

УТВЕРЖДАЮ
Председатель правления
АНО Спортивный клуб "Геркулес"

А.В. Сопцов

План мероприятий на 1 квартал 2025года

№ п/п	Дата, время проведения	Наименование мероприятия	Место проведения, адрес	Предполагаемое кол-во участников/ зрителей	Ответственный, телефон
1	январь	1. открытый урок детской группы балета 16.01.2025 2. Откр. урок «Лепка для детей» 05.01.2025 3. Встреча с дедом морозом 05.01.2025	кадомцева 11 корп 1	15 - 20 в каждом	89857626568
2	февраль	1. Открытый урок «Пилатес» 3.02.2025 2. «Лепка для детей» лепим подарок папе на 23 февраля 22.02.2025 3. Сдаем армейский тест Купера 23.02.2025	кадомцева 11 корп 1	20 в каждом	89857626568

3	март	1. «Концерт для мам» группы Балет на 8 марта 6.03.2025 2. «Лепка для детей» лепим подарок маме 8.03.2025 3. Открытый урок «Пилатес» 17.03.2025 4. Открытый урок «Функциональный тренинг» 25.03.2025	кадомцева 11 корп 1	25	89857626568



УТВЕРЖДАЮ
Председатель правления
АНО Спортивный клуб "Геркулес"

/ А.В. Сопцов

План мероприятий на 2 квартал 2025года

№ п/п	Дата, время проведения	Наименование мероприятия	Место проведения, адрес	Предполагаемое кол-во участников/ зрителей	Ответственный, телефон
1	апрель	1. детский мастеркласс по лепке 12 - суббота.16-00. 2. 15 апреля открытое занятие по балету для детей и взрослых 18-00 3. участие в субботниках	кадомцева 11 корп 1	15 - 30 в каждом	89857626568
2	май	1. отчетное занятие группы балет - концерт для мам 29 мая 2. играем в пинг понг по субботам - 17,24,31 мая на открытой площадке у акведука 3. участие в субботниках 4. открытый урок "баланс и пилатес" в рамках участия в празднике 9 мая - 7 мая 15-00	кадомцева 11 корп 1	30 в каждом	89857626568

3	июнь	1. концерт группы Балет в долголетии (дата определяется) 2. играем в пинг понг по субботам - 7,14,21,28 июня на открытой площадке у акведука 3. занятие по пилатес на площадке "Лето в москве" - 3 июня 17-00 - 19-00, 17 июня 17- 00- 19-00	кадомцева 11 корп 1	30 в каждом	89857626568



УТВЕРЖДАЮ
Председатель правления
АНО Спортивный клуб "Геркулес"

/ А.В. Сопцов

План мероприятий на 3 квартал 2025 года

№ п/п	Дата, время проведения	Наименование мероприятия	Место проведения, адрес	Предполагаемое кол-во участников/ зрителей	Ответственный, телефон
1	июль	текущий ремонт играем в настольный теннис 5 - 12-00, 12-12-00, 19-12-00, 26-12- 00 лето в москве - 17 в 17-19	кадомцева 11 корп 1	15 - 30 в каждом	руководитель клуба Сопцов А. В. 89857626568
2	август	текущий ремонт играем в настольный теннис 2 - 12-00, 9-12-00	кадомцева 11 корп 1	15 - 30 в каждом	руководитель клуба Сопцов А. В. 89857626568

3	сентябрь	1. мероприятие посвященное "Дню города" 2. детские соревнования - силовое единоборство 3. открытые уроки всех групп. Анонсы в соцсетях и на доске для объявлений клуба.	кадомцева 11 корп 1	10- 40 человек в каждом	руководитель клуба Сопцов А. В. 89857626568

УТВЕРЖДАЮ
Председатель правления
АНО Спортивный клуб "Геркулес"

