

**Расписание работы бесплатных спортивных секций и оздоровительных групп в Центрах физической культуры и спорта административных округов города Москвы с участием лиц с ограниченными возможностями здоровья.**

<b>Дисциплина</b>	<b>Категория инвалидности</b>	<b>Учреждение, адрес</b>	<b>Расписание работы</b>
<b>Северный административный округ</b> <i>Тел. для справок: 8-499-905-47-41</i>			
ОФП с элементами бокса	Все категории	ГБУ ЦО № 1865 ул. Куусинена, д. 13	вт., чт. 20.00-21.30; сб. 16.00-17.30
Спортивный туризм	Все категории	ГБУ ЦО № 1865 ул. Куусинена, д. 13	сб. 17.30-19.00
Рукобильный спорт (Пеленг)	Все категории	ГБОУ СОШ № 152 СП № 1 Ленинградский пр-т, д. 46	вс. 10.00-11.30, 12.30-14.00
Настольный теннис	Все категории	ГБОУ СОШ № 152 СП № 1 Ленинградский пр-т, д. 46	вс. 11.30-12.30
Плавание	Все категории	ФОК «Академический» ул. Большая Академическая, д. 77А, стр. 3	вс. 15.00-15.45, 16.30-17.15
<b>Северо-Восточный административный округ</b> <i>Тел. для справок: 8-495-619-94-18</i>			
Скандинавская ходьба	Общее заболевание 18 лет и старше	ГБУ ТЦСО «Лосиноостровский» Парк "Торфянка" ул. Магаданская, д.9, корп.3	вт., 10.00-11.30 чт. 11.30-13.00 ср. 10.00-11.30 пт. 10.00-11.30
	Общее заболевание 35 лет и старше	ФОК «Яуза», Олонецкий пр., д.5	вт. 9.00 – 11.00 чт. 9.00 – 11.00
Настольный теннис	общее заболевание 50 лет и старше	ФОК «Лианозово» ул. Зональная, д. 6	сб. 19.00-22.00
ОФП	общее заболевание 50 лет и старше	АНО "ИМА - Лианозово" спортивный зал ул. Абрамцевская, д.9, корп.1	вт., чт., пт. 12.00-13.45

Теннис	общее заболевание 10-12 лет	ФОК «Лианозово» ул. Зональная, д. 6	пн., 14.00-15.30 вс. 12.30-14.30
<b>Северо-Западный административный округ</b> <i>Тел. для справок: 8-495-382-81-10</i>			
Оздоровительное плавание	общие заболевания	ФОК "Акватория" ул. Вилица Лациса, 8	чт., сб., 9.30-10.30 пн., ср., 10.15-11.15 пн., чт. 10.15-11.15 вт., чт., 11.00-12.00 пн., ср. 11.45-12.45 вт. ср. 7.15-8.00 вт. сб. 8.00-9.00 ср., 8.45-9.45., пт. 12.30-13.30 вт. 7.15-8.15., чт., 12.30-13.30
		ФОК "Лазурный" ул. Вилица Лациса, 26	пн., пт. 12:30-13:30 пн., чт. 12:30-13:30 пн., пт. 11:45-12:45 пн., чт. 11:45-12:45 пн., чт. 11:00-12:00 пн., ср. 11:00-12:00 пн., чт. 10:15-11:15 пн., пт. 12:30:13:30 пн. ср. 10:15-11:15 пн. чт. 8:00-9:00 пн., чт. 9:30-10:30 вт. чт. 12:30-13:30 вт. пт. 11:45-12:45 вт. чт. 11:00-12:00 вт. пт. 11:00-12:00 вт. пт. 10:15-11:15 вт. пт. 9:30-10:30 вт. пт. 8:00-9:00

			вт.пт. 9:30-10:30
		ФОК "Аквамарин" ул. Рословка, 5	пн,чт 8.45-9.45 пн,чт 9.30-10.30 пн,чт 10.15-11.15 пн,чт 11.00-12.00 пн,чт 11.45-12.45 пн,чт 12.30-13.30 вт, пт 8.00-9.00 вт, пт 8.45-9.45 вт, пт. 9.30-10.30 вт, пт 10.15-11.15 вт, пт 11.00-12.00
Скандинавская ходьба	общие заболевания	ФОК "Лазурный" ул. Вилиса Лациса, 26	пн. 11:30-12:30, ср. 13:00-14:00 пн.чв. 9:00-11:00, ср. 9:00-10:00
		ФОК "Аквамарин" ул. Рословка, 5	ср,пт 10.30-12.00
Дартс	общие заболевания	ФОК "Лазурный" ул. Вилиса Лациса, 26	вт.13:00-15:00, пт.10:00-13:00
Спортивно-оздоровительные танцы	общие заболевания	ФОК "Лазурный" ул. Вилиса Лациса, 26	вт. 9:00--11:00; сб. 16.00-18.00
		ФОК "Аквамарин" ул. Рословка, 5	пт 20.00-21.00, сб 10.00-12.00
Петанк/бочча	общие заболевания	ФОК "Лазурный" ул. Вилиса Лациса, 26	ср. 10:00-11:00, сб. 9:00-10:00
Настольный теннис	общие заболевания	ФОК "Аквамарин" ул. Рословка, 5	пн, вс 10.00-12.00
		ФОК "Триумф" ул. Габричевского, 1	пн. 8:00-16:00 вт. 13:00-16:00 ср. 8:00-16:00 чт. 13:00-16:00 пт. 10:30-16:00 сб. 9:00-13:00

