Приложение к письму

администрации города Тулы

от\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_№\_\_\_\_\_\_\_

**Перечень мероприятий Плана «Активное долголетие», проводимых в июне 2025 года на территории города Тулы**

| **№ п/п** | **Дата проведения** | **Время проведения** | **Наименование мероприятия** | **Место проведения мероприятия**  **(наименование организации, адрес)** | **Предлагаемое количество участников мероприятия** | **Контактное лицо по вопросу проведения мероприятия (Ф.И.О. полностью, должность, телефон)** | **Краткое содержание мероприятия** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 03.06.2025 | 9:00 | Оздоровительная программа «Жить так здорово здорОво!» | ОП «Центр культуры и досуга» г. Тула, ул. Металлургов, д. 22 | 20 | Родионова Н.В., зав.отделом,  8-905-110-58-40 | Суставная гимнастика и растяжка — это важные компоненты физической активности, которые помогают поддерживать здоровье суставов, улучшать гибкость и предотвращать травмы. Участники программы будут выполнять основные упражнения, которые помогут им улучшить подвижность суставов, укрепить мышцы и связки вокруг суставов. |
|  | 03.06.2025 | 11:00 | Мастер-класс по бальным танцам «Танцуем все!» | МАУК «Культурно-досуговая система» «Городской концертный зал» г. Тула, ул. Советская, д. 2 | 40 | Тимоненкова Анастасия Петровна - зав. отделом,  55-04-42 | «Танцуем все!» - так называется танцевальное направление, объединившее людей старшего поколения на занятиях по бальным танцам, которое является одним из самых популярных в проекте «Тульское долголетие». |
|  | 03.06.2025 | 19:00 | Проект «Активное долголетие» музыкальный вечер «Когда поёт душа» | ОП Центр творчества «Скуратовский» пос. Южный, ул. Шахтерская, д. 49А | 10 | Лазарева Юлия Вадимовна, администратор ЦТ «Скуратовский»  8-920-277-31-61 | Участники мероприятия исполнят любимые песни под аккордеон и приятно проведут время. |
|  | 04.06.2025 | 10:00 | Посещение постоянной экспозиции «Старая тульская аптека» | МБУК «Тульский историко-архитектурный музей» г. Тула, пр. Ленина, д. 27 | 10 | Артёмова Анна Андреевна , начальник образовательного отдела, 31-26-61 | Экспозиция посвящена истории семьи Белявских- Адерман – владельцев «Старой тульской аптеки» и аптечному делу XIX века. |
|  | 04.06.2025 | 10:00 | Выставка «Другая почва. Или как тульские оружейники строили завод и выращивали яблоки» | Филиал МБУК «Тульский историко-архитектурный музей» - «Нимфозориум» г. Тула, ул. Металлистов, д 19 | 10 | Артёмова Анна Андреевна , начальник образовательного отдела, 31-26-61 | Выставка построена на документах из Государственного военно- историч. архива (Москва), позволяющих проследить попытки модернизации Тульского оружейного завода и централизации производства с 1712 по 1873 г |
|  | 04.06.2025 | 10:00 | Выставка «Жалоб нет. История Петелинской психиатрической больницы» | МБУК «Тульский историко-архитектурный музей» г. Тула, пр. Ленина, д. 25 | 10 | Артёмова Анна Андреевна, начальник образовательного отдела, 31-26-61 | Выставка рассказывает об истории создания психиатрической колонии и её основателе Н. Каменеве |
|  | 04.06.2025 | 10:00 | Час здоровья для людей пожилого возраста «В здоровом теле здоровый дух» | ОП «Алешинский» с. Алешня, ул. Центральная, д. 35 | 10 | Коробочкина Л.Н. руководитель КФ 77-33-14 | Фитнес повышает мышечную силу, приносит пользу для головного мозга и психики, помогает сохранить здоровье до глубокой старости. При депрессиях особенно полезны групповые занятия, которые расширяют круг общения человека и отвлекают от неприятных мыслей. |