А.В. Сопцов

План мероприятий на 4 квартал 2025 года

№ п/п	Дата, время проведения	Наименование мероприятия	Место проведения, адрес	Предполагаемое кол-во участников/ зрителей	Ответственный, телефон
1	октябрь	1. мастеркласс по лепке - суббота. 19.10 16-00 2. открытое занятие по танцам для детей и взрослых - 14 октября, 18-00 3. Баланс в долголетию - по средам в 15-00	кадомцева 11 корп 1 Долголетие	20- 30 человек в каждом	руководитель клуба Сопцов А. В. 89857626568
2	ноябрь	1. открытое занятие по физической культуре для молодежи 14-16 лет 16 ноября. 15-00 2. мастеркласс по лепке -23 ноября.16-003. 3.Баланс в долголетию - по средам в 15-00	кадомцева 11 корп 1 Долголетие	20- 30 человек в каждом	руководитель клуба Сопцов А. В. 89857626568

3	декабрь	1. открытые уроки всех детских групп балета и танцев - 2. Новогодняя елка, детские соревнования - эстафеты с призами 3. Баланс в долголетию - по средам в 15-00	кадомцева 11 корп 1 Долголетие	20- 30 человек в каждом	руководитель клуба Сопцов А. В. 89857626568
---	---------	---	-----------------------------------	-------------------------	--

Председатель правления
АНО Спортивный клуб «Геркулес»

А.В. Сопцов

**ОТЧЕТ О ДЕЯТЕЛЬНОСТИ АНО Спортивный клуб «Геркулес» за
январь 2025 года**

в рамках выполнения Договора от 09.08.2023 года
на реализацию социальной программы (проекта) по организации досуговой и социально-
воспитательной, физкультурно-оздоровительной и спортивной работы с населением по месту
жительства в нежилых помещениях, находящихся в оперативном управлении управы района
Ростокино города Москвы,
предоставляется в управу района Ростокино один раз в месяц, до 05 числа текущего месяца,
по следующей форме:

1. Организация работы спортивного клуба «Геркулес»

№	Клубное досуговое формирование (кружок)	Кол-во обучающихся		График работы		Ответственный
		б/плт	плт	дни	время	
1	«Здоровая спина» для мам	6		Вторн, четверг	12-00	Сопцов А.В.
2	Танцы для детей		5(3 льгота)	Среда, суббота.	18-00, 11-00	Сопцов А.В.
3	Мир Балета		4	Вторник, четверг	18-00	Сопцов А.В.
4	Пилатес		11	Понед, среда, пятница	20-00	Сопцов А.В.
5	Занятие общества Инвалидов	5		Суббота	12-00	Сопцов А.В.
6	Мелкая моторика и лепка	15		Суббота	16-00	Сопцов А.В.
ИТОГО на 01.01.2025		26	20	Прим : * льгота, ** бесплатно		
ВСЕГО						

2. Проведенные мероприятия и участие в мероприятиях

	мероприятие	Дата	Место	Количество уч/зрит
1	открытый урок детской группы балета	16.01.2025		5.20
2	Откр. урок «Лепка для детей»	05.01.2025		20
3	Встреча с дедом морозом	05.01.2025		30
	Внутриклубные мероприятия 3			
	Районные мероприятия 3			
	Окружные мероприятия 3			
	Городские мероприятия 0			

Председатель правления
АНО Спортивный клуб «Геркулес»

А.В. Сопцов

ОТЧЕТ О ДЕЯТЕЛЬНОСТИ АНО Спортивный клуб «Геркулес» за февраль 2025 года

в рамках выполнения Договора от 09.08.2023 года
на реализацию социальной программы (проекта) по организации досуговой и социально-
воспитательной, физкультурно-оздоровительной и спортивной работы с населением по месту
жительства в нежилых помещениях, находящихся в оперативном управлении управы района
Ростокино города Москвы,
предоставляется в управу района Ростокино один раз в месяц, до 05 числа текущего месяца,
по следующей форме:

1. Организация работы спортивного клуба «Геркулес»

