СТРОЧНЫЕ ОБЪЯВЛЕНИЯ

Объявления принимаются в редакции: ул. Сибирская, 27б, 3-й этаж, с 11:00 до 17:00, по тел.: 20-30-066, 20-30-067 и на сайте www.doskaPermi.ru

Последний срок подачи – вторник.

Объявления в рубрике «Медицина» могут иметь противопоказания. Обратитесь к специалисту.

Компьютерная техника

Компьютер. Скорая помощь. Т. 2030423.

Компьютеров: настройка и ремонт, выезд на дом 24 ч. Гарантия. Т. 2433307.

Компьютерщик от 100 р. 24 ч. Т. 2020251.

Услуги

Реставрация мягкой мебели мастерами высокого класса. Т. 2120960.

Бесплатный вывоз ванн, хол., ст. машин, жел. дверей, микр., газ. печей. Т. 277-86-47.

Вывоз б/у мебели, мусора. Т. 277-86-47.

Дипломы. Аттестаты. Т. 89049887961.

Изготовим мебель. Кухни, шкафы. Замер бесплатно. Т. 2867137.

Домашний мастер. Т. 89194660362.

Бурение скважин. Т. 2936824.

Аттестаты, дипломы. ЕГЭ. Гарантия. Т. 89122916322.

Школа №153 с углублённым изучением иностранных языков, продолжает набор детей в первые классы на 2014–2015 г. Обучение ведётся в корпусах: ул. Таймырская, 3, ул. Социалистическая, 6а. Т.: 284-32-57, 263-66-57.

Финансы

Помощь в получении кредита в любой ситуации. 100%. Ф. л. Т. 2793115.

Центр автокредитования и страхования «GoodMotors», ул. Старцева, 89а. ИП Илясова О. В. Т. 2860505.

Деньги по паспорту, до 500 т. р. Т.: 2882032,2869394. ИП Силин А. С.

Реальная помощь в получении кредита. Т. 89523275159. Физ. лицо.

Помощь получения кредита, гарантия 100%. Ф. л. Т. 2787507.

Ремонт бытовой техники

Ремонт холодильников. Все марки, районы, без вых. Стаж 40 лет. Т. 89519397503.

Ремонт телевизоров. Т. 2774561.

Ремонт стиральных машин. Т. 2933816.

Холодильников на дому: «Стинол», «Индезит» и др. Без выходных. Гарантия. Пенс. – скидки. Т.: 2420210, 2232865.

ДБ «Малахит». Ремонт холодильников, стиральных машин. Т. 227-95-46.

Ремонт холодильников, сварка на дому. Т.: 89504529174, 2769755.

Медицина

Пьянство, запои, курение. Д. Зуев. Т.: 234-9877, 8-902-476-9292.

Пьянство, похмелье. Т. 2760112.

Куплю

Выкуп авто. Т.: 89028304044, 89526464054.

Куплю любое авто, можно битое. На ходу. Оценка, выезд. Т. 89024722471.

Выкуп долю, комн., кв., земл. Т. 2773591.

Автовыкуп, 24 ч., битые, кредитные, целые, на запчасти. Т. 89655555549.

Выкуп любого авто. Битое, целое, кредитное. Авто на запчасти. 24 часа. Т. 89091098787.

Ноутбук. Можно не раб. Т. 89028020202.

Сот., комп., ЖК., ноут., до 90%. Т. 2770467.

Продам

Продам фанеру форматов: 1525×1525, 2440×1220, берёза, хвоя. Фанеру ламинированную, ДСП, ДВП, OSB-3. Оптом и в розницу, в наличии и под заказ. Доставка. Звоните, цены вас приятно удивят. Т. 89024722161.

Для дачи хол-к, ст. маш., ТВ, газ., эл. плиту, жел. дверь, мик. печь. Т. 278-86-47.

Бревенчатый дом, деревня Воробьи, Пермский р-н, уч. 15 соток. Под пчеловодство, садоводство. Час езды из Перми. Т. 89091031876.

Эл.плиту «Лысьва» 4-х комф., белая, в отличном состоянии (срок эксплуатации 1 год). Цена договорная. Самовывоз. Т. 8-902-806-55-44.

Навоз, перегной, ПГС, песок. Т. 2046559.

ПГС, щебень, песок, чернозём, навоз с доставкой 5,10,15 т. Без выходных. Т.: 2342212, 89526642212.

Срубы. Установка. Т. 89824489331.

Пиломат., горбыль. Т. 89194852588.

Дрова, 1 т. р. Т.: 89048478550, 2279904.

Пиломатериал: доска, брус, заборная доска. Горбыль, опил бесплатно. Т.: 2470961, 89223874972.

Строительство и ремонт

Монтаж наружного водопровода, наружной канализации; канализация из ж/б колец; проектирование, согласование, сдача в «Новогор». Т. 271-13-71.

Сантехработы, сварка любой сложности. Договор, гарантия. Без выходных. Т.: 278-42-49, 8-909-11-63-291.

Двери межкомн., входн., арки, перегородки (ГКЛ). Недорого. Т. 276-90-05.

Быстро, качественно строительство домов из бруса любой сложности. Т. 203-26-86.

Окраска. Обои. Плитка. Т. 2785567.

Электрик Александр. Т. 89194784931.

Выравнивание домов. Т. 89128831671.

Препланировка, согласование квартир, балконов. Ремонт. Т. 298-23-94.

Сдам

Кв. Час. Сутки. Неделя. Т. 2474043.

Кв-ры. Сутки, час. Чисто. Т. 2478638.

Площади в аренду, ул. Куйбышева, 52. Офисы. Т. 2393112 с 8 до 17 ч.

Сниму

Сниму дачу на июль, недалеко от города. Рассмотрю все варианты. Т. 89630160651.

Перевозки

Переезд, грузчики, «газели». Т. 298-32-37.

Переезд, грузчики, «газели». Т. 2432403.

Переезд бережно. Газели, грузчики, вывоз строит. мусора. Т. 2432523.

«Газели» от 3 м. Услуги грузчиков от 300 р./ч. Т. 89226445805.

Переезд в другой город. Т. 2763152.

«Газель»-тент, 4 м, Иван. Т. 89024738620.

«Газели». Грузчики. Т. 259-34-55.

«Газель»-тент, 3 м. Т. 89526456808.

«Газель»-тент, 3 м, 250 р. Т. 89630136077.

«Газель», 4 м, 250 р./ч. Т. 89082699375.

Переезды. Грузч. «Газели». Т. 2939021.