		ФОК "Динамика" 1-й Пехотный пер., .8	пн. 12:00-15:00 ср. 10:00-13:00 пт. 12:00-15:00
ОФП	общие заболевания	ФОК "Лазурный" ул. Вилиса Лациса, 26	пн. 11:30-12:30, ср. 13:00-14:00 пн.чт. 9:00-11:00, ср. 9:00-10:00
		ФОК "Триумф" ул. Габричевского, 1	пн. 9:00-10:00 ср. 10:30-12:00
Оздоровительная физкультура	общие заболевания	ФОК "Триумф" ул. Габричевского, 1	вт. 8:00-10:00 11:30-13:00 чт. 8:00-10:00 11:30-13:00 пт. 8:00-10:00
Танцы	общие заболевания	ФОК "Триумф" ул. Габричевского, 1	вт. 10:00-11:30 чт. 10:00-11:30 вс. 15:00-17:00
Оздоровительная гимнастика	Общие заболевания	ФОК "Динамика" 1-й Пехотный пер., .8	пн. 12:00-14:00 пт. 10:00-12:00
Армспорт	Общие заболевания	ФОК "Динамика" 1-й Пехотный пер., .8	пн. 15:00-18:00 ср. 13:00-16:00 пт. 15:00-18:00
<b>Восточный административный округ</b> <i>Тел. для справок: 8-495-306-36-45</i>			
Плавание	Общие заболевания	ССОК «Новое поколение-Вешняки» ул. Косинская, 12Б	Пн., пт. 8.00-13.15 Вт., чт. 7.15-13.15 Ср., сб. 8.45-13.15 Вс. 8.45-10.15
		ФОК «Альбатрос» ул. Лухмановская, 19А	Пн., ср. 7.15-11.45 Вс. 11.00-11.45
		ФОК «Олимпия» ул. Фрязевская, 13А	Пн. 7.15-17.00 Вт. 7.15-14.45 Ср. 7.15-17.00 Чт. 7.15-14.45

			Пт. 7.15-12.30 Сб. 9.30-17.00 Вс. 9.30-18.30
ОФП (оздоровительная гимнастика, цигун, с элементами танцев, дыхательная гимнастика)	Общие заболевания	ССОК «Новое поколение-Вешняки» ул. Косинская, 12Б	Вт., чт. 14.00-15.00
		ФОК «Атлант-Гольяново» ул. Уральская, 19А	Пн. 14.00-15.00 Пн., сб. 9.00-11.00 Вт., чт. 9.00-10.00 Ср. 9.00-15.00
		ФОК «Атлант-Косино» Ул. Б. Косинская, 5А	Пн. – вс. 10.00-12.00
		ФОК «Альбатрос» ул. Лухмановская, 19А	Пн. 9.00-12.00 Пн., ср. 12.00-13.30 Вт., чт. 8.00-13.00 Пт. 11.00-12.30 Сб. 14.00-16.00 Вс. 14.30-14.30
		ФОК «Гелиос» ул. Лухмановская, 10А	Пн., ср. 12.30-15.00 Вт., чт. 9.00-15.00
Атлетическая гимнастика	Общие заболевания, ПОДА	ФОК «Атлант-Гольяново» ул. Уральская, 19А	Пн., ср. 15.00-19.00 Вт. 17.00-19.00 Пт., сб. 17.00-19.00 Вс. 15.00-17.00
		ФОК «Одиссей» ул. Молостовых, 10Д	Пн. 8.30-10.00, 16.00-17.00 Вт. 8.00-11.00, 13.30-15.00, 16.00-17.00 Ср. 8.00-11.00, 16.00-17.00 Чт. 8.00-11.00, 13.30-15.00 Пт. 8.00-11.00, 16.00-17.00 Сб. 10.00-13.00
Ракетлон (бадминтон+настольный теннис)	Общие заболевания, нарушение слуха	ФОК «Атлант-Гольяново» ул. Уральская, 19А	Вт., чт. 9.00-13.00 Ср., пт. 9.00-13.00