|  | 05.06.2025 | 9:00 | Оздоровительная программа «Жить так здорово здорОво!» | ОП «Центр культуры и досуга» г. Тула, ул. Металлургов, д. 22 | 20 | Родионова Н.В., зав.отделом, 8-905-110-58-40 | Суставная гимнастика и растяжка — это важные компоненты физической активности, которые помогают поддерживать здоровье суставов, улучшать гибкость и предотвращать травмы. Участники программы будут выполнять основные упражнения, которые помогут им улучшить подвижность суставов, укрепить мышцы и связки вокруг суставов. |
|  | 06.06.2025 | 11:00 | Мастер-класс по бальным танцам «Танцуем все!» | МАУК «Культурно-досуговая система» «Городской концертный зал» г. Тула, ул. Советская, д. 2 | 40 | Тимоненкова Анастасия Петровна - зав. отделом, 55-04-42 | «Танцуем все!» - так называется танцевальное направление, объединившее людей старшего поколения на занятиях по бальным танцам, которое является одним из самых популярных в проекте «Тульское долголетие». |
|  | 06.06.2025 | 13:00 | Познавательная программа «Россия в деталях» | ОП Дом культуры «Хомяково»  пос. Хомяково, ул. Берёзовская, д. 2 | 20 | Заведующий ОП ДК «Хомяково» Дворецкий Николай Владимирович 8-960-601-01-00 | Настольная игра «Россия в деталях» \*\* представляет собой интерактивный развивающий проект, где каждая область, край и республика России представлены в виде деревянных деталей. Это не просто пазл, а целая система, позволяющая наглядно изучить площадь, численность населения, форму и расположение регионов страны. \*\*Эмоциональная  Игра может стать отличным способом провести время с пользой, объединяя поколения и помогая пожилым людям оставаться активными и вовлеченными в познавательную деятельность. |
|  | 10.06.2025 | 9:00 | Оздоровительная программа «Жить так здорово здорОво!» | ОП «Центр культуры и досуга» г. Тула, ул. Металлургов, д. 22 | 20 | Родионова Н.В., зав.отделом, 8-905-110-58-40 | Суставная гимнастика и растяжка — это важные компоненты физической активности, которые помогают поддерживать здоровье суставов, улучшать гибкость и предотвращать травмы. Участники программы будут выполнять основные упражнения, которые помогут им улучшить подвижность суставов, укрепить мышцы и связки вокруг суставов. |
|  | 10.06.2025 | 11:00 | Мастер-класс по бальным танцам «Танцуем все!» | МАУК «Культурно-досуговая система» «Городской концертный зал» г. Тула, ул. Советская, д. 2 | 40 | Тимоненкова Анастасия Петровна - зав. отделом, 55-04-42 | «Танцуем все!» - так называется танцевальное направление, объединившее людей старшего поколения на занятиях по бальным танцам, которое является одним из самых популярных в проекте «Тульское долголетие». |
|  | 10.06.2025 | 16:00 | Познавательная программа «Россия в деталях» | ОП Дом культуры «Косогорец»» пос. Косая гора, ул. Гагарина, д. 2 | 200 | Заведующий отделом Лаврова Кристина Вячеславовна 8-910-589-7144 | Участниками «Народного самодеятельного коллектива»  хорового коллектива «Гармония» будет представлена концертная программа, подготовленная к празднованию Дня России |
|  | 11.06.2025 | 10:00 | Посещение постоянной экспозиции «Старая тульская аптека» | МБУК «Тульский историко-архитектурный музей» г. Тула, пр. Ленина, д. 27 | 10 | Артёмова Анна Андреевна , начальник образовательного отдела, 31-26-61 | Экспозиция посвящена истории семьи Белявских- Адерман – владельцев «Старой тульской аптеки» и аптечному делу XIX века. |