«Газели», грузчики. Т. 247-03-89.

«Газель», грузчики. Недор. Т. 2764776.

«Газель»: дачи, межгород Т. 221-05-01.

Грузчики. Газели. Мусор. Т. 2788815.

Работа

Раб. (в т. ч. пенсионер.) 3 ч., 11 т. р. Т. 2935892.

Офис. 4–8 ч./день. 16–32 т. р. Т. 2795455.

Работа, 4 ч./день, 11 т. р. Т. 89120617910.

Подраб. Офис/дом. Выс. доход. Т. 2784280.

Менеджер офиса. Т. 89523235412.

Восточная медицина, доход без продаж. Т. 276-99-36

Срочно. Диспетчер, 21 т. р.+ % Т. 2871121.

Работа, в т. ч. пенсион. Т. 89504750119.

Подработ., свобод. график. Т. 2477469.

Работа 35–55 т. р. Т. 89024752457.

Сотрудник. Офис. 23–27 т. р. Т. 2710292.

Вахтёр, администратор. Т. 2883724.

Рук-ль отдела 45 т. р. Т. 20-40-843.

Приёмщик заявок. 25 т.р. Т. 204-62-47.

Подработка, 3 часа. Т. 89028062773.

Пом. руководителя, офис, 48 т. р. Т. 2430903.

Офис, 2,5 часа, выгодно. Т. 89504627727.

Монтажник фасадных конструкций. Т. 89128875003.

Срочно подработка 4 ч. 17 т. р. Т. 2887858.

Столяр-станочник 5–6 разряда в производ. цех. Т. 89024729012.

Сварщики, о/р с полуавтоматом, монтажники с опытом сборки м/констр. Краснокамск. Т. 89028393464.

Пред-ю охранники, оператор ПЦН. Т. 2669696.

Охранник-админ-р, 18 т. р. Т. 287-15-29.

На мойку требуются рабочие. Т. 89824727361

Требуется сиделка для присмотра за лежачим больным. Обязанность — кормить. Г/р суббота, воскресенье, З/п 600 р./д. Кировский р-он. Т. 8-922-300-61-06.

Психолог в кадры, 32 т. р. Т. 2046678.

Работа на дому. Т. 287-11-98.

ООО «Компания Караван» приглашает на работу комплектовщика-грузчика, можно без опыта. Трудоустройство. З/п от 18000 руб., вовремя, теплый цех, дружный коллектив, страховка, пн–пт с 9 до 17. Т. 269-77-52, почта info@araxuc.ru, сайт www.araxuc.ru.

Приёмщик заказов. 27 т. р. Т. 204-32-38.

Офис-менеджер 24 т. р. Т. 89679011178.

Сотрудник. Офис. 18–30 т. р. Т. 2862226.

Требуются вахтёры в администр. здания. График работы 5/2, 1/2. З/п 10000 руб. Т. 89129813061.

Требуются помощники на фермерское хозяйство, (жильё, питание). Т. 89028310330.

Охранники на объекты «Лукойл». З/п без задержек. Подработка наличными. Соц. пакет. Т. 89655597667.

В ООО «НПК «Армастек» аппаратчик, лаборант, разнорабочий. Кировский р-н. Т.: 2592597, 2504067.

Охранники. З/п своевременно. Г/р разные. Т.: 2497249, 89226498151.

Официант(-ка) ул. Ленина. Г/р 5/2. 8–17 ч. Т.: 2358528, 2358527.

Охранники. Сменный график, вахтовый метод. З/п своевременно от 12 т. р. (не магазины). Условия при собеседовании. ул. Лихвинская, 27 (3 эт.). Т. 89024726688.

Менеджер на произв., продажа межкомн. дверей. Т.: 89024798503, 2947000.

Мастер на произв. межкомн. дверей, обязательно знание столярного дела. Т.: 89024798503, 2947000.

Требуется уборщица(-к) в кофейню, з/п 7 т. р. Т. 89082657763.

Дворники требуются. Т. 20-20-310.

Водитель на служебный автомобиль категории В, з/п от 22 т. р. Т. 2881444.

Дворники, сторожа требуются на придомовую территорию, м/р Пролетарский. З/п 8 т. р., график сутки/двое Т. 89027937671.

Работа. Т. 89679023728.

ООО «Компания Караван» приглашает на работу водителя-экспедитора с личным автомобилем класса «Газель», «Сапожок», работа по городу Перми и краю. Трудоустройство. З/П от 28000 руб., сдельная, дружный коллектив, пн–пт с 10 до 19. Т. 269-77-52, почта info@araxuc.ru, сайт www.araxuc.ru

Разное

Ищу соратников в крестный ход, с 26 июля. Свободен, 43 года. Т. 89519306222.

ОДНА СТРОКА: (30 печатных знаков, в том числе пробелы) – 150 руб. **РАМКА:** + 50 рублей
ЖИРНЫЙ ШРИФТ: + 50 рублей (1 строка). **ЗАГЛАВНЫЕ БУКВЫ:** + 50 рублей (1 строка)
ЦВЕТНОЙ ФОН: + 100 рублей (1 строка). **ЦВЕТНОЙ ШРИФТ:** + 100 рублей (1 строка)

реклама



16 июня, понедельник

ОРТ Первый Канал

05:00 «Доброе утро»
09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 23:45 Новости
09:10 «Контрольная закупка»
09:45 «Жить здорово!» (12+)
10:55 «Модный приговор»
12:15 «Сегодня вечером» (16+)
14:20 «Время обедать!»
15:15 «На чемпионате мира по футболу – 2014»
17:00 «Наедине со всеми» (16+)
18:45 «Давай поженимся!» (16+)
19:50 «Пусть говорят» (16+)
21:00 «Время»
21:30 Т/с «Море. Горы. Керамзит» (16+)
23:20 «Вся жизнь в перчатках» (12+)
23:55 «Россия. Билет в Бразилию» (12+)
01:00 ЧМ по футболу. Иран – Нигерия
03:00 «В наше время» (12+)
04:00 ЧМ по футболу. Гана – США. В перерыве – новости

РОССИЯ 1 РОССИЯ / ГТРК «Пермь»

