих улучшить свою физическую форму. Набор в группу только с хорошей физической формой и по записи.	ЗОЖ	Встреча клуба	Белове Татьяна Нисоновна
июнь	25.06.2023	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
июнь	25.06.2023	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	Бондарев Валерий Викторович
июнь	25.06.2023	13:00	OFF	Встреча клуба "Западный мост"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казак Сергей Владимирович
июнь	25.06.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	25.06.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	25.06.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	25.06.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	25.06.2023	14:00	OFF	Встреча клуба "Дружба"	Тренировка по игре в шахматы. Дружеский шахматный турнир. Начало турнира в 14:00 Регистрация в 13:45	ЗОЖ	Мероприятие	Мешков Анатолий Юрьевич
июнь	25.06.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	25.06.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	25.06.2023	15:30	OFF	Просмотр художественных фильмов.	Просмотр художественного фильма ...	Развитие	Встреча клуба	Фролов Вячеслав Ильич
июнь	25.06.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "КАКТУЗ"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Гниловский Андрей Николаевич
июнь	25.06.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабан Александр Викторович
июнь	25.06.2023	16:00	OFF	Восточные танцы "Салам"	Занятия танцами в клубе "Салам".	ЗОЖ	Мероприятие	Кулепова Татьяна Анатольевна
июнь	25.06.2023	17:00	OFF	Репетиция клуба	Подготовка участников клуба к мероприятию.	ЗОЖ	Встреча клуба	Гутлина Элла Наумовна
июнь	25.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Музыкальный киоск"	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Замович
июнь	25.06.2023	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
июнь	25.06.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
июнь	26.06.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
июнь	26.06.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будыкина Татьяна Фёдоровна
июнь	26.06.2023	11:00	OFF	Парикмахерское искусство	Консультация по уходу за волосами, лечебные стрижки и коррекция стрижек.	ЗОЖ	Встреча клуба	Байрамкулова Эвелина Владимовна
июнь	26.06.2023	13:00	OFF	Просмотр кинофильма		Развитие	Встреча клуба	Петропановская Нина Владимировна
июнь	26.06.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	26.06.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	26.06.2023	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
июнь	26.06.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	26.06.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	26.06.2023	15:00	OFF	Шьем вместе	Консультация и помощь в работе на швейной машинке.	Творчество	Встреча клуба	Любимова Анна Евгеньевна
июнь	26.06.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	26.06.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	26.06.2023	15:00	OFF	Репетиция	Театральная репетиция — подготовка и создание нового спектакля. Повторение старых пьес и постановок.	Творчество	Встреча клуба	Степковская Галина Вячеславовна
июнь	26.06.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабан Александр Викторович
июнь	26.06.2023	17:00	OFF	Встреча клуба	Обсуждение после репетиции сложных репетиционных моментов, обмен опытом, отдых в нашем уютном кафе	ЗОЖ	Встреча клуба	Степковская Галина Вячеславовна
июнь	26.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Музыкальный киоск"	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Замович
июнь	26.06.2023	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
июнь	26.06.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронни Александр Сергеевич
июнь	26.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Гармония"	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
июнь	26.06.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
июнь	27.06.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
июнь	27.06.2023	11:00	ON+OFF	Онлайн путешествие	Тема ".....". Встречу проводит лидер клуба - Елена Сергеевна Дворецкая.	Развитие	Мероприятие	Дворецкая Елена Сергеевна
июнь	27.06.2023	11:00	ON+OFF	Онлайн путешествие	Тема ".....". Встречу проводит лидер клуба - Елена Сергеевна Дворецкая.	Развитие	Мероприятие	Дворецкая Елена Сергеевна