|  | 11.06.2025 | 10:00 | Выставка «Другая почва. Или как тульские оружейники строили завод и выращивали яблоки» | Филиал МБУК «Тульский историко-архитектурный музей» - «Нимфозориум» г. Тула, ул. Металлистов, д 19 | 10 | Артёмова Анна Андреевна , начальник образовательного отдела, 31-26-61 | Выставка построена на документах из Государственного военно- исторического архива (Москва), позволяющих проследить попытки модернизации Тульского оружейного завода и централизации производства с 1712 по 1873 г |
|  | 11.06.2025 | 11:00 | Литературно-музыкальная гостиная «Мне о России надо говорить…», посвященная Дню России. | ОП «Центр культуры и досуга» г. Тула, ул. Металлургов, д. 22 | 20 | Родионова Н.В., зав.отделом, 8-905-110-58-40 | Исполнение авторских стихотворений и бардовских песен патриотической тематики участниками народной музыкально-поэтической студии «Вега» |
|  | 11.06.2025 | 17:30 | Концертная программа «Любимые песни России» | ОП «Плехановский» п. Плеханово, ул. Заводская, д. 17а | 100-130 | Захаренков Я.А.  Зав. КДС ОП «Плехановский» 8-910-586-12-18 | Концерт «Любимые песни России» — это уникальное музыкальное событие, объединяющее людей всех возрастов и поколений. Зрители смогут насладиться любимыми мелодиями, которые стали символами национального единства и гордости, а также яркими хореографическими композициями. В программе прозвучат как классические произведения, так и современные хиты, исполненные талантливыми артистами. |
|  | 11.06.2025 | 19:00 | Праздничная программа «День России» | ОП «Шатский» п. Шатск, ул. Садовая, д. 1а | 40-50 | Хромушкина Юлия Сергеевна Зав ОСП ОП ДК «Шатский» 8-953-438-73-66 | Праздничная программа, в рамках празднования Дня России! В программе творческие номера коллективов ОП Дом культуры «Шатский» о прекрасной стране, о ее просторах, силе и могуществе! |
|  | 13.06.2025 | 11:00 | Мастер-класс по бальным танцам «Танцуем все!» | МАУК «Культурно-досуговая система» «Городской концертный зал» г. Тула, ул. Советская, д. 2 | 40 | Тимоненкова Анастасия Петровна - зав. отделом, 55-04-42 | «Танцуем все!» - так называется танцевальное направление, объединившее людей старшего поколения на занятиях по бальным танцам, которое является одним из самых популярных в проекте «Тульское долголетие». |
|  | 17.06.2025 | 16:00 | Литературная гостиная «Жизнь в борьбе»  (к 115-летию со дня рождения А. Т. Твардовского). | МУК «Тульская библиотечная система» Шатская поселковая библиотека, п. Шатск, ул. Садовая, д. 1а | 10 | Андреева И.Н., зав. ШПБ, Email: [tbs\_shatskijbp@tularegion.org](mailto:tbs_shatskijbp@tularegion.org) | Гости встречи познакомятся с биографией и творчеством Александра Твардовского, увидят документальный фильм о поэте и прочтут его лучшие стихотворения. |
|  | 17.06.2025 | 9:00 | Оздоровительная программа «Жить так здорово здорОво!» | ОП «Центр культуры и досуга» г. Тула, ул. Металлургов, д. 22 | 20 | Родионова Н.В., зав.отделом, 8-905-110-58-40 | Суставная гимнастика и растяжка — это важные компоненты физической активности, которые помогают поддерживать здоровье суставов, улучшать гибкость и предотвращать травмы. Участники программы будут выполнять основные упражнения, которые помогут им улучшить подвижность суставов, укрепить мышцы и связки вокруг суставов. |
|  | 17.06.2025 | 11:00 | Мастер-класс по бальным танцам «Танцуем все!» | МАУК «Культурно-досуговая система» «Городской концертный зал» г. Тула, ул. Советская, д. 2 | 40 | Тимоненкова Анастасия Петровна - зав. отделом, 55-04-42 | «Танцуем все!» - так называется танцевальное направление, объединившее людей старшего поколения на занятиях по бальным танцам, которое является одним из самых популярных в проекте «Тульское долголетие». |