06:00 «Утро России»
06:07, 06:35, 07:07, 07:35, 08:07, 08:35, 11:30, 14:30, 17:45 «Вести – Пермь»
09:00 «Когда начнётся заражение» (16+)
09:55 «О самом главном»
10:30 «Дневник чемпионата мира»
11:00, 14:00, 17:00, 21:20, 23:55 «Вести»
11:50, 14:50 «Вести. Дежурная часть»
12:00 Т/с «Тайны следствия» (12+)
13:00 «Особый случай» (12+)
15:00 Т/с «Джамайка» (12+)
16:00 Т/с «Пока станица спит» (12+)
18:05 «Прямой эфир» (12+)
19:20 Т/с «Отдел С.С.С.Р.» (12+)
21:45 Футбол. ЧМ. Германия – Португалия
00:40 Х/ф «Под прицелом любви» (12+)
02:55 Х/ф «Долгие вёрсты войны»
04:25 «Комната смеха»

НТВ

06:00 «НТВ утром»
08:40, 10:20 Т/с «Возвращение Мухтара» (16+)
10:00, 13:00, 16:00, 19:00 «Сегодня»
10:55 «До суда» (16+)
11:55, 13:25 «Суд присяжных» (16+)
14:35 «Дело врачей» (16+)
15:35, 18:35 «Обзор. Чрезвычайное происшествие»
16:25 «Прокурорская проверка» (16+)
17:40 «Говорим и показываем» (16+)
19:55 Т/с «Шеф-2» (16+)
21:50 Т/с «Пляж» (16+)
23:40 «Сегодня. Итоги»
00:05 Т/с «Чужой район» (16+)
01:00 «Сталин против Красной армии» (16+)
02:00 Х/ф «Дело тёмное» (16+)
03:00 Т/с «Зверобой» (16+)
05:00 Т/с «Москва. Три вокзала» (16+)

ТНТ

07:00 М/с «Турбо-агент Дадли» (12+)
07:30 М/с «Губка Боб Квадратные штаны» (12+)
07:55 М/с «Кунг-фу Панда. Удивительные легенды» (12+)
08:25 М/с «Пингвины из «Мадагаскара» (12+)
09:00, 23:00 «Дом-2» (16+)
10:30 «Битва экстрасенсов» (16+)
11:30 Х/ф «Заклинательница акул» (16+)
14:00 Т/с «Универ» (16+)
14:30 Т/с «Нezлоб» (16+)
19:30 Т/с «Интерны» (16+)
20:30 Т/с «Деффчонки» (16+)
22:30 «Комеди клаб. Лучшее» (16+)
00:30 «Сладкая жизнь» (18+)
01:25 Х/ф «Любовь и Мэри» (16+)
03:30 Т/с «Хор» (16+)
04:20 Т/с «Тайные агенты» (16+)
05:15 Т/с «Живая мишень – 2» (16+)
06:05 Т/с «V-визитёры-2» (16+)

РЕН ТВ / Рифей

06:00 «ТСН» (16+), «Новый день» (12+)
08:30, 12:30, 23:00 «Новости 24» (16+)
09:00 Д/ф «Великая тайна Ноя» (16+)
10:00 Д/ф «Планета обезьяны» (16+)
11:00 «Тайны мира» (16+)
12:00 «Информационная программа 112» (16+)
13:00 «Званый ужин» (16+)
14:00 «Мои прекрасные…» (16+)
15:00 «Семейные драмы» (16+)
16:00 «Не ври мне!» (16+)
18:00 «Верное средство» (16+)
19:00 «Вечер на «Рифее»
19:50, 00:00 «Вызов 02» (16+)
20:00 «Свободное время» (16+)
21:00 «Реальная кухня» (16+)
22:00 «Пища богов» (16+)
23:30 «ТСН» (16+)
00:15, 02:55 Т/с «Ходячие мертвецы» (18+)
01:55, 04:35 «Смотреть всем!» (16+)
05:15 Т/с «Вовочка-2» (16+)

РОССИЯ 24 РОССИЯ 24 / Vetta

06:00 «Утренний вестник» (16+)
10:00 Документальная программа (16+)
10:20 Музыка (16+)
11:20 Мультфильмы (6+)
12:10 «Тайны здоровья» (16+)
12:20 «Дневной вестник» (16+)
13:00, 23:00 РИК «Россия-24»
18:00, 18:45 «Вести. Сейчас»
18:10 «По следам селенитового медведя»
18:15 «Вести. Интервью»
18:25, 21:40 «Вести. Коротко»
18:30, 21:45 «Вести. Культура»
19:00, 21:00 «Вечерний вестник» (16+)
19:20, 21:15 «Эх, дороги!» (16+)
19:25, 21:20 «Дополнительное время» (16+)
19:45 «Любовь нечаянно нагрянет» (16+)
19:55, 20:55 Астрологический прогноз на завтра
20:00 Т/с «Lost. Остаться в живых» (16+)
21:55, 22:40 «Вести. Сейчас. Пермь»
22:15 «ProАрт»
22:30 «Физкультстолица»

16 июня, понедельник

СТС

06:00 М/ф «Соломенный бычок», «Верните Рекса», «Зай и Чик», «Вершки и корешки» (0+)
07:00 М/с «Смешарики» (0+)
07:30 М/с «Миа и я» (6+)
08:00 М/с «Том и Джерри. Детские годы» (6+)
08:30, 13:30, 00:00, 01:30 «6 кадров» (16+)
09:30 Х/ф «Чёрная молния» (16+)
11:30 Х/ф «Человек-паук» (16+)
14:00 Т/с «Два отца и два сына» (16+)
15:00 «Шоу «Уральских пельменей» (16+)
17:00, 21:00 Т/с «Кухня» (16+)
18:00 Т/с «Воронины» (16+)
22:00 Х/ф «Любовь-морковь» (16+)
00:30 «Кино в деталях» (16+)
01:45 Х/ф «По следу» (16+)
03:50 М/ф «Дюймовочка», «Василиса Микулишна», «Храбрый заяц» (0+)
05:10 М/с «Волшебные поппикси» (6+)
05:45 Музыка (16+)

ДОМАШНИЙ

06:30 «Удачное утро» (16+)
07:00, 05:30 «Джейми: обед за 30 минут» (16+)
08:00 «Полезное утро» (16+)
08:40 «Тайны еды» (16+)
08:55 «Умная кухня» (16+)
09:25 «Идеальная пара» (16+)
10:25 «По делам несовершеннолетних» (16+)
12:20, 19:00 Т/с «Не родись красивой» (16+)
14:00 Т/с «Цыганки» (16+)
17:05 Т/с «Она написала убийство» (16+)
20:40, 01:25 Т/с «Доктор Хаус» (16+)
22:25 «Одна за всех» (16+)
23:30 Х/ф «Дом, в котором я живу» (16+)
03:05 Т/с «Отчаянные домохозяйки» (16+)