июнь	27.06.2023	12:00	OFF	Йога	Баланс. Упражнения на координацию и равновесие с Ириной Свицовой.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченко Наталья Ивановна
июнь	27.06.2023	12:00	OFF	Репетиция танцевальной студии "Комплимент"	Репетиция танцевальной студии "Комплимент" в стиле Латино под руководством Гончаровой Людмилы Викторовны.	ЗОЖ	Мероприятие	Гончарова Людмила Викторовна
июнь	27.06.2023	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
июнь	27.06.2023	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
июнь	27.06.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильных Елена Юрьевна
июнь	27.06.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
июнь	27.06.2023	13:00	OFF	Репетиция ансамбля "Хорошее настроение"	Репетиция ансамбля	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
июнь	27.06.2023	13:00	OFF	Кулинарный мастер - класс	О последовательности приготовления вы сможете узнать на встрече клуба.	Развитие	Мероприятие	Белькова Татьяна Константиновна

июнь	27.06.2023	13:00	OFF	Рисунки "Соедини цифры"	Рисунки "Соедини цифры". Приятное и полезное занятие, которое отвлекает от рутины, учит терпению и внимательности. Суть данных раскрасок заключается в соединении ровными линиями пронумерованных точек. Если все точки соединить по порядку, то получится картинка, которую впоследствии можно раскрасить понравившимися цветами.	Творчество	Мероприятие	Симонова Наталья Юрьевна
июнь	27.06.2023	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
июнь	27.06.2023	14:00	OFF	Просмотр фильма	Просмотр фильма по мотивам ...	Развитие	Встреча клуба	Червоцев Александр Дмитриевич
июнь	27.06.2023	14:00	OFF	Вечер поэзии	На встрече клуба вы сможете узнать о _____, а во второй части встречи все желающие смогут почитать стихи собственного сочинения или известных авторов придерживаясь темы "_____". Встречу проводит Зоя Забитовна Кардова	ЗОЖ	Мероприятие	Кардова Зоя Забитовна
июнь	27.06.2023	15:00	OFF	Игра на гитаре	Игра на гитаре, разучивание новых композиций и мелодий.	Творчество	Встреча клуба	Леонова Наталья Владимировна
июнь	27.06.2023	15:00	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
июнь	27.06.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Игры в настольный теннис для любого уровня подготовки	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
июнь	27.06.2023	16:00	OFF	Встреча клуба	Исполнение любимых хитов в микрофон.	Творчество	Встреча клуба	Черкасова Наталья Николаевна
июнь	27.06.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "Желтый трамвай"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартьянов Виктор Васильевич
июнь	27.06.2023	16:00	OFF	встреча клуба "Умные шашки"	Настольная игра в шашки	ЗОЖ	Мероприятие	Шаргородский Марк Борисович
июнь	27.06.2023	16:00	OFF	Мастер-класс	Приглашаем на встречу нового клуба "В гармонии с собой". Плохое настроение и постоянные стрессы действительно мешают нам жить - снижается трудоспособность, накапливается усталость, теряется радость жизни. Одним из эффективных способов борьбы со стрессом является психологическая разгрузка. Ее можно проводить в любом месте. Приходите на встречу и вы сможете узнать больше о способах психологической разгрузки и как их применять, а поможем нам в этом дипломированный психолог Татьяна Викторовна Дроздова.	Развитие	Встреча клуба	Дроздова Татьяна Викторовна
июнь	27.06.2023	16:00	OFF	встреча клуба "Умные шашки"	Настольная игра в шашки	ЗОЖ	Мероприятие	Шаргородский Марк Борисович
июнь	27.06.2023	16:30	OFF	Просмотр телепередач	«Рабыня Изаура», 25 - 28 серии — бразильский телесериал 1976 года телекомпании Globo по одноимённому роману 1875 года Бернарду Гимарайнша.	Развитие	Встреча клуба	Фролов Вячеслав Ильич
июнь	27.06.2023	17:00	OFF	ОФП	ОФП с небольшой нагрузкой. Общий комплекс для всего организма: для глаз, ушей, памяти	ЗОЖ	Мероприятие	Короткова Галина Николаевна
июнь	27.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Западный мост"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казаков Сергей Владимирович
июнь	27.06.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
июнь	27.06.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
июнь	28.06.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Борзов Юрий Викторович
июнь	28.06.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будякина Татьяна Фёдоровна
июнь	28.06.2023	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
