Приложение 1

Расписание парковых зарядок инструкторов по спорту МАУ «Стадион»

в городе Новосибирске с 19.04.2025 по 31.05.2025.

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование парка | понедельник | вторник | среда | четверг | пятница | суббота | воскресенье |
| Парк «Центральный», ул. Мичурина, 8 | Оздоровительная гимнастика12:15-12:4513:15-13:45(Инструктор по спорту Мурд Т. А.)(возле сцены) | Оздоровительная гимнастика10:00-11:00(Инструктор по спорту Аезжева Л.В.)(возле сцены) | Оздоровительная гимнастика12:15-12:4513:15-13:45 (Инструктор по спорту Мурд Т. А.) (возле сцены) | Оздоровительная гимнастика16:30-17:30(Инструктор по спорту Аезжева Л.В.)(возле сцены) | Оздоровительная гимнастика12:15-12:4513:15-13:45 (Инструктор по спорту Мурд Т. А.)(возле сцены) |  |  |
| Парк «Заельцовский»,ул.Парковая, 88 | Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие по северной ходьбе10:00-11:00(Инструктор по спорту Аезжева Л.В.)(возле сцены) |  | Оздоровительная гимнастика10:00-10:30(Инструктор по спорту Коротаева А.А.)(возле сцены) |  |  | Оздоровительная гимнастика10:00-10:30(Инструктор по спорту Коротаева А.А.)(возле сцены) |  |
| Парк «Михайловская набережная», ул. Большевистская, 12б |  | Зарядка для желающих10:30-11:00(Инструктор по спорту Ляхова Т.Б.)(возле сцены) | Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие посеверной ходьбе11:00-12:30(Инструктор по спорту Помыканова Н.А.)(возле сцены) |  | Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие посеверной ходьбе11:00-12:30(Инструктор по спорту Помыканова Н.А.)(возле сцены) |  | Оздоровительная гимнастика13:00-13:30(Инструктор по спорту Мурд Т. А.)(возле сцены) |
| Парк «Берёзовая роща», ул. Планетная, 53 | Оздоровительная гимнастика10:00-10:30(Инструктор по спорту Литвинова В. А.)(возле сцены)Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие посеверной ходьбе10:00-11:30 (Инструктор по спорту Никитина Е.Б.)(возле сцены) |  |  |  | Оздоровительная гимнастика10:00-10:30(Инструктор по спорту Литвинова В. А.)(возле сцены)Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие посеверной ходьбе10:00-11:30(Инструктор по спорту Никитина Е.Б.)(возле сцены) |  |  |
| Парк «Сосновый бор», ул. Учительская, 49 | Зарядка для желающих9:00 – 9:30(Инструктор по спорту Овчинников А. П.)(у здания администрации) | Зарядка для желающих10:30 – 11:00(Инструктор по спорту Салагина Т. В.)(у здания администрации) | Зарядка для желающих9:00 – 9:30(Инструктор по спорту Овчинников А. П.)(у здания администрации) | Зарядка для желающих10:30 – 11:00(Инструктор по спорту Салагина Т. В.)(у здания администрации) | Зарядка для желающих9:00 – 9:30(Инструктор по спорту Овчинников А. П.)(у здания администрации) |   |  |
| Парк «У моря Обского», ул. Софийская, 15 |  | Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие посеверной ходьбе9:00-10:00(Инструктор по спорту Ревенко А.О., Новикова Е.И.)(возле сцены) |  | ОФП9:00-10:00(Инструктор по спорту Бак Ю.С.)(возле сцены) |  |  |  |
| Парк «Первомайский», ул. Маяковского, 5а | Зарядка9:00- 9:20(Инструктор по спорту Сергеева О. А.)(возле сцены)Оздоровительная зарядка16:00- 16:20(Инструктор по спорту Лобач Р. В.)(возле сцены) | Оздоровительная зарядка17:00- 17:30(Инструктор по спорту Цуканова Н. А.)(возле сцены) | Зарядка9:00- 9:20(Инструктор по спорту Сергеева О. А.)(возле сцены) |  | Оздоровительная зарядка17:00- 17:30(Инструктор по спорту Цуканова Н. А.)(возле сцены) | Оздоровительная зарядка12:30- 13:00(Инструктор по спорту ДронченкоА. А.)(возле сцены) | Оздоровительная зарядка10:30- 11:00(Инструктор по спорту ДронченкоЮ. К.)(возле сцены) |
| Парк им. С. М. Кирова, ул. Станиславкого, 1а |  | Оздоровительная зарядка17:00 – 17:30(Инструктор по спорту Бондаренко И.Б.)(возле сцены) | Оздоровительная гимнастика09:00-10:00Физкультурно-оздоровительное занятие по севернорй ходьбе10:00-11:00(Инструктор по спорту Михайлов С.И.)(возле сцены) | Оздоровительная зарядка17:00 – 17:30(Инструктор по спорту Бондаренко И.Б.)(возле сцены) |  |  |  |