5 УИТВ-Пятый канал

06:00, 10:00, 18:30, 22:00 «Сейчас»
06:10 «Утро на «Пятом» (6+)
09:30 «Место происшествия»
10:30, 12:30, 16:00 Т/с «При загадочных обстоятельствах» (16+)
12:00, 19:55, 00:15 «Бразильские посикунчики» (16+)
12:10 «Без посредников» (12+)
15:30, 19:00, 23:30 «Час пик»
15:55, 19:25, 23:55 «Прогноз погоды» (12+)
19:30, 23:50, 00:00 «Твоя власть» (16+)
20:00 «Неизбежный понедельник» (12+)
20:30, 22:25 Т/с «След» (16+)
00:20 «Момент истины» (16+)
01:10 «Андропов. Человек из КГБ» (16+)
02:10 Т/с «Надежда» (16+)

ТВ ЦЕНТР ТВЦ

06:00 «Настроение»
08:20 Х/ф «Медовый месяц» (12+)
10:05 Д/ф «Сергей Филиппов. «Люди, ау!» (12+)
10:55 «Простые сложности» (12+)
11:30, 14:30, 17:30, 22:00, 23:50 «События»
11:50 «Постскриптум» (16+)
12:55 «В центре событий» (16+)
13:55 «Осторожно, мошенники!» (16+)
14:50, 21:45 «Петровка, 38»
15:05 «Городское собрание» (12+)
16:05, 17:50 Т/с «Мисс Марпл» (12+)
18:20 «Право голоса» (16+)
19:30 «Город новостей»
19:45 Т/с «Громовы» (12+)
22:20 «Фактор Газа» (16+)
22:55 «Без обмана» (16+)
00:20 «Футбольный центр» (12+)
00:50 «Мозговой штурм» (12+)
01:20 Х/ф «Следы апостолов» (12+)
04:50 «Тайны нашего кино». «Брат» (12+)
05:15 Д/ф «Золушки советского кино» (16+)

РОССИЯ К КУЛЬТУРА / ГТРК «Пермь»

07:00 «Евроньюс»
09:00 «Доброе утро, Пермский край!»
10:00, 15:00, 19:00, 23:40 Новости культуры
10:15, 01:40 «Наблюдатель»
11:15 Т/с «Перри Мэйсон»
12:10, 01:25 Д/ф «Долина реки Орхон. Камни, города, ступы»
12:25 «Линия жизни». «Максим Суханов»
13:20 Д/с «Терри Джонс и варвары»
14:10 Т/с «Две зимы и три лета»
15:10 Д/ф «Живая вакцина доктора Чумакова»
15:50 Х/ф «Не промахнись, Асунта!»
17:30 Евгений Кисин в программе Дмитрия Ситковецкого
18:10 «Хинди с нуля за 16 часов!» №12
19:15 «Главная роль»
19:30 Д/ф «Илья Глазунов. Российская академия живописи, ваяния и зодчества»
20:10 «Правила жизни»
20:40 «Спокойной ночи, малыши!»
20:50 «Под небом театра». «Сергей Радлов. Сэр»
21:20 Д/ф «Насколько велика вселенная»
22:15 «Больше, чем любовь». «Сергей и Анастасия Курёхины»
22:55 Д/ф «Палачи Хатыни»
23:20 Д/ф «Старый город Гаваны»
00:00 «Кинескоп». «Кинотавр»-2014»
00:45 «Под гитару». «Жанна Бичевская»
02:40 Ф. Шуберт. «Соната для скрипки и фортепиано»

РОССИЯ 2 РОССИЯ СПОРТ

06:25, 14:35 Футбол. ЧМ. Швейцария – Эквадор
08:40 «Живое время. Панорама дня»
10:25, 16:50 Футбол. ЧМ. Франция – Гондурас
12:30, 18:55 Футбол. ЧМ. Аргентина – Босния и Герцеговина
16:35, 20:55, 05:55 «Большой футбол»
22:00 Х/ф «Приказано уничтожить! Операция «Китайская шкатулка» (16+)
01:25 «Наука 2.0»
03:00 «Моя планета»
03:35 «24 кадра» (16+)
04:05 «Наука на колёсах»
04:40 «Угрозы современного мира»

www.dvertca.ru
Салон дверей Дверца
ДВЕРИ
МЕЖКОМНАТНЫЕ
ламинированные, ПВХ, шпонированные, раздвижные, нестандартные, арки, откосы
СТАЛЬНЫЕ от эконом до элитных
каждая 3-я дверь В ПОДАРОК*
СКИДКИ ПЕНСИОНЕРАМ ДО 15%*
БЕСПЛАТНО:
МОНТАЖ СЕЙФ-ДВЕРИ • ВЫЕЗД ЗАМЕРЩИКА
ПОДЪЕМ НА ЭТАЖ • ДЕМОНТАЖ • ДОСТАВКА • УБОРКА МУСОРА
ОТ ЗВОНКА ДО УСТАНОВКИ ТРИ ДНЯ!
ул. Крисанова, 8 ☎ 259-19-26, без выходных
* Акция действует с 01.06.2014 по 30.06.2014. Подробности у организатора акции ООО «ДизайнСтрой»
реклама

17 июня, вторник

ОРТ Первый Канал

06:00 «Доброе утро»
09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 23:45 Новости
09:10 «Контрольная закупка»
09:45 «Жить здорово!» (12+)
10:55 «Модный приговор»
12:15, 21:30 Т/с «Море. Горы. Керамзит» (16+)
14:00 «Время обедать!»
15:15 «На чемпионате мира по футболу – 2014»
17:00 «Наедине со всеми» (16+)
18:45 «Давай поженимся!» (16+)
19:50 «Пусть говорят» (16+)
21:00 «Время»
23:15 «Вечерний Ургант» (16+)
23:55 «Политика» (16+)
00:55 Х/ф «Мой кузен Винни» (12+)
02:55 «Идеальный побег»
04:00 ЧМ по футболу. Россия – Южная Корея. В перерыве – новости

РОССИЯ 1 РОССИЯ / ГТРК «Пермь»