|  | 17.06.2025 | 19:00 | Проект «Активное долголетие» музыкальный вечер «Когда поёт душа» | ОП Центр творчества «Скуратовский» пос. Южный, ул. Шахтерская, д. 49А | 10 | Лазарева Юлия Вадимовна, администратор ЦТ «Скуратовский» 8-920-277-31-61 | Участники мероприятия исполнят любимые песни под аккордеон и приятно проведут время. |
|  | 18.06.2025 | 10:00 | Посещение постоянной экспозиции «Старая тульская аптека» | МБУК «Тульский историко-архитектурный музей» г. Тула, пр. Ленина, д. 27 | 10 | Артёмова Анна Андреевна , начальник образовательного отдела, 31-26-61 | Экспозиция посвящена истории семьи Белявских- Адерман – владельцев «Старой тульской аптеки» и аптечному делу XIX века. |
|  | 18.06.2025 | 10:00 | Выставка «Другая почва. Или как тульские оружейники строили завод и выращивали яблоки» | Филиал МБУК «Тульский историко-архитектурный музей» - «Нимфозориум» г. Тула, ул. Металлистов, д 19 | 10 | Артёмова Анна Андреевна , начальник образовательного отдела, 31-26-61 | Выставка построена на документах из Государственного военно- исторического архива (Москва), позволяющих проследить попытки модернизации Тульского оружейного завода и централизации производства с 1712 по 1873 г |
|  | 18.06.2025 | 18:30 | Мастер-класс по фитнесу | ОП Центр творчества «Ильинский» п. Ильинка, ул. Центральная, д. 19А, корп. 1 | 20 | Зав. ОСП Чернова Г.Н. | Мастер-класс по фитнесу разработан специально для старшего поколения! Это отличная возможность поддерживать активность тела и духа, улучшив общее самочувствие и настроение в приятной атмосфере среди единомышленников. |
|  | 19.06.2025 | 15:00 | Музыкально-поэтический вечер «Певец добра и света» (к 200-летию со дня рождения А. Н. Плещеева) | МУК «Тульская библиотечная система» Городская библиотека №15 г. Тула, ул. М. Жукова, д. 8-б | 10 | Канищева Е. А., зав. ГБ 15,  39-51-53 | Библиотекарь расскажет участникам клуба «Исток» о жизни и творчестве поэта Алексея Николаевича Плещеева. |
|  | 19.06.2025 | 9:00 | Оздоровительная программа «Жить так здорово здорОво!» | ОП «Центр культуры и досуга» г. Тула, ул. Металлургов, д. 22 | 20 | Родионова Н.В., зав.отделом, 8-905-110-58-40 | Суставная гимнастика и растяжка — это важные компоненты физической активности, которые помогают поддерживать здоровье суставов, улучшать гибкость и предотвращать травмы. Участники программы будут выполнять основные упражнения, которые помогут им улучшить подвижность суставов, укрепить мышцы и связки вокруг суставов. |
|  | 19.06.2025 | 16:00 | Караоке - вечер «Прекрасный вечер» | ОП Центр творчества «Зайцевский» с. Зайцево, ул. Новая, д. 1 | 15 | Воронова Ольга Серафимовна, культорганизатор,8-953-438-80-71 | Не обязательно обладать совершенными вокальными данными и быть профессионалом. Песни караоке - развлечение, которое носит легкий, ни к чему не обязывающий характер. И доступно оно любому желающему. Наше мероприятие будет проходить в атмосфере домашнего уюта, с чаем, пирогами и  конечно же с любимыми песнями. |
|  | 20.06.2025 | 11:00 | Мастер-класс по бальным танцам «Танцуем все!» | МАУК «Культурно-досуговая система» «Городской концертный зал» г. Тула, ул. Советская, д. 2 | 40 | Тимоненкова Анастасия Петровна - зав. отделом, 55-04-42 | «Танцуем все!» - так называется танцевальное направление, объединившее людей старшего поколения на занятиях по бальным танцам, которое является одним из самых популярных в проекте «Тульское долголетие». |