| Парк «Затулинский», ул. Зорге, 47 |  | Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие посеверной ходьбе11:00-13:00(Инструктор по спорту Алексеева Н. М.)(возле сцены) | Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие посеверной ходьбе11:00-13:00(Инструктор по спорту Алексеева Н. М.)(возле сцены) | Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие посеверной ходьбе11:00-13:00(Инструктор по спорту Алексеева Н. М.)(возле сцены) |  |  |  |
| Парк «Бугринская роща», ул. С. Кожевникова, 39 | Зарядка для желающих17:00-17:30(Инструктор по спорту Арышева С. А.)(возле сцены) |  | Зарядка для желающих17:00-17:30(Инструктор по спорту Сарваева О. С.)(возле сцены) | Зарядка для желающих18:00-18:30(Инструктор по спорту Жмодик М. К.)(возле сцены) |  |  |  |
| Парк «Арена», ул. Немировича-Данченко, 162б |  |  | Волейбол18:00-20:00(Инструктор по спорту Бричкин С. П.)(на волейбольной площадке) |  | Волейбол18:00-20:00(Инструктор по спорту Бричкин С. П.)(на волейбольной площадке) |  |  |
| Дендропарк, ул. Жуковского |  | Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие по северной ходьбе 8:00-9:00(Инструктор по спорту Никитина Е.Б.)Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие по северной ходьбе 10:00-11:00(Инструктор по спорту Таркова Л.Н.) |  | Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие по северной ходьбе 8:00-9:00(Инструктор по спорту Никитина Е.Б.)Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие по северной ходьбе 10:00-12.00(Инструктор по спорту Помыканова Н.А., Аезжева Л. В.) |  |  |  |
| Тимирязевский сквер,ул. Тимирязева |  | Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие по северной ходьбе 12:00-13:00(Инструктор по спорту Аезжева Л.В.) |  |  | Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие по северной ходьбе 12:00-13:00(Инструктор по спорту Аезжева Л.В.) |  |  |
| Театральный сквер,ул. Красный проспект |  | Оздоровительная гимнастика12:30-13:30(Инструктор по спорту Валеев А.О.) | Оздоровительная гимнастика12:30-13:30(Инструктор по спорту Валеев А.О.) |  |  |  |  |
| Сквер «Закаменский», ул. Кирова |  | Оздоровительная гимнастика10:00-11:30(Инструктор по спорту Валеев А.О.) |  | Оздоровительная гимнастика10:00-11:30(Инструктор по спорту Валеев А.О.) |  |  |  |
| Сквер Ефремовский,ул. Сибиряков-Гвардейцев |  | Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие по северной ходьбе 10:00-11:00(Инструктор по спорту Климук Г.С.) |  |  |  |  |  |
| Сквер Славы ул.Римского-Корсакого | Оздоровительная гимнастика9:00-10:00Северная ходьба10:00-11:00(Инструтор по спорту Михайлов С.И.) | Оздоровительная зарядка9:00-9:15Оздоровительная гимнастика9:15-10:00(Инструктор по спорту Плотников А.М.) | Северная ходьба9:30-10:30(Инструктор по спорту Кочетова О.Г.) | Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие по северной ходьбе 9:00-10:00(Инструктор по спорту Плотников А.М.) | Оздоровительная гимнастика 9:00-10:00Северная ходьба10:00-11:00(Инструтор по спорту Михайлов С.И.) |  |  |
| СкверСибиряков – Гвардейцев,аллея ГТРК |  |  | Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие по северной ходьбе 9:00-10:00(Инструктор по спорту Помыканова Н.А.) |  | Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие по северной ходьбе 9:00-10:00(Инструктор по спорту Помыканова Н.А.) |  |  |
| Нарымский сквер, ул. Советская |  | Оздоровительная зарядка17:00-18:00(Инструктор по спорту Васильев А.С.) |  | Оздоровительная гимнастика9:00-10:00Северная ходьба10:00-11:00(Инструктор по спорту Таркова Л.Н.) | Оздоровительная гимнастика9:00-10:00Северная ходьба10:00-11:00(Инструктор по спорту Таркова Л.Н.) | Оздоровительная зарядка9:00-10:00Северная ходьба10:00-11:00(Инструктор по спорту Помыканова Н.А.)Оздоровительная гимнастика19:00-20:00(Инструктор по спорту Васильев А.С.) |  |