<b>Центральный административный округ</b> <i>Тел. для справок: 8-495-707-24-79</i>			
Волейбол	общие заболевания	ФОК «На Таганке» ул. Рабочая, д. 30, стр. 3	ср. 12.00-14.00.
Оздоровительная гимнастика	общие заболевания	ФОК «На Таганке» ул. Рабочая, д. 30, стр. 3	вт. 9.30-11.00; чт. 15.00-16.00.
Плавание	общие заболевания	СК «Арбат» ул. Композиторская, д. 17	пн. 9.30-10.30; вт. 9.30-11.00; чт. 9.30-11.30; вс. 10.00-11.30.
Скандинавская ходьба	общие заболевания	СК «Лужники» Выход из метро «Воробьевы горы»	пт. 9.30-11.00; вс. 10.00-12.00; вс. 11.30-13.00;
Аква-аэробика	общие заболевания	СК «Арбат» ул. Композиторская, д. 17	пн. 9.30-10.30; ср. 9.30-10.30; 12.30-14.30.
Шахматы	нарушение слуха, общие заболевания	СК «Щемиловский» 2-й Щемиловский пер. 16-20	ср. 17.00-21.00; пт. 17.00-21.00; сб. 12.00-19.00.
ОФП	общие заболевания	Досуговый клуб «Диалог» Банный пер. 8	вт. 18.00-20.00; пт. 18.00-20.00; сб. 19.00-21.00; вс. 10.00-11.30.
		Сквер «Девичье поле» ДДС ул. Рабочая, д. 53	вт. 10.00-11.00; ср. 10.00-11.00; ср. 12.00-13.00; пт. 13.00-14.00. ср. 13.00-14.00; пт. 13.00-14.00;
Дартс	нарушение слуха	СК «Щемиловский» 2-й Щемиловский пер. 16-20	пн. 15.00-21.00.
<b>Южный административный округ</b> <i>Тел. для справок: 8-495-382-81-10</i>			
армспорт	Все категории	СЗ "Сабуровец" Каширское шоссе 57-5	вт: 17.00-22.00 чт: 17.00-22.00 сб: 11.00-15.00

настольный теннис	Все категории	Помещение студии танцев Коломенская наб., д.6-2	вт: 17.00-20.00 чт: 16.00-20.00
		Парк Садовники Коломенский пр-д, д.14-1 (модуль)	пн: 16.00-18.00 ср: 16.00-18.00
новус	Все категории	ЦД "Даниил" ул.Люсиновская, д.53	пн: 18.00-20.00 ср: 18.00-20.00 пт: 18.00-20.00
ОФП	Все категории	ФОК "Братеево" ул.Борисовские пруды, д.20, кор.3а (зал аэробики)	вт: 09.00-13.00 чт: 09.00-13.00
		ГБУ ТЦСО "Коломенское" филиал "Донской" ул.Шаболовка, д.50	пн: 12.00-14.00 ср: 14.00-16.00 пт: 12.00-14.00
		спортивная комната Коломенская наб. 6-2	пн: 16.00-20.00 ср: 16.00-20.00 пт: 16.00-20.00
обучение катанию на коньках		Спортивная площадка Симферопольский б-р, д.15-1	пн: 16.15-18.15 пт: 16.15-18.15
пауэрлифтинг		СДК «Викинг» Гурьевский пр-д, д.23-3	пн: 18.00-20.00 вт: 18.00-20.00 ср: 18.00-20.00 чт: 18.00-20.00 пт: 18.00-20.00
плавание		Бассейн, ФОК "Медынский" ул. Медынская 9а	пн: 15.00-19.00 вт: 16.30-18.00 ср: 15.45-17.45 чт: 16.00-17.30 пт: 15.00-19.00
		Бассейн "Братеево" Борисовские пруды 20-3б	пн: 09.00-13.00 ср: 09.00-13.00 пт: 09.00-13.00
		ФОК "Орехово-Борисово" Ореховый пр-д, д.43А	вт: 14.30-18.30 пт: 14.30-18.30

скандинавская ходьба		ГБУ ТЦСО "Чертаново" филиал "Чертаново Южное" ул.Чертановская, д.60	пн: 18.00-20.00
		парк Коломенское коломенский проезд 14-1	вт: 15.00-17.00 пт: 15.00-17.00
оздоровительная гимнастика		СДК «Викинг» Гурьевский пр-д, д.23-3	пн: 11.00-13.00 ср: 11.00-13.00
шашки		ГБУ ТЦСО "Коломенское" филиал "Донской" ул.Шаболовка, д.50	пн: 10.00-12.00 пт: 14.00-17.00 сб: 16.30-17.30
шашки/шахматы		ул.Днепропетровская, д.5-5-147	пн: 12.30-14.30 вт: 12.30-14.30 ср:12.30-14.30 чт:12.30-14.30 пт: 12.30-14.30
<b>Юго-Западный административный округ</b> <i>Тел. для справок: 8-499-724-52-12</i>			
ОФП	ПОДА, общие заболевания	ДИВС «Содружество» Ул. Новоясеневский 30	пн. 9.00-10.00, ср. 10.00-11.00
Шахматы	Все категории	Шахматная школа «Триумф» Ул. Кадырова д.3.3	ср., чт. 15.00-17.00
Шашки	Все категории	Шахматная школа «Триумф» Ул. Кадырова д.3.3	пн, вт. 13.00-15.00 сб. 12.00-14.00
Настольный теннис	Общие категории	ДИВС «Содружество» Ул. Новоясеневский 30	пн., ср., пт, 12.00-15.00
Танцы	Общие заболевания	ДИВС «Содружество» Ул. Новоясеневский 30	вт. 12.-13.00
Волейбол	Общие заболевания	ДИВС «Содружество» Ул. Новоясеневский 30	пт. 19.00-21.00