05:00 «Утро России»
05:07, 05:35, 06:07, 06:35, 07:07, 07:35, 08:07, 08:35, 11:30, 14:30, 17:45 «Вести – Пермь»
09:00 «Когда начнётся заражение» (16+)
09:55 «О самом главном»
10:30 «Дневник чемпионата мира»
11:00, 14:00, 17:00, 21:20, 23:55 «Вести»
11:50, 14:50 «Вести. Дежурная часть»
12:00 Т/с «Тайны следствия» (12+)
13:00 «Особый случай» (12+)
15:00 Т/с «Джамайка» (12+)
16:00 Т/с «Пока станица спит» (12+)
18:05 «Прямой эфир» (12+)
19:20 Т/с «Отдел С.С.С.Р.» (12+)
21:45 Футбол. ЧМ. Бельгия – Алжир
00:45 Футбол. ЧМ. Бразилия – Мексика
03:00 Х/ф «Долгие вёрсты войны»
04:20 «Комната смеха»

НТВ

06:00 «НТВ утром»
08:40, 10:20 Т/с «Возвращение Мухтара» (16+)
10:00, 13:00, 16:00, 19:00 «Сегодня»
10:55 «До суда» (16+)
11:55, 13:25 «Суд присяжных» (16+)
14:35 «Дело врачей» (16+)
15:35, 18:35 «Обзор. Чрезвычайное происшествие»
16:25 «Прокурорская проверка» (16+)
17:40 «Говорим и показываем» (16+)
19:55 Т/с «Шеф-2» (16+)
21:50 Т/с «Пляж» (16+)
23:40 «Сегодня. Итоги»
00:05 Т/с «Чужой район» (16+)
01:00 «Квартирный вопрос»
02:10 «Главная дорога» (16+)
02:45 «Дикий мир»
03:05 Т/с «Зверобой» (16+)
05:00 Т/с «Москва. Три вокзала» (16+)

ТНТ

07:00 М/с «Турбо-агент Дадли» (12+)
07:30 М/с «Губка Боб Квадратные штаны» (12+)
07:55 М/с «Кунг-фу Панда. Удивительные легенды» (12+)
08:25 М/с «Пингвины из «Мадагаскара» (12+)
09:00, 23:00 «Дом-2» (16+)
10:30 «Битва экстрасенсов» (16+)
11:30, 20:30 Т/с «Деффчонки» (16+)
13:00 Т/с «Универ» (16+)
14:30 Т/с «Универ. Новая общага» (16+)
19:30 Т/с «Интерны» (16+)
21:00 Х/ф «Час пик» (16+)
00:30 «Сладкая жизнь» (18+)
01:25 Х/ф «Полупрофи» (16+)
03:20 Т/с «Хор» (16+)
04:15 Т/с «Тайные агенты» (16+)
05:05 Т/с «Живая мишень – 2» (16+)
06:00 Т/с «V-визитёры-2» (16+)

РЕН ТВ / Рифей

06:00 «ТСН» (16+), «Новый день» (12+)
08:30, 23:00 «Новости 24» (16+)
09:00 Д/ф «Проделки смертных» (16+)
10:00 Д/ф «Звездолёт для фараона» (16+)
11:00 «Тайны мира» (16+)
12:00 «Информационная программа 112» (16+)
12:30 Документальный фильм (16+)
13:00 «Званый ужин» (16+)
14:00 «Мои прекрасные…» (16+)
15:00 «Семейные драмы» (16+)
16:00 «Не ври мне!» (16+)
18:00 «Верное средство» (16+)
19:00 «Вечер на «Рифее»
19:50, 00:00 «Безопасность движения» (16+)
20:00 «Свободное время» (16+)
21:00 «Реальная кухня» (16+)
22:00 «Пища богов» (16+)
23:30 «ТСН» (16+)
00:15 Т/с «Ходячие мертвецы» (16+)
01:55, 04:35 «Смотреть всем!» (16+)
02:55 Т/с «Ходячие мертвецы» (18+)
05:15 Т/с «Вовочка-2» (16+)

РОССИЯ 24 РОССИЯ 24 / Vetta

06:00 «Утренний вестник» (16+)
10:00 Документальная программа (16+)
10:20, 20:00 Т/с «Lost. Остаться в живых» (16+)
11:20 Мультфильмы (6+)
11:55 «Дополнительное время» (16+)
12:15 «Дневной вестник» (16+)
12:55, 19:20, 21:15 «Эх, дороги!» (16+)
13:00, 23:00 РИК «Россия-24»
18:00, 18:45 «Вести. Сейчас»
18:10 «Право на труд»
18:20 «Вести. Интервью»
18:30, 21:40 «Вести. Коротко»
18:35, 21:45 «Вести. Культура»
19:00, 21:00 «Вечерний вестник» (16+)
19:25 «Чуть-чуть политики» (16+)
19:55, 20:55 Астрологический прогноз на завтра
21:20 «Лобби-холл» (16+)
21:55, 22:40 «Вести. Сейчас. Пермь»
22:15 «Точка зрения ЛДПР»
22:35 «Добрые новости»

СТС

06:00 М/ф «Контакт», «Лиса и заяц», «Подарок для самого слабого», «Дед Мороз и серый волк» (0+)
07:00 М/с «Смешарики» (0+)
07:30 М/с «Миа и я» (6+)
08:00 М/с «Том и Джерри. Детские годы» (6+)
08:30, 10:30, 18:00 Т/с «Воронины» (16+)
09:30 Т/с «Молодёжка» (16+)
11:30 Х/ф «Любовь-морковь» (16+)
13:30 Т/с «Два отца и два сына» (16+)
15:00 «Шоу «Уральских пельменей» (16+)
17:00, 21:00 Т/с «Кухня» (16+)
22:00 Х/ф «Любовь-морковь – 2» (16+)
00:00 «6 кадров» (16+)
00:30 Х/ф «Охота на зверя» (16+)

СДАМ ОФИС В ЦЕНТРЕ
26,8 м², 2 этаж, телефон, интернет, охрана
ТЕЛ. 8-902-798-70-70
реклама

02:15 М/ф «Аленький цветочек», «Лягушка-путешественница», «Непослушный котёнок», «Беги, ручеёк!», «Наследство волшебника Бахрама», «Фантик», «Матч-реванш» (0+)
05:10 М/с «Волшебные поппикси» (6+)
05:45 Музыка (16+)

ДОМАШНИЙ

06:30 «Удачное утро» (16+)
07:00, 05:30 «Джейми: обед за 30 минут» (16+)
08:00 «Полезное утро» (16+)
08:40 «Тайны еды» (16+)
08:55 «Умная кухня» (16+)
09:25 «Идеальная пара» (16+)
10:25 «По делам несовершеннолетних» (16+)
12:20, 19:00 Т/с «Не родись красивой» (16+)
14:00 Т/с «Цыганки» (16+)
17:05 Т/с «Она написала убийство» (16+)
20:40, 01:25 Т/с «Доктор Хаус» (16+)
22:25 «Одна за всех» (16+)
23:30 Х/ф «Молодая жена» (16+)
03:05 Т/с «Отчаянные домохозяйки» (16+)

