

**Перечень  
спортивных объектов УФССиТ, предоставляющих  
льготное или бесплатное посещение для пенсионеров**

**1. Физкультурно-оздоровительный комплекс МУ ДО «ДЮСШ № 3»**  
(ФОК, ул. Советская, 133/2, тел. 20 22 62):

- настольный теннис – вторник-четверг-суббота с 7-30 до 9-00.

**2. Физкультурно-оздоровительный комплекс МУ ДО «ДЮСШ № 6»**  
(ФОК, пр.Пушкина,17/1, тел. 48 24 05):

- настольный теннис

- тренажёрный зал

Свободное посещение.

**3. Физкультурно-оздоровительный комплекс МУ ДО «Динамо»**  
(ФОК, ул.Грязнова,44/5, тел. 22 96 75):

- волейбол – воскресенье с 16.00 до 18.00.

**4. Дворец спорта им. И.Х. Ромазана** (пр. Ленина, 97, тел. 30 77 44):

- настольный теннис – понедельник-среда-пятница с 10-00 до 12-00

- тренажёрный зал:

понедельник-среда-пятница с 10.00 до 12.00 – направление «Кинезитерапия».

Реабилитация после травм позвоночника и суставов»;

вторник-четверг-суббота с 10.00 до 12.00 – направление «Дыхательная гимнастика по Стрельниковой».

**5. Физкультурно-оздоровительный комплекс «Умка»**  
(ул. Советская, 211, тел. 41 81 88):

- массовые катания.

**6. Физкультурно-оздоровительный комплекс «Ровесник»**  
(ул. Советская, 156, тел. 30 70 72):

- общефизическая подготовка (группа «Здоровья») - вторник, четверг – с 12-00 до 15-00, суббота с 10-00 до 11-30.

**7. Плавательный бассейн «Ровесник»** (ул. Советская, 156, тел. 31 58 20):

- плавание с понедельника по пятницу с 9-30 до 14-00.

**8. Физкультурно-оздоровительный комплекс «Юниор»**  
(ул. Жукова, 1/1, тел. 31 47 00):

- настольный теннис – ежедневно с 12-00 до 14-00.

**9. Клуб «Белая ладья»** (ул.Галиуллина,24а, тел. 30 88 77):

- шахматы, шашки – ежедневно с 10.00 до 20.00.

**10. МБУ «Экологический парк»** (ул.Лесопарковая,1, тел. 21 21 11):

- тропа «Здоровье»

- беговая дорожка

- спортивная площадка (6 тренажёров)

- спортивный городок

спортивный инвентарь

Свободное посещение.