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 гимнастика  12:15-12:45  13:15-13:45  (Инструктор по спорту Мурд Т. А.)  (возле сцены) | Оздоровительная гимнастика  10:00-11:00  (Инструктор по спорту Аезжева Л.В.)  (возле сцены) | Оздоровительная гимнастика  12:15-12:45  13:15-13:45 (Инструктор по спорту Мурд Т. А.)  (возле сцены) | Оздоровительная гимнастика  16:30-17:30  (Инструктор по спорту Аезжева Л.В.)  (возле сцены) | Оздоровительная гимнастика  12:15-12:45  13:15-13:45 (Инструктор по спорту Мурд Т. А.)  (возле сцены) |  |  |
| Парк «Заельцовский»,  ул.Парковая, 88 | Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие по северной ходьбе  10:00-11:00  (Инструктор по спорту Аезжева Л.В.)  (возле сцены) |  | Оздоровительная гимнастика  10:00-10:30  (Инструктор по спорту Коротаева А.А.)  (возле сцены) |  |  | Оздоровительная гимнастика  10:00-10:30  (Инструктор по спорту Коротаева А.А.)  (возле сцены) |  |
| Парк «Михайловская набережная», ул. Большевистская, 12б |  | Зарядка для желающих  10:30-11:00  (Инструктор по спорту Ляхова Т.Б.)  (возле сцены) | Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие по  северной ходьбе  11:00-12:30  (Инструктор по спорту Помыканова Н.А.)  (возле сцены) |  | Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие по  северной ходьбе  11:00-12:30  (Инструктор по спорту Помыканова Н.А.)  (возле сцены) |  | Оздоровительная гимнастика  13:00-13:30  (Инструктор по спорту Мурд Т. А.)  (возле сцены) |
| Парк «Берёзовая роща», ул. Планетная, 53 | Оздоровительная гимнастика  10:00-10:30  (Инструктор по спорту Литвинова В. А.)  (возле сцены)  Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие по  северной ходьбе  10:00-11:30 (Инструктор по спорту Никитина Е.Б.)  (возле сцены) |  |  |  | Оздоровительная гимнастика  10:00-10:30  (Инструктор по спорту Литвинова В. А.)  (возле сцены)  Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие по  северной ходьбе  10:00-11:30  (Инструктор по спорту Никитина Е.Б.)  (возле сцены) |  |  |
| Парк «Сосновый бор», ул. Учительская, 49 | Зарядка для желающих  9:00 – 9:30  (Инструктор по спорту Овчинников А. П.)  (у здания администрации) | Зарядка для желающих  10:30 – 11:00  (Инструктор по спорту Салагина Т. В.)  (у здания администрации) | Зарядка для желающих  9:00 – 9:30  (Инструктор по спорту Овчинников А. П.)  (у здания администрации) | Зарядка для желающих  10:30 – 11:00  (Инструктор по спорту Салагина Т. В.)  (у здания администрации) | Зарядка для желающих  9:00 – 9:30  (Инструктор по спорту Овчинников А. П.)  (у здания администрации) |  |  |
| Парк «У моря Обского», ул. Софийская, 15 |  | Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие по  северной ходьбе  9:00-10:00  (Инструктор по спорту Ревенко А.О., Новикова Е.И.)  (возле сцены) |  | ОФП  9:00-10:00  (Инструктор по спорту Бак Ю.С.)  (возле сцены) |  |  |  |
| Парк «Первомайский», ул. Маяковского, 5а | Зарядка  9:00- 9:20  (Инструктор по спорту Сергеева О. А.)  (возле сцены)  Оздоровительная зарядка  16:00- 16:20  (Инструктор по спорту Лобач Р. В.)  (возле сцены) | Оздоровительная зарядка  17:00- 17:30  (Инструктор по спорту Цуканова Н. А.)  (возле сцены) | Зарядка  9:00- 9:20  (Инструктор по спорту Сергеева О. А.)  (возле сцены) |  | Оздоровительная зарядка  17:00- 17:30  (Инструктор по спорту Цуканова Н. А.)  (возле сцены) | Оздоровительная зарядка  12:30- 13:00  (Инструктор по спорту Дронченко  А. А.)  (возле сцены) | Оздоровительная зарядка  10:30- 11:00  (Инструктор по спорту Дронченко  Ю. К.)  (возле сцены) |
| Парк им. С. М. Кирова, ул. Станиславкого, 1а |  | Оздоровительная зарядка  17:00 – 17:30  (Инструктор по спорту Бондаренко И.Б.)  (возле сцены) | Оздоровительная гимнастика  09:00-10:00  Физкультурно-оздоровительное занятие по севернорй ходьбе  10:00-11:00  (Инструктор по спорту Михайлов С.И.)  (возле сцены) | Оздоровительная зарядка  17:00 – 17:30  (Инструктор по спорту Бондаренко И.Б.)  (возле сцены) |  |  |  |
| Парк «Затулинский», ул. Зорге, 47 |  | Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие по  северной ходьбе  11:00-13:00  (Инструктор по спорту Алексеева Н. М.)  (возле сцены) | Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие по  северной ходьбе  11:00-13:00  (Инструктор по спорту Алексеева Н. М.)  (возле сцены) | Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие по  северной ходьбе  11:00-13:00  (Инструктор по спорту Алексеева Н. М.)  (возле сцены) |  |  |  |