5 УИТВ-Пятый канал

06:00, 15:30, 19:00, 23:30 «Час пик»
06:25, 15:55, 19:20, 23:55 «Прогноз погоды» (12+)
06:30 «Неизбежный понедельник» (12+)
07:00, 10:00, 18:30, 22:00 «Сейчас»
07:10 «Утро на «Пятом» (6+)
09:30 «Место происшествия»
10:30, 12:30 Х/ф «Шерлок Холмс и доктор Ватсон» (12+)
12:00 «Приглашайте в гости Машу» (0+)
12:10, 19:25, 00:00 «Бразильские посикунчики» (16+)
12:20 «По сути дела» (12+)
14:00 Х/ф «Сокровища Агры» (12+)
16:00 «Открытая студия»
16:50 Х/ф «Женатый холостяк» (12+)
19:30 «Пермское времечко» (12+)
19:55, 00:05 «Партия добрых дел» (12+)
20:00 Т/с «Детективы» (16+)
20:30, 22:25, 00:10 Т/с «След» (16+)
23:10 «Без посредников» (12+)
01:00 Х/ф «Гость с Кубани» (12+)
02:25 Т/с «Надежда» (16+)



реклама

ТВ ЦЕНТР ТВЦ

06:00 «Настроение»
08:15 Х/ф «Паспорт»
10:05 Д/ф «Братья Нетто: история одной разлуки» (12+)
10:55 «Простые сложности» (12+)
11:30, 14:30, 17:30, 22:00, 23:50 «События»
11:55 Х/ф «Лабиринты любви» (16+)
13:35 «Доктор и…» (16+)
14:10 «Наша Москва» (12+)
14:50, 19:30 «Город новостей»
15:15 «Без обмана» (16+)
16:00, 17:50 Т/с «Мисс Марпл» (12+)
18:20 «Право голоса» (16+)
19:45 Т/с «Громовы» (12+)
21:45 «Петровка, 38»
22:20 «Осторожно, мошенники!» (16+)
22:55 «Хроники московского быта». «Предчувствие смерти» (12+)
00:25 Х/ф «Под подозрением» (16+)
02:30 Т/с «Исцеление любовью» (12+)
03:25 Д/ф «Золотые запчасти» (16+)
04:05 Д/ф «Охота на Призраков» (12+)
04:45 «Фактор Газа» (16+)
05:15 Т/с «Экополис» (12+)

РОССИЯ К КУЛЬТУРА / ГТРК «Пермь»

06:30 «Евроньюс»
09:00 «Доброе утро, Пермский край!»
10:00, 15:00, 19:00, 23:40 Новости культуры
10:15, 01:55 «Наблюдатель»
11:15 Т/с «Перри Мэйсон»
12:10 Д/ф «Цодило. Шепчущие скалы Калахари»
12:25, 20:10 «Правила жизни»
12:50 «Эрмитаж – 250»
13:20 Д/с «Терри Джонс и варвары»
14:10 Т/с «Две зимы и три лета»
15:10 «Сати. Нескучная классика…»
15:55 Д/ф «Насколько велика вселенная»
16:50 «Больше, чем любовь». «Сергей и Анастасия Курёхины»
17:30 Барбара Хендрикс в программе Дмитрия Ситковецкого
18:10 «Хинди с нуля за 16 часов!» №13
19:15 «Главная роль»
19:30 «Власть факта». «Век шахмат»
20:40 «Спокойной ночи, малыши!»
20:50 «Под небом театра». «Константин Марджанов и Сандро Ахметели. Огонь и огонь»
21:20 Д/ф «Насколько мала вселенная»
22:15 «Игра в бисер». «Роберт Льюис Стивенсон. «Странная история доктора Джекила и мистера Хайда»
22:55 Д/ф «18 секунд. Вера Оболенская»
00:00 Х/ф «Звезда при свете дня»
01:40 «Pro memoria». «Мост мирабо»

РОССИЯ 2 РОССИЯ СПОРТ

06:25, 14:35 Футбол. ЧМ. Германия – Португалия
08:40 «Живое время. Панорама дня»
10:25, 16:50 Футбол. ЧМ. Иран – Нигерия
12:30, 18:55 Футбол. ЧМ. Гана – США
16:35, 20:55, 05:55 «Большой футбол»
22:00 Х/ф «Вместе навсегда» (16+)
01:25 «Наука 2.0»
03:00 «Моя планета»
03:30 «Моя рыбалка»
04:20 «Диалоги о рыбалке»
04:50 «Язь против еды»
05:20 «Рейтинг Баженова» (16+)

18 июня, среда

ОРТ Первый Канал

06:00 «Доброе утро»
09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 00:40 Новости
09:10 «Контрольная закупка»
09:45 «Жить здорово!» (12+)
10:55 «Модный приговор»
12:15, 19:30 Т/с «Море. Горы. Керамзит» (16+)
14:00 «Время обедать!»
15:15 «На чемпионате мира по футболу – 2014»
17:00 «Наедине со всеми» (16+)
18:50 «В наше время» (12+)
21:20 «Время»
22:00 ЧМ по футболу. Австралия – Нидерланды
00:10 «Вечерний Ургант» (16+)
00:50 Х/ф «Дракула Брема Стокера» (16+)
02:55 «Бои без правил» (16+)
04:00 ЧМ по футболу. Камерун – Хорватия. В перерыве – новости

РОССИЯ 1 РОССИЯ / ГТРК «Пермь»

05:00 «Утро России»
05:07, 05:35, 06:07, 06:35, 07:07, 07:35, 08:07, 08:35, 11:30, 14:30, 17:45, 19:35 «Вести – Пермь»
09:00 «Паразиты. Битва за тело» (12+)
09:55 «О самом главном»
10:30 «Дневник чемпионата мира»
11:00, 14:00, 17:00, 20:00 «Вести»
11:50, 14:50, 18:05 «Вести. Дежурная часть»
12:00 Т/с «Тайны следствия» (12+)
13:00 «Особый случай» (12+)
15:00 Т/с «Джамайка» (12+)
16:00 Т/с «Пока станица спит» (12+)
18:15 «Прямой эфир» (12+)
20:50 «Спокойной ночи, малыши!»
21:00 Т/с «Отдел С.С.С.Р.» (12+)
22:55 Х/ф «Солнцекруг» (12+)
00:45 Футбол. ЧМ. Испания – Чили
03:00 Х/ф «Долгие вёрсты войны»
04:15 «Комната смеха»