№	Клубное досуговое формирование (кружок)	Кол-во обучающихся		График работы		Ответственный
		б/плт	плт	дни	время	
1	«Здоровая спина» для мам	6		Вторн, четверг	12-00	Сопцов А.В.
2	Танцы для детей		5(3 льгота)	Среда, суббота.	18-00, 11-00	Сопцов А.В.
3	Мир Балета		4	Вторник, четверг	18-00	Сопцов А.В.
4	Пилатес		11	Понед, среда, пятница	20-00	Сопцов А.В.
5	Занятие общества Инвалидов	5		Суббота	12-00	Сопцов А.В.
6	Мелкая моторика и лепка	15		Суббота	16-00	Сопцов А.В.
ИТОГО на 01.02.2025		26	20	Прим : * льгота, ** бесплатно		
ВСЕГО						

2. Проведенные мероприятия и участие в мероприятиях

	мероприятие	Дата	Место	Количество уч/зрит
1	Открытый урок «Пилатес»	3.02.2025		15
2	«Лепка для детей» лепим подарок папе	22.02.2025		25
3	Сдаем армейский тест Купера	23.02.2025		10
Внутриклубные мероприятия 3				
Районные мероприятия 3				
Окружные мероприятия 3				
Городские мероприятия 0				

Председатель правления
АНО Спортивный клуб «Геркулес»

А.В. Сопцов

ОТЧЕТ О ДЕЯТЕЛЬНОСТИ АНО Спортивный клуб «Геркулес» за март 2025 года

в рамках выполнения Договора от 09.08.2023 года
на реализацию социальной программы (проекта) по организации досуговой и социально-воспитательной, физкультурно-оздоровительной и спортивной работы с населением по месту жительства в нежилых помещениях, находящихся в оперативном управлении управы района
Ростокино города Москвы,
предоставляется в управу района Ростокино один раз в месяц, до 05 числа текущего месяца,
по следующей форме:

1. Организация работы спортивного клуба «Геркулес»

№	Клубное досуговое формирование (кружок)	Кол-во обучающихся		График работы		Ответственный
		б/плт	плт	дни	время	
1	«Здоровая спина» для мам	6		Вторн, четверг	12-00	Сопцов А.В.
2	Танцы для детей		5(3 льгота)	Среда, суббота.	18-00, 11-00	Сопцов А.В.
3	Мир Балета		4	Вторник, четверг	18-00	Сопцов А.В.
4	Пилатес		11	Понед, среда, пятница	20-00	Сопцов А.В.
5	Занятие общества Инвалидов	5		Суббота	12-00	Сопцов А.В.
6	Мелкая моторика и лепка	15		Суббота	16-00	Сопцов А.В.
ИТОГО на 01/03.2025		26	20	Прим : * льгота, ** бесплатно		
ВСЕГО						

2. Проведенные мероприятия и участие в мероприятиях

	мероприятие	Дата	Место	Количество уч/зрит
1	«Концерт для мам» группы Балет	6.03.2025		25
2	«Лепка для детей» лепим подарок маме	8.03.2025		18
3	Открытый урок «Пилатес»	17.03.2025		12
4	Открытый урок «Функциональный тренинг»	25.03.2025		10
Внутриклубные мероприятия 4				
Районные мероприятия 4				
Окружные мероприятия 4				
Городские мероприятия 0				

Председатель правления
АНО Спортивный клуб «Геркулес»

А.В. Сопцов

**ОТЧЕТ О ДЕЯТЕЛЬНОСТИ АНО Спортивный клуб «Геркулес» за
апрель 2025 года**

в рамках выполнения Договора от 09.08.2023 года
на реализацию социальной программы (проекта) по организации досуговой и социально-
воспитательной, физкультурно-оздоровительной и спортивной работы с населением по месту
жительства в нежилых помещениях, находящихся в оперативном управлении управы района
Ростокино города Москвы,
предоставляется в управу района Ростокино один раз в месяц, до 05 числа текущего месяца,
по следующей форме:

1. Организация работы спортивного клуба «Геркулес»

№	Клубное досуговое формирование (кружок)	Кол-во обучающихся		График работы		Ответственный
		б/плт	плт	дни	время	
1	«Здоровая спина» для мам	6		Вторн, четверг	12-00	Сопцов А.В.
2	Танцы для детей		5(3 льгота)	Среда, суббота.	18-00, 11-00	Сопцов А.В.
3	Мир Балета		5	Вторник, четверг	18-00	Сопцов А.В.
4	Пилатес		11	Понед, среда, пятница	20-00	Сопцов А.В.
5	Занятие общества Инвалидов	5		Суббота	12-00	Сопцов А.В.
6	Мелкая моторика и лепка	15		Суббота	16-00	Сопцов А.В.
ИТОГО на 01.04.2025		26	21	Прим : * льгота, ** бесплатно		
ВСЕГО						

2. Проведенные мероприятия и участие в мероприятиях

	мероприятие	Дата	Место	Количество уч/зрит
1	детский мастеркласс по лепке	12.04.2025		20
2	открытое занятие по балету для детей и взрослых	15.04.2025 18-00		15
3	участие в субботниках			15
Внутриклубные мероприятия 3				
Районные мероприятия 3				
Окружные мероприятия 3				
Городские мероприятия 0				

Председатель правления
АНО Спортивный клуб «Геркулес»

А.В. Сопцов

ОТЧЕТ О ДЕЯТЕЛЬНОСТИ АНО Спортивный клуб «Геркулес» за май 2025 года

в рамках выполнения Договора от 09.08.2023 года
на реализацию социальной программы (проекта) по организации досуговой и социально-
воспитательной, физкультурно-оздоровительной и спортивной работы с населением по месту
жительства в нежилых помещениях, находящихся в оперативном управлении управы района
Ростокино города Москвы,
предоставляется в управу района Ростокино один раз в месяц, до 05 числа текущего месяца,
по следующей форме:

1. Организация работы спортивного клуба «Геркулес»

№	Клубное досуговое формирование (кружок)	Кол-во обучающихся		График работы		Ответственный
		б/плт	плт	дни	время	
1	«Здоровая спина» для мам	6		Вторн, четверг	12-00	Сопцов А.В.
2	Танцы для детей		5(3 льгота)	Среда, суббота.	18-00, 11-00	Сопцов А.В.
3	Мир Балета		5	Вторник, четверг	18-00	Сопцов А.В.
4	Пилатес		11	Понед, среда, пятница	20-00	Сопцов А.В.
5	Занятие общества Инвалидов	5		Суббота	12-00	Сопцов А.В.
6	Мелкая моторика и лепка	15		Суббота	16-00	Сопцов А.В.
ИТОГО на 01.03.2025		26	21	Прим : * льгота, ** бесплатно		
ВСЕГО						

2. Проведенные мероприятия и участие в мероприятиях

	мероприятие	Дата	Место	Количество уч/зрит
1	отчетное занятие группы балет - концерт для мам 29 мая	29.05.2025	Кадомцева 11 к.1	30
2	играем в пинг понг по субботам	17,24,31.05. 2025	Площадка Акведук	15
3	участие в субботниках			15
4	открытый урок "баланс и пилатес" в рамках участия в празднике 9 мая - 7 мая 15-00	07.05.2025		10
Внутриклубные мероприятия 5				
Районные мероприятия 6				
Окружные мероприятия 6				
Городские мероприятия 0				

Председатель правления
АНО Спортивный клуб «Геркулес»

А.В. Сопцов

ОТЧЕТ О ДЕЯТЕЛЬНОСТИ АНО Спортивный клуб «Геркулес» за июнь 2025 года

в рамках выполнения Договора от 09.08.2023 года
на реализацию социальной программы (проекта) по организации досуговой и социально-
воспитательной, физкультурно-оздоровительной и спортивной работы с населением по месту
жительства в нежилых помещениях, находящихся в оперативном управлении управы района
Ростокино города Москвы,
предоставляется в управу района Ростокино один раз в месяц, до 05 числа текущего месяца,
по следующей форме:

1. Организация работы спортивного клуба «Геркулес»

№	Клубное досуговое формирование (кружок)	Кол-во обучающихся		График работы		Ответственный
		б/плт	плт	дни	время	
1	«Здоровая спина» для мам	6		Вторн, четверг	12-00	Сопцов А.В.
2	Танцы для детей		5(3 льгота)	Среда, суббота.	18-00, 11-00	Сопцов А.В.
3	Мир Балета		5	Вторник, четверг	18-00	Сопцов А.В.
4	Пилатес		11	Понед, среда, пятница	20-00	Сопцов А.В.
5	Занятие общества Инвалидов	5		Суббота	12-00	Сопцов А.В.
6	Мелкая моторика и лепка	15		Суббота	16-00	Сопцов А.В.
ИТОГО на 01.06.2025		26	21	Прим : * льгота, ** бесплатно		
ВСЕГО						

2. Проведенные мероприятия и участие в мероприятиях

	мероприятие	Дата	Место	Количество уч/зрит
1	концерт группы Балет в долголети	21.06.2025		21
2	играем в пинг понг по субботам	7,14,21,28.06.2025	Площадка Акведук	15
3	участие в субботниках			10
4	занятие по пилатес на площадке "Лето в москве" 19-00	03,17.06.2025		15
Внутриклубные мероприятия 5				
Районные мероприятия 6				
Окружные мероприятия 6				
Городские мероприятия 0				

Председатель правления
АНО Спортивный клуб «Геркулес»

А.В. Сопцов

ОТЧЕТ О ДЕЯТЕЛЬНОСТИ АНО Спортивный клуб «Геркулес» за июль 2025 года

в рамках выполнения Договора от 09.08.2023 года
на реализацию социальной программы (проекта) по организации досуговой и социально-
воспитательной, физкультурно-оздоровительной и спортивной работы с населением по месту
жительства в нежилых помещениях, находящихся в оперативном управлении управы района
Ростокино города Москвы,
предоставляется в управу района Ростокино один раз в месяц, до 05 числа текущего месяца,
по следующей форме:

1. Организация работы спортивного клуба «Геркулес»

№	Клубное досуговое формирование (кружок)	Кол-во обучающихся		График работы		Ответственный
		б/плт	плт	дни	время	
1	«Здоровая спина» для мам	6		Вторн, четверг	12-00	Сопцов А.В.
2	Танцы для детей		5(3 льгота)	Среда, суббота.	18-00, 11-00	Сопцов А.В.
3	Мир Балета		5	Вторник, четверг	18-00	Сопцов А.В.
4	Пилатес		11	Понед, среда, пятница	20-00	Сопцов А.В.
5	Занятие общества Инвалидов	5		Суббота	12-00	Сопцов А.В.
6	Мелкая моторика и лепка	15		Суббота	16-00	Сопцов А.В.
ИТОГО на 01.12.2023		26	21	Прим : * льгота, ** бесплатно		
ВСЕГО						

2. Проведенные мероприятия и участие в мероприятиях

	мероприятие	Дата	Место	Количество уч\зрит
1	текущий ремонт			
2	играем в настольный теннис по субботам	5,12,19,26.0 7.2025	Площадка Акведук	15
3	Занятие по Балансу в долголетию 15-00	По средам		10
4	занятие по пилатес на площадке "Лето в москве" 19-00	17.07.2025		10
Внутриклубные мероприятия 3				
Районные мероприятия 8				
Окружные мероприятия 8				
Городские мероприятия 0				

Председатель правления
АНО Спортивный клуб «Геркулес»