июнь	28.06.2023	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, укрепляет ум.	ЗОЖ	Мероприятие	Соломатина Ирина Михайловна
июнь	28.06.2023	11:00	OFF	Парикмахерское искусство	Консультация по уходу за волосами, лечебные стрижки и коррекция стрижек.	ЗОЖ	Встреча клуба	Байрамкулова Эвелина Вадимовна
июнь	28.06.2023	11:00	OFF	Школа гаджет 55+	Помощь в освоении гаджета, видеозаписи на большом экране. Лекция с интерактивом от "Клуб здоровья 55+".	Развитие	Мероприятие	Любимова Анна Евгеньевна
июнь	28.06.2023	12:00	OFF	Клуб здоровья 55+	Тематика "Образ жизни": питание, физическая активность, лекарства (анализ), полезные советы (лайфхаки)	ЗОЖ	Встреча клуба	Левницкая Дина Сагитовна
июнь	28.06.2023	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
июнь	28.06.2023	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
июнь	28.06.2023	12:30	OFF	Просмотр видеопрограммы	Консультация и помощь в работе на швейной машинке.	Развитие	Встреча клуба	Петропановская Нина Владимировна
июнь	28.06.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	28.06.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	28.06.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
июнь	28.06.2023	13:00	OFF	Рисунки "Соедини цифры"	Рисунки "Соедини цифры". Приятное и полезное занятие, которое отвлекает от рутины, учит терпению и внимательности. Суть данных раскрасок заключается в соединении ровными линиями пронумерованных точек. Если все точки соединить по порядку, то получится картинка, которую впоследствии можно раскрасить понравившимися цветами.	Творчество	Мероприятие	Симонова Наталья Юрьевна
июнь	28.06.2023	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
июнь	28.06.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	28.06.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	28.06.2023	14:30	OFF	Просмотр видео	Просмотр видеоспектаклей, балетов, фильмов по заявкам	Развитие	Встреча клуба	Рослова Татьяна Викторовна
июнь	28.06.2023	15:00	OFF	Шьем вместе	Консультация и помощь в работе на швейной машинке.	Творчество	Встреча клуба	Любимова Анна Евгеньевна
июнь	28.06.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	28.06.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	28.06.2023	15:00	OFF	Репетиция	Театральная репетиция — подготовка и создание нового спектакля. Повторение старых пьес и постановок.	Творчество	Встреча клуба	Стемковская Галина Вячеславовна
июнь	28.06.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
июнь	28.06.2023	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
июнь	28.06.2023	17:00	OFF	Встреча клуба	Обсуждение после репетиции сложных репетиционных моментов, обмен опытом, отдых в нашем уютном кафе	ЗОЖ	Встреча клуба	Стемковская Галина Вячеславовна
июнь	28.06.2023	18:00	ON	"Практическая психология"	Мастер-класс "Практическая психология".	ЗОЖ	Мероприятие	Слепов Александр Григорьевич
июнь	28.06.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
июнь	28.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Музыкальный киоск"	Музыкальная репетиция: игра на фортепиано, пение.	Творчество	Встреча клуба	Гончаров Михаил Замоич
июнь	28.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Гармония"	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
июнь	28.06.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
июнь	29.06.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Борзов Юрий Викторович

июнь	29.06.2023	11:00	OFF	Дизайнерские украшения	Мастерим браслеты, сережки, подвески и другие изящные изделия с элементами колючего плетения.	Творчество	Встреча клуба	Коровайцева Наталья Павловна
июнь	29.06.2023	11:30	OFF	Йога	Легкая йога для здоровых суставов.	ЗОЖ	Встреча клуба	Колеченко Наталья Ивановна
июнь	29.06.2023	12:00	OFF	Репетиция танцевальной студии "Комплимент"	Репетиция танцевальной студии "Комплимент" в стиле Латина под руководством Гончаровой Людмилы Викторовны.	ЗОЖ	Мероприятие	Гончарова Людмила Викторовна
июнь	29.06.2023	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
июнь	29.06.2023	13:00	OFF	Кулинарный мастер - класс	Кулинарный мастер - класс от лидера клуба Надежды Викторовны Серда. О последовательности приготовления вы сможете узнать на встрече клуба.	Развитие	Мероприятие	Серда Надежда Викторовна
июнь	29.06.2023	13:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Ильных Елена Юрьевна