|  | 24.06.2025 | 11:00 | Тематический час  «Цветочная фантазия» | МУК «Тульская библиотечная система» Торховская  поселковая модельная библиотека, п. Торхово, ул. Центральная д. 24 | 10 | Захарченко Н. А., библиотекарь ТПМБ Еmail: [tbs\_torhovskijbp@tularegion.org](mailto:tbs_torhovskijbp@tularegion.org) | Участники клуба отправятся в увлекательное путешествие в мир цветов. Они поделятся секретами ухода за домашними растениями, а библиотекарь расскажет легенды о незабудках, анютиных глазках, ромашках, розах и васильках. |
|  | 24.06.2025 | 9:00 | Оздоровительная программа «Жить так здорово здорОво!» | ОП «Центр культуры и досуга» г. Тула, ул. Металлургов, д. 22 | 20 | Родионова Н.В., зав.отделом, 8-905-110-58-40 | Суставная гимнастика и растяжка — это важные компоненты физической активности, которые помогают поддерживать здоровье суставов, улучшать гибкость и предотвращать травмы. Участники программы будут выполнять основные упражнения, которые помогут им улучшить подвижность суставов, укрепить мышцы и связки вокруг суставов. |
|  | 24.06.2025 | 11:00 | Мастер-класс по бальным танцам «Танцуем все!» | МАУК «Культурно-досуговая система» «Городской концертный зал» г. Тула, ул. Советская, д. 2 | 40 | Тимоненкова Анастасия Петровна - зав. отделом, 55-04-42 | «Танцуем все!» - так называется танцевальное направление, объединившее людей старшего поколения на занятиях по бальным танцам, которое является одним из самых популярных в проекте «Тульское долголетие». |
|  | 25.06.2025 | 10:00 | Посещение постоянной экспозиции «Старая тульская аптека» | МБУК «Тульский историко-архитектурный музей» г. Тула, пр. Ленина, д. 27 | 10 | Артёмова Анна Андреевна , начальник образовательного отдела, 31-26-61 | Экспозиция посвящена истории семьи Белявских- Адерман – владельцев «Старой тульской аптеки» и аптечному делу XIX века. |
|  | 25.06.2025 | 10:00 | Выставка «Другая почва. Или как тульские оружейники строили завод и выращивали яблоки» | Филиал МБУК «Тульский историко-архитектурный музей» - «Нимфозориум» г. Тула, ул. Металлистов, д 19 | 10 | Артёмова Анна Андреевна , начальник образовательного отдела, 31-26-61 | Выставка построена на документах из Государственного военно- исторического архива (Москва), позволяющих проследить попытки модернизации Тульского оружейного завода и централизации производства с 1712 по 1873 г |
|  | 26.06.2025 | 15:00 | Литературный вечер  «Певец возвышенной любви» | МУК «Тульская библиотечная система» Городская библиотека №21 г. Тула, п. Южный, ул. Шахтерская, д. 49 б | 5 | Новицкая С. М., зав. ГБ № 21,  31-49-41 | В рамках встречи смогут ознакомиться с биографией выдающегося русского писателя Александра Ивановича Куприна. Мероприятие осветит ключевые этапы жизни и творчества литератора, раскроет влияние исторических событий и личных переживаний на формирование его художественного мира. |
|  | 26.06.2025 | 9:00 | Оздоровительная программа «Жить так здорово здорОво!» | ОП «Центр культуры и досуга» г. Тула, ул. Металлургов, д. 22 | 20 | Родионова Н.В., зав.отделом, 8-905-110-58-40 | Суставная гимнастика и растяжка — это важные компоненты физической активности, которые помогают поддерживать здоровье суставов, улучшать гибкость и предотвращать травмы. Участники программы будут выполнять основные упражнения, которые помогут им улучшить подвижность суставов, укрепить мышцы и связки вокруг суставов. |
|  | 27.06.2025 | 11:00 | Мастер-класс по бальным танцам «Танцуем все!» | МАУК «Культурно-досуговая система» «Городской концертный зал» г. Тула, ул. Советская, д. 2 | 40 | Тимоненкова Анастасия Петровна - зав. отделом, 55-04-42 | «Танцуем все!» - так называется танцевальное направление, объединившее людей старшего поколения на занятиях по бальным танцам, которое является одним из самых популярных в проекте «Тульское долголетие». |