НТВ

06:00 «НТВ утром»
08:40, 10:20 Т/с «Возвращение Мухтара» (16+)
10:00, 13:00, 16:00, 19:00 «Сегодня»
10:55 «До суда» (16+)
11:55, 13:25 «Суд присяжных» (16+)
14:35 «Дело врачей» (16+)
15:35, 18:35 «Обзор. Чрезвычайное происшествие»
16:25 «Прокурорская проверка» (16+)
17:40 «Говорим и показываем» (16+)
19:55 Т/с «Шеф-2» (16+)
21:50 Т/с «Пляж» (16+)
23:40 «Сегодня. Итоги»
00:05 Т/с «Чужой район» (16+)
01:00 «Дачный ответ»
02:05 Х/ф «Дело тёмное» (16+)
03:05 Т/с «Зверобой» (16+)
05:00 Т/с «Москва. Три вокзала» (16+)

ТНТ

07:00 М/с «Турбо-агент Дадли» (12+)
07:30 М/с «Губка Боб Квадратные штаны» (12+)
07:55 М/с «Кунг-фу Панда. Удивительные легенды» (12+)
08:25 М/с «Пингвины из «Мадагаскара» (12+)
09:00, 23:00 «Дом-2» (16+)
10:30 «Битва экстрасенсов» (16+)
11:30 Х/ф «Час пик» (16+)
13:30 Т/с «Универ» (16+)
14:30 Т/с «Интерны» (16+)
20:30 Т/с «Деффчонки» (16+)
21:00 Х/ф «Час пик – 2» (12+)
00:30 «Сладкая жизнь» (18+)
01:25 Х/ф «Коммандо из пригорода» (12+)
03:15 Т/с «Хор» (16+)
04:05 Т/с «Тайные агенты» (16+)
05:00 Т/с «Живая мишень – 2» (16+)
05:50 «Школа ремонта» (12+)
06:45 Т/с «Саша + Маша» (16+)

РЕН ТВ / Рифей

06:00 «ТСН» (16+), «Новый день» (12+)
08:30, 12:30, 23:00 «Новости 24» (16+)
09:00 Д/ф «НЛО. Особое досье» (16+)
10:00 Д/ф «Пирамиды. Воронка времени» (16+)
11:00 «Тайны мира» (16+)
12:00 «Информационная программа 112» (16+)
13:00 «Званый ужин» (16+)
14:00 «Мои прекрасные…» (16+)
15:00 «Семейные драмы» (16+)
16:00 «Не ври мне!» (16+)
18:00 «Верное средство» (16+)
19:00 «Вечер на «Рифее»
20:00 «Свободное время» (16+)
21:00 «Реальная кухня» (16+)
22:00 «Пища богов» (16+)
23:30 «ТСН» (16+)
00:00 Документальный фильм (16+)
00:15, 02:55 Т/с «Ходячие мертвецы» (16+)
01:55, 04:35 «Смотреть всем!» (16+)
05:15 Т/с «Вовочка-2» (16+)

РОССИЯ 24 РОССИЯ 24 / Vetta

06:00 «Утренний вестник» (16+)
10:00 «Лобби-холл» (16+)
10:20, 20:00 Т/с «Lost. Остаться в живых» (16+)
11:20 Мультфильм (6+)
12:05 «Чуть-чуть политики» (16+)
12:15 «Дневной вестник» (16+)
12:55, 19:20, 21:20 «Эх, дороги!» (16+)
13:00, 23:00 РИК «Россия-24»
18:00, 18:45 «Вести. Сейчас»
18:10 «Добрые новости»
18:15 «Проверено на себе»
18:20 «Вести. Интервью»
18:30 «Вести. Коротко»
18:35 «Вести. Культура»
19:00, 21:00 «Вечерний вестник» (16+)
19:25, 21:25 «Специальный репортаж» (16+)
19:30 «Витрины» (16+)
19:55, 20:55 Астрологический прогноз на завтра
21:40 «Вести. Сейчас. Пермь»
22:00 «Белые ночи в Перми»



СТС

06:00 М/ф «День рождения бабушки», «Лиса и медведь», «Кот Котофеевич», «Как ослик грустью заболел», «Путешествие муравья» (0+)
07:00 М/с «Смешарики» (0+)
07:30 М/с «Миа и я» (6+)
08:00 М/с «Том и Джерри. Детские годы» (6+)
08:30, 13:30, 00:00 «6 кадров» (16+)
09:30 Т/с «Молодёжка» (16+)
10:30, 18:00 Т/с «Воронины» (16+)
11:30 Х/ф «Любовь-морковь – 2» (16+)
14:00 Т/с «Два отца и два сына» (16+)
15:00 «Шоу «Уральских пельменей» (16+)
17:00, 21:00 Т/с «Кухня» (16+)
22:00 Х/ф «Любовь-морковь – 3» (16+)
00:30 Х/ф «Внезапная смерть» (16+)
02:35 М/ф «Снежная королева», «Снеговик-почтовик», «Новогодний ветер», «Остров ошибок» (0+)
05:00 М/с «Волшебные поппикси» (6+)
05:50 Музыка (16+)

ДОМАШНИЙ

06:30 «Удачное утро» (16+)
07:00, 06:00 «Джейми: обед за 30 минут» (16+)
08:00 «Полезное утро» (16+)
08:40, 05:40 «Тайны еды» (16+)
08:55 «Умная кухня» (16+)
09:25 «Идеальная пара» (16+)
10:25 «По делам несовершеннолетних» (16+)
12:20, 19:00 Т/с «Не родись красивой» (16+)
14:00 Т/с «Цыганки» (16+)
17:05 Т/с «Она написала убийство» (16+)
20:40, 01:30 Т/с «Доктор Хаус» (16+)
22:25 «Одна за всех» (16+)
23:30 Х/ф «Гараж» (16+)
03:10 Т/с «Отчаянные домохозяйки» (16+)