А.В. Сопцов

ОТЧЕТ О ДЕЯТЕЛЬНОСТИ АНО Спортивный клуб «Геркулес» за август 2025 года

в рамках выполнения Договора от 09.08.2023 года
на реализацию социальной программы (проекта) по организации досуговой и социально-
воспитательной, физкультурно-оздоровительной и спортивной работы с населением по месту
жительства в нежилых помещениях, находящихся в оперативном управлении управы района
Ростокино города Москвы,
предоставляется в управу района Ростокино один раз в месяц, до 05 числа текущего месяца,
по следующей форме:

1. Организация работы спортивного клуба «Геркулес»

№	Клубное досуговое формирование (кружок)	Кол-во обучающихся		График работы		Ответственный
		б/плт	плт	дни	время	
1	«Здоровая спина» для мам	6		Вторн, четверг	12-00	Сопцов А.В.
2	Танцы для детей		5(3 льгота)	Среда, суббота.	18-00, 11-00	Сопцов А.В.
3	Мир Балета		5	Вторник, четверг	18-00	Сопцов А.В.
4	Пилатес		11	Понед, среда, пятница	20-00	Сопцов А.В.
5	Занятие общества Инвалидов	5		Суббота	12-00	Сопцов А.В.
ИТОГО на 01.08.2023		11	21	Прим : * льгота, ** бесплатно		
ВСЕГО						

2. Проведенные мероприятия и участие в мероприятиях

	мероприятие	Дата	Место	Количество уч/зрит
1				
2	играем в настольный теннис по субботам	3,10,08.202 5	Площадка Акведук	15
3	Занятие по Балансу в долголетию 15-00	По средам		10
4	занятие по TRX открытой площадке Акведук	17.08.2025	Площадка Акведук	10
Внутриклубные мероприятия 4				
Районные мероприятия 6				
Окружные мероприятия 6				
Городские мероприятия 0				



Председатель правления
АНО Спортивный клуб «Геркулес»

А.В. Сопцов

**ОТЧЕТ О ДЕЯТЕЛЬНОСТИ АНО Спортивный клуб «Геркулес» за
сентябрь 2025 года**

в рамках выполнения Договора от 09.08.2023 года

на реализацию социальной программы (проекта) по организации досуговой и социально-воспитательной, физкультурно-оздоровительной и спортивной работы с населением по месту жительства в нежилых помещениях, находящихся в оперативном управлении управы района
Ростокино города Москвы,

предоставляется в управу района Ростокино один раз в месяц, до 05 числа текущего месяца,
по следующей форме:

1. Организация работы спортивного клуба «Геркулес»

№	Клубное досуговое формирование (кружок)	Кол-во обучающихся		График работы		Ответственный
		б/плт	плт	дни	время	
1	«Здоровая спина» для мам	6		Вторн, четверг	12-00	Сопцов А.В.
2	Танцы для детей		5(3 льгота)	Среда, суббота.	18-00, 11-00	Сопцов А.В.
3	Мир Балета		5	Вторник, четверг	18-00	Сопцов А.В.
4	Пилатес		11	Понед, среда, пятница	20-00	Сопцов А.В.
5	Занятие общества Инвалидов	5		Суббота	12-00	Сопцов А.В.
ИТОГО на 01.09.2025		11	21	Прим : * льгота, ** бесплатно		
ВСЕГО						

2. Проведенные мероприятия и участие в мероприятиях

	мероприятие	Дата	Место	Количество уч/зрит
1.	мероприятие посвященное "Дню города"	11	Сквер Бажова	12
2	играем в настольный теннис по субботам 12-00	6,12,19,26.	Площадка Акведук	15
3	Занятие по Балансу в долголетию 15-00	3,10,17,24	Долголетие Ростокино	10
4	детское занятие и соревнование - силовое единоборство	13.09.2025	Площадка Лето в москве	10
5	Открытый урок группы «Пилатес»	15.09.2025	Кадомцева 11 к.1	10
Внутриклубные мероприятия 6				
Районные мероприятия 10				
Окружные мероприятия 2				
Городские мероприятия 1				

открытые уроки всех групп. Анонсы в соцсетях и на доске для объявлений клуба.