июнь	29.06.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
июнь	29.06.2023	13:00	OFF	Просмотр кинофильма		Развитие	Встреча клуба	Полякова Светлана Анатольевна
июнь	29.06.2023	14:00	OFF	"Ваш стиль" - парикмахерское искусство.	Встреча клуба по парикмахерскому искусству "Ваш стиль". Добро пожаловать в пространство индивидуального образа! Ваш стиль дополнит эффектные и выразительные линии, а создание форм по правилам золотого сечения не потребует 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
июнь	29.06.2023	14:00	OFF	Встреча литературного клуба.	Проводит встречу лидер литературного клуба - Вера Георгиевна Антонова.	Развитие	Встреча клуба	Антонова Вера Георгиевна
июнь	29.06.2023	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
июнь	29.06.2023	15:00	OFF	Репетиция ансамбля "Хорошее настроение"	Репетиция ансамбля	Творчество	Мероприятие	Назарова Наталья Радиевна
июнь	29.06.2023	15:30	OFF	Просмотр художественных фильмов.	Предлагаем вашему вниманию художественный фильм ...	Развитие	Встреча клуба	Фролов Вячеслав Ильич
июнь	29.06.2023	16:00	OFF	Встреча клуба "Желтый трамвай"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Встреча клуба	Мартынов Виктор Васильевич
июнь	29.06.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
июнь	29.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба Хасл	Занятие танцами по направлению Хасл	ЗОЖ	Встреча клуба	Кухтин Евгений Валентинович
июнь	29.06.2023	16:00	OFF	встреча клуба "Умные шашки"	Настольная игра в шашки	ЗОЖ	Мероприятие	Шаргородский Марк Борисович
июнь	29.06.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Березовская Людмила Михайловна
июнь	29.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Западный мост"	Занятие творческой группы на гитаре, барабанах, пианино.	Творчество	Мероприятие	Казаков Сергей Владимирович
июнь	29.06.2023	18:30	ON+OFF	Самомассаж	Вечерние процедуры. Самомассаж лица, шеи и рук. Приготовление масок из натуральных ингредиентов	ЗОЖ	Встреча клуба	Калыбина Светлана Валентиновна
июнь	29.06.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна
июнь	30.06.2023	10:00	OFF	Игра в настольный теннис	Тренировка участников клуба.	ЗОЖ	Встреча клуба	Будкина Татьяна Фёдоровна
июнь	30.06.2023	10:00	OFF	Тренировка по бильярду	игра в бильярд	ЗОЖ	Встреча клуба	Бодров Юрий Викторович
июнь	30.06.2023	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	Встреча клуба	Мамонова Ольга Валерьевна
июнь	30.06.2023	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
июнь	30.06.2023	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
июнь	30.06.2023	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
июнь	30.06.2023	13:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	30.06.2023	13:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	30.06.2023	13:00	OFF	Бодрый завтрак	Совместное чаепитие после зарядки, общение, обсуждение планов на день.	ЗОЖ	Встреча клуба	Проказов Алексей Яковлевич
июнь	30.06.2023	13:00	ON+OFF	Кулинарный мастер-класс		ЗОЖ	Встреча клуба	Власова Ирина Юрьевна
июнь	30.06.2023	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
июнь	30.06.2023	14:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	30.06.2023	14:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	30.06.2023	15:00	OFF	Играем в бильярд	Тренируемся играть в бильярд, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	30.06.2023	15:00	OFF	Играем в настольный теннис	Тренируемся играть в настольный теннис, оттачиваем удары, обмениваемся опытом.	ЗОЖ	Мероприятие	Талаев Игорь Александрович
июнь	30.06.2023	16:00	OFF	Классическая йога.	В программу занятий входит: дыхательная гимнастика, динамические и статические комплексы Асан, Пранама, Шавасана и Созерцание, самомассаж, медитация, 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
июнь	30.06.2023	16:00	OFF	Встреча клуба	Исполнение любимых хитов в микрофон.	Творчество	Встреча клуба	Черкасова Наталья Николаевна
июнь	30.06.2023	16:00	OFF	Настольный теннис	Тренировка по игре в настольный теннис.	ЗОЖ	Встреча клуба	Барабаш Александр Викторович
июнь	30.06.2023	18:00	OFF	Бильярд	Тренировка по игре в бильярд.	ЗОЖ	Встреча клуба	Баронин Александр Сергеевич
июнь	30.06.2023	18:00	OFF	Встреча клуба "Гармония"	Цыганские танцы	ЗОЖ	Встреча клуба	Кириллова Валентина Алексеевна
июнь	30.06.2023	20:30	ON	Встреча клуба	Вечерние медитации перед сном	ЗОЖ	Встреча клуба	Петрова Ольга Ивановна