5 УИТВ-Пятый канал

06:00, 15:30, 19:00, 23:30 «Час пик»
06:25, 15:55, 19:25, 23:55 «Прогноз погоды» (12+)
06:30 «Пермское времечко» (12+)
06:55, 12:00, 19:50, 23:15 «Бразильские посикунчики» (16+)
07:00, 10:00, 18:30, 22:00 «Сейчас»
07:10 «Утро на «Пятом» (6+)
09:30 «Место происшествия»
10:30 Х/ф «Сокровища Агры» (12+)
12:10, 19:55, 23:20 «Партия добрых дел» (12+)
12:15 «Народный Сити-менеджер» (16+)
12:20 «Без посредников» (12+)
12:30 Х/ф «Двадцатый век начинается» (12+)
16:00 «Открытая студия»
16:50 Х/ф «Дача» (12+)
19:30, 00:00 «По сути дела» (12+)
19:40 «Точка зрения ЛДПР» (16+)
20:00, 04:15 Т/с «Детективы» (16+)
20:30, 22:25, 00:15 Т/с «След» (16+)
01:00 Х/ф «Женатый холостяк» (12+)
02:45 Х/ф «Гость с Кубани» (12+)

ТВ ЦЕНТР ТВЦ

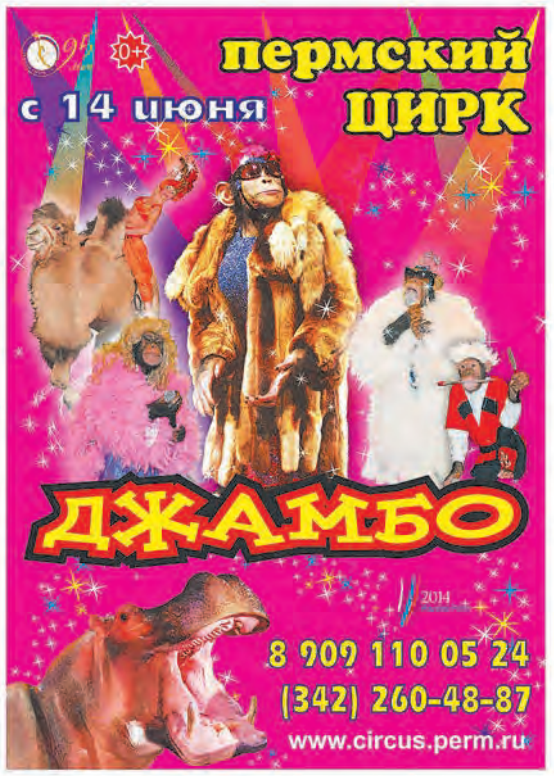
06:00 «Настроение»
08:20 Х/ф «Единственная дорога» (12+)
10:05 Д/ф «Игорь Кваша. Против течения» (12+)
10:55 «Простые сложности» (12+)
11:30, 14:30, 17:30, 22:00, 23:50 «События»
11:55 Х/ф «Вторая жизнь Виктора Строгова» (16+)
13:40 «Доктор и…» (16+)
14:10 «Наша Москва» (12+)
14:50, 19:30 «Город новостей»
15:15 «Хроники московского быта». «Предчувствие смерти» (12+)
16:00, 17:50 Т/с «Мисс Марпл» (12+)
18:20 «Право голоса» (16+)
19:45 Т/с «Громовы» (12+)
21:45, 01:00 «Петровка, 38»
22:20 «Линия защиты» (16+)
22:55 Х/ф «Юрий Андропов. Легенды и биография» (12+)
00:15 «Русский вопрос» (12+)
01:15 Т/с «Расследования Мердока» (12+)
03:05 Т/с «Исцеление любовью» (12+)
03:50 Д/ф «Сергей Филиппов. «Люди, ау!» (12+)
04:30 Д/ф «Контрацептивы. Убойный бизнес» (16+)
05:15 Т/с «Экополис» (12+)

РОССИЯ К КУЛЬТУРА / ГТРК «Пермь»

06:30 «Евроньюс»
09:00 «Доброе утро, Пермский край!»
10:00, 15:00, 19:00, 23:40 Новости культуры
10:15, 01:55 «Наблюдатель»
11:15 Т/с «Перри Мэйсон»
12:10 Д/ф «Гавайи. Родина богини огня пеле»
12:25, 20:10 «Правила жизни»
12:50 «Красуйся, град Петров!» «Зодчие Луиджи Руска и Андрей Михайлов»
13:20 Д/с «Терри Джонс и варвары»
14:10 Т/с «Две зимы и три лета»
15:10 «Власть факта». «Век шахмат»
15:55 Д/ф «Насколько мала вселенная»
16:50 «Кинескоп». «Кинотавр»-2014»
17:30 Миша Майский в программе Дмитрия Ситковецкого
18:10 «Хинди с нуля за 16 часов!» №14
19:15 «Главная роль»
19:30 «Абсолютный слух»
20:40 «Спокойной ночи, малыши!»
20:50 «Под небом театра». «Лесь Курбас. Пуля в сердце»
21:20 Д/ф «Одни ли мы во вселенной?»
22:05 Д/ф «Православие на Британских островах»
22:55 Д/ф «Василь Быков. Реквием»
00:00 Х/ф «Сельма» (18+)

РОССИЯ 2 РОССИЯ СПОРТ

06:25, 14:35 Футбол. ЧМ. Бельгия – Алжир
08:40 «Живое время. Панорама дня»
10:25, 16:50 Футбол. ЧМ. Бразилия – Мексика
12:30, 18:55 Футбол. ЧМ. Россия – Южная Корея
16:35, 20:55, 05:55 «Большой футбол»
22:00 Т/с «Звездочёт» (16+)
01:25, 04:35 «Наука 2.0»
03:05 «Моя планета»
03:35 «Полигон»
05:40 «Моя рыбалка»



реклама

19 июня, четверг

ОРТ Первый Канал

06:00 «Доброе утро»
09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 00:30, 03:00 Новости
09:10 «Контрольная закупка»
09:45 «Жить здорово!» (12+)
10:55 «Модный приговор»
12:15, 19:30 Т/с «Море. Горы. Керамзит» (16+)
14:00 «Время обедать!»
15:15 «На чемпионате мира по футболу – 2014»
17:00 «Наедине со всеми» (16+)
18:50, 03:55 «В наше время» (12+)
21:20 «Время»
22:00 ЧМ по футболу. Колумбия – Кот-д'Ивуар
00:00 «Вечерний Ургант» (16+)
00:40 «На ночь глядя» (16+)
01:35, 03:05 Х/ф «Давай займёмся любовью» (12+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ / ГТРК «Пермь»

05:00 «Утро России»
05:07, 05:35, 06:07, 06:35, 07:07, 07:35, 08:07, 08:35, 11:30, 14:30, 17:45, 19:35 «Вести – Пермь»