|  | 30.06.2025 | 16:00 | Открытая тренировка по йоге «Движение – жизнь!» в рамках проекта «Активное долголетие» | ОП «Плехановский» п. Плеханово, ул. Заводская, д. 17а | 30 | Захаренков Я.А.  Зав. КДС ОП «Плехановский» 8-910-586-12-18 | Открытая тренировка по йоге «Движение – жизнь!» в рамках проекта «Активное долголетие» — это мероприятие, направленное на популяризацию здорового образа жизни среди старшего поколения. Участники смогут под руководством инструктора выполнить комплекс упражнений йоги, способствующих улучшению физического и эмоционального состояния. |
| МБУ «Молодежный многопрофильный центр Родина» | | | | | | | |
|  | 01.06.2025-30.06.2025 | Время проведения можно уточнить по тел. 36-79-12 | Участие в общероссийской акции #МЫВМЕСТЕ | г.Тула | 15-20 | Абросимова Анастасия Михайловна руководитель  отдела развития добровольческого движения МБУ «ММЦ «Родина»,  36-79-12 | Оказание помощи серебряными волонтерами участникам СВО в изготовлении, сборе и доставке всего необходимого для фронта. |
|  | 01.06.2025-30.06.2025 | Время проведения можно уточнить по тел. 36-79-12 | Всероссийская акция «Добровольцы – детям» | ГУ ТО «Тульский областной центр реабилитации инвалидов»  г.Тула, ул. Калинина, д.20. | 10 | Абросимова Анастасия Михайловна руководитель  отдела развития добровольческого движения МБУ «ММЦ «Родина»,  36-79-12 | В рамках акции добровольцы организуют визиты в детские учреждения, устраивают развлекательные и образовательные мероприятия. |
|  | 06.06.2025 | 15:00 | Презентация книги серебряного волонтера Г.И. Шейбух «Мое волонтерство» | МБУ «Молодежный многопрофильный центр «Родина» г.Тула, пр. Ленина, д.20 | 50 | Абросимова Анастасия Михайловна руководитель  отдела развития добровольческого движения МБУ «ММЦ «Родина»,  36-79-12 | Состоится презентация книги «Мое волонтерство», написанной Г.И. Шейбух. В программе вечера запланировано проведение концертной программы. |
|  | 11.06.2025  14.00-16.00 | В течении дня | Акция «Мы – граждане России» | У входа в МБУ «Молодежный многопрофильный центр «Родина» г.Тула, пр. Ленина, д.20 | 4-6 | Абросимова Анастасия Михайловна руководитель  отдела развития добровольческого движения МБУ «ММЦ «Родина»,  36-79-12 | Раздача лент триколор на улицах города |
|  | 17.06.2025 | 14:00 | Мастер-класс по изготовлению мандал (ловцов снов) | МБУ «Молодежный многопрофильный центр «Родина»  г.Тула, Оборонная, 7а. | 20 | Абросимова Анастасия Михайловна руководитель  отдела развития добровольческого движения МБУ «ММЦ «Родина»,  36-79-12 | Изготовление мандал. Создание уникальных символов гармонии и творчества своими руками |
|  | 9.06.2025-11.06.2025 | Время проведения можно уточнить по тел. 36-79-12 | Мастер-классы по изготовлению брошей с лентой триколор | Место проведения можно уточнить по тел. 36-79-12 | 10 | Анастасия Михайловна руководитель  отдела развития добровольческого движения МБУ «ММЦ «Родина»,  36-79-12 | Создание своими руками патриотического аксессуара. |
|  | 17.06.2025 | 16:00 | Собрание серебряных волонтеров | МБУ «Молодежный многопрофильный центр «Родина»  г.Тула, Оборонная, 7а. | 10-15 | Анастасия Михайловна руководитель  отдела развития добровольческого движения МБУ «ММЦ «Родина»,  36-79-12 | Обсуждение предстоящих мероприятий |
| Муниципальные учреждения физической культуры и спорта | | | | | | | |