| Парк «Бугринская роща», ул. С. Кожевникова, 39 | Зарядка для желающих  17:00-17:30  (Инструктор по спорту Арышева С. А.)  (возле сцены) |  | Зарядка для желающих  17:00-17:30  (Инструктор по спорту Сарваева О. С.)  (возле сцены) | Зарядка для желающих  18:00-18:30  (Инструктор по спорту Жмодик М. К.)  (возле сцены) |  |  |  |
| Парк «Арена», ул. Немировича-Данченко, 162б |  |  | Волейбол  18:00-20:00  (Инструктор по спорту Бричкин С. П.)  (на волейбольной площадке) |  | Волейбол  18:00-20:00  (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 гимнастика  12:30-13:30  (Инструктор по спорту Валеев А.О.) | Оздоровительная гимнастика  12:30-13:30  (Инструктор по спорту Валеев А.О.) |  |  |  |  |
| Сквер «Закаменский», ул. Кирова |  | Оздоровительная гимнастика  10:00-11:30  (Инструктор по спорту Валеев А.О.) |  | Оздоровительная гимнастика  10:00-11:30  (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 гимнастика  9:00-10:00  Северная ходьба  10:00-11:00  (Инструтор по спорту Михайлов С.И.) | Оздоровительная зарядка  9:00-9:15  Оздоровительная гимнастика  9:15-10:00  (Инструктор по спорту Плотников А.М.) | Северная ходьба  9:30-10:30  (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  9:00-10:00  Северная ходьба  10:00-11:00  (Инструтор по спорту Михайлов С.И.) |  |  |
| Сквер  Сибиряков – 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 зарядка  17:00-18:00  (Инструктор по спорту Васильев А.С.) |  | Оздоровительная гимнастика  9:00-10:00  Северная ходьба  10:00-11:00  (Инструктор по спорту Таркова Л.Н.) | Оздоровительная гимнастика  9:00-10:00  Северная ходьба  10:00-11:00  (Инструктор по спорту Таркова Л.Н.) | Оздоровительная зарядка  9:00-10:00  Северная ходьба  10:00-11:00  (Инструктор по спорту Помыканова Н.А.)  Оздоровительная гимнастика  19:00-20:00  (Инструктор по спорту Васильев А.С.) |  |
| Сквер «Звёздный», ул. Магистральная | Оздоровительная зарядка  9:00 - 10:00  (Инструктор по спорту Клеветова Д. В.) |  | Оздоровительная зарядка  9:00– 10:00  (Инструктор по спорту Клеветова Д. В.) |  | Оздоровительная зарядка  9:00– 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 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.) |  | Зарядка и физкультурно-оздоровительное занятие по северной ходьбе 10:00-11:00  (Инструктор по спорту Никитина Е.Б.) |  |
| Первомайский сквер, ул. ​Маяковского |  | Оздоровительная гимнастика  18:00-19:00 (Инструкторо по спорту Саранин А.А.) |  | Оздоровительная гимнастика  19:15-20:00 (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 ходьбе  9:00-10:00  (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 ходьбе  11:00-12:00  (Инструктор по спорту Пашке А. С.) |  |
| Сквер им. Чаплыгина, Мочищенское шоссе | Оздоровительная гимнастика  18:00-19:00  (Инструктор по спорту Аверченко Д. С.) |  |  |  | Оздоровительная гимнастика  18:00-19:00  (Инструктор по спорту Аверченко Д. С.) |  |  |
| Сквер «Ботанический», ул. Дачная |  | Оздоровительная гимнастика  09:00-10:00  (Инструктор по спорту Сомов В.В.) |  | Оздоровительная гимнастика  09:00-10:00  (Инструктор по спорту Сомов В.В.) |  |  |  |
| Сквер «Лучистый», ул. Красный проспект |  | Оздоровительная зарядка  10:00-10:30  (Инструктор по спорту Коротаева А. А.) |  |  |  |  |  |
| Сквер Железнодорожников, ул. Дуси Ковальчук | Оздоровительная гимнастика  18:30-19:30  (Инструктор по спорту Старовойтов А.Д.) |  | Оздоровительная гимнастика  18:30-19:30  (Инструктор по спорту Старовойтов А.Д.) |  |  |  |  |
| Сквер «Радужный», ул. Нарымская |  | Оздоровительная гимнастика  19:00-20:00  (Интруктор по спорту Голованов А.С.) |  | Оздоровительная гимнастика  19:00-20:00  (Интруктор по спорту Голованов А.С.) |  |  |  |
| Сквер Пограничников, ул. Дуси Ковальчук |  |  | Оздоровительная гимнастика  19:00-20:00  (Инструктор по спорту Киселев Н.С.) |  |  |  |  |
| Сквер на Т. Снежиной (ул. Татьяны Снежиной, 46) |  |  |  | Зарядка  16:40-17:10  (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 Демакову  ул. Демакова |  |  | Оздоровительная гимнастика  17:00-18:00  (Инструкторы по спорту Жуковский К. Л., Чахлов Д.А.) |  | Оздоровительная гимнастика  17:00-18:00  (Инструктор по спорту Жуковский К. Л., Чахлов Д. А.) |  |  |
| Троицкий сквер  ул. Бийская | Оздоровительная зарядка  09:00 – 09:30  (Инструктор по спорту Федосеева К. А.) |  | Оздоровительная зарядка  09:00 – 09:30  (Инструктор по спорту Федосеева К. А.) |  |  |  |  |