| Сквер «Звёздный», ул. Магистральная | Оздоровительная зарядка9:00 - 10:00(Инструктор по спорту Клеветова Д. В.) |  | Оздоровительная зарядка9:00– 10:00(Инструктор по спорту Клеветова Д. В.) |  | Оздоровительная зарядка9:00– 10:00(Инструктор по спорту Клеветова Д. В.) |  |  |
| Сквер «Эдемский сад», ул. Богдана Хмельницкого |  |  | Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие по северной ходьбе 15:00-16:00(Инструктор по спорту Аезжева Л.В.) |  | Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие по северной ходьбе 10:00-10:00(Инструктор по спорту Аезжева Л.В.) |  |  |
| Сквер Авиаторов,ул.Пр Дзержинского | Оздоровительная зарядк 11:00-11:30(Инструктор по спотру Литвинова В. А.) |  |  |  | Оздоровительная зарядк 11:00-11:30(Инструктор по спотру Литвинова В. А.) |  |  |
| Сквер Памяти, ул. Кубовая (ориентир Лесополоса) |  | Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие по северной ходьбе10:00-11:00(Инструктор по спорту Никитина Е.Б.) |  | Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие по северной ходьбе 10:00-11:00(Инструктор по спорту Никитина Е.Б.) |  | Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие по северной ходьбе 10:00-11:00(Инструктор по спорту Никитина Е.Б.) |  |
| Первомайский сквер, ул. ​Маяковского |  | Оздоровительная гимнастика18:00-19:00 (Инструкторо по спорту Саранин А.А.) |  | Оздоровительная гимнастика19:15-20:00 (Инструкторо по спорту Саранин А.А.) |  |  |  |
| Сквер победы (Бульвар Победы), ул. Троллейная |  |  |  | Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие по северной ходьбе 8:30-10:00(Инструктор по спорту Кочетова О. Г.) |  |  |  |
| Сквер «Кировский»,ул. Петухова | Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие по северной ходьбе9:00-10:00(Инструктор по спорту Кочетова О.Г.) |  |  |  |  |  |  |
| Сквер Элсиб, ул. Петухова |  | Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие по северной ходьбе 19:00-20:00(Инструктор по спорту Пашке А. С.) |  |  |  | Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие по северной ходьбе11:00-12:00(Инструктор по спорту Пашке А. С.) |  |
| Сквер им. Чаплыгина, Мочищенское шоссе | Оздоровительная гимнастика18:00-19:00(Инструктор по спорту Аверченко Д. С.) |  |  |  | Оздоровительная гимнастика18:00-19:00(Инструктор по спорту Аверченко Д. С.) |  |  |
| Сквер «Ботанический», ул. Дачная |  | Оздоровительная гимнастика09:00-10:00(Инструктор по спорту Сомов В.В.) |  | Оздоровительная гимнастика09:00-10:00(Инструктор по спорту Сомов В.В.) |  |  |  |
| Сквер «Лучистый», ул. Красный проспект |  | Оздоровительная зарядка10:00-10:30(Инструктор по спорту Коротаева А. А.) |  |  |  |  |  |
| Сквер Железнодорожников, ул. Дуси Ковальчук | Оздоровительная гимнастика18:30-19:30(Инструктор по спорту Старовойтов А.Д.) |  | Оздоровительная гимнастика18:30-19:30(Инструктор по спорту Старовойтов А.Д.) |  |  |  |  |
| Сквер «Радужный», ул. Нарымская |  | Оздоровительная гимнастика19:00-20:00(Интруктор по спорту Голованов А.С.) |  | Оздоровительная гимнастика19:00-20:00(Интруктор по спорту Голованов А.С.) |  |  |  |
| Сквер Пограничников, ул. Дуси Ковальчук |  |  | Оздоровительная гимнастика19:00-20:00(Инструктор по спорту Киселев Н.С.) |  |  |  |  |
| Сквер на Т. Снежиной (ул. Татьяны Снежиной, 46) |  |  |  | Зарядка16:40-17:10(Инструктор по спорту Мурзабеков Б.Б.) |  |  |  |
| Сквер героев Донбасса, ул. Никитина |  |  | Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие по северной ходьбе 10:00-11:00(Инструктор по спорту Лубникова Л. А.) |  |  |  |  |
| Сквер Демаковуул. Демакова |  |  | Оздоровительная гимнастика17:00-18:00(Инструкторы по спорту Жуковский К. Л., Чахлов Д.А.) |  | Оздоровительная гимнастика17:00-18:00(Инструктор по спорту Жуковский К. Л., Чахлов Д. А.) |  |  |
| Троицкий скверул. Бийская | Оздоровительная зарядка09:00 – 09:30(Инструктор по спорту Федосеева К. А.) |  | Оздоровительная зарядка 09:00 – 09:30(Инструктор по спорту Федосеева К. А.) |  |  |  |  |