|  | Вторник,  Среда,  Четверг, Пятница, Суббота | 18:00,  10:00,  18:00,  10:00,  10:00 | Мастер-класс | Центральный парк культуры и отдыха им. П.П.Белоусова | 40 | Соколова Елена Валерьевна  8-953-424-41-35 | Занятия по северной ходьбе |
|  | Понедельник | 10:00 | Мастер-класс | с/з МБУДО СШОР «Юность», г. Тула, ул. Демидовская, д. 56а | 20 | Соколова Елена Валерьевна  8-953-424-41-35 | Занятия по северной ходьбе |
|  | Вторник, Четверг, Воскресенье | 09:00 | Мастер-класс | Центральный парк культуры и отдыха «Косогорец» | 20 | Лапшин Сергей Вадимович  8-906-537-95-25 | Занятия по северной ходьбе |
|  | Пятница | 08:30 | Гимнастика «Цигун» | ДК «Косогорец» | 15 | Лапшин Сергей Вадимович  8-906-537-95-25 | Занятия ОФП |
|  | Вторник, Среда,  Четверг | 11:00 | Мастер-класс | Казанская набережная | 30 | Ядыкина Анна Михайловна  8-915-681-71-47 | Занятия по северной ходьбе |
|  | Вторник,  Четверг,  Пятница | 10:00  10:00  18:00 | Мастер-класс | Парк Обороны города Тулы, Мясново | 20 | Соколова Елена Валерьевна  8-953-424-41-35 | Занятия по северной ходьбе |
|  | Понедельник Вторник, Пятница,  Воскресение | 10:00 | Мастер-класс | Комсомольский парк культуры и отдыха (КПКиО) | 45 | Чернова Елена Викторовна  8-915-691-00-37 | Занятия по северной ходьбе |
|  | Понедельник, Вторник, Четверг | 09:00,  10:30 | Мастер-класс | Пролетарский парк культуры и отдыха (ППКиО) | 20 | Пуганова Ольга Алексеевна  8-906-620-15-06 | Занятия по северной ходьбе |
|  | Понедельник,  Вторник,  Среда,  Четверг,  Пятница,  Суббота | 10:00  15:00  10:00  15:00  10:00  11:30 | Мастер-класс | Щегловская засека, лыжная база «Спартак» | 15 | Иванова Екатерина Валериевна  8-920-743-23-45 | Занятия по северной ходьбе |
|  | Вторник,  Четверг | 10:00 | Мастер-класс | Рогожинский парк культуры и отдыха имени Тульского рабочего полка | 35 | Кусакина Светлана Владимировна  8-920-740-60-08 | Занятия по северной ходьбе |
|  | Четверг, воскресенье | 09:30 | Занятия по общефизической подготовке | ДК «Металлургов» | 20 | Пятковский Николай Станиславович  8-963-939-15-28 | Занятия по ОФП |
|  | Суббота | 20:00 | Занятия по волейболу  (по предварительной записи) | г. Тула, ул. Жуковского,5 команда «Ветеран» -волейбол | 15 | Тихомиров Сергей Юрьевич | Тренировочные занятия |
|  | Суббота | 08:00 | Занятия по баскетболу  (по предварительной записи) | г. Тула, ул. Демьянова, д. 26-а, группа «Фонд ветеранов спорта» | 15 | Морозов Андриан Михайлович | Тренировочные занятия |
|  | Суббота | 09:55 | Занятия по плаванию (по предварительной записи) | Клуб мастеров плавания «Арсенал» пос. Ленинский бассейн ФОК МАУ «Спортивные объекты», ул.Механизаторов, 10В | 25 | Жигулин Геннадий Вячеславович | Тренировочные занятия |
|  | Вторник  Четверг | 09:30 | Занятия в группе ОФП | ФОК «Заречье» ул. Ствольная, д.51 | 20 | Манько Наталья  77-02-49 | Группа здоровья для лиц старшего возраста |
|  | Понедельник, среда, пятница | Время проведения занятий можно уточнить по тел. 77-01-24 | Занятия в группе ОФП | ФОК «Оружейник», г. Тула, ул. Кутузова, д. 31 | 50 | ФОК «Оружейник»,  77-01-24 | Занятия по ОФП, суставная гимнастика, пилатес, танцы |
|  | 01.06.2025 | 10:00 | День защиты деней | Комсомольский парк культуры и отдыха (КПКиО) | 80 | Чернова Елена Викторовна,  8-915-691-00-37 | Северная ходьба 10 000 шагов |
|  | 12.06.2025 | 11:00 | «Вперед Россия» | Парк «Патриот» | 60 | Чернова Елена Викторовна,  8-915-691-00-37 | Спортивный праздник |
|  | 22.06.2025 | Время проведения занятий можно уточнить по тел. 77-01-24 | «День памяти» | Комсомольский парк культуры и отдыха (КПКиО) | 60 | Чернова Елена Викторовна,  8-915-691-00-37 | Северная ходьба 10 000 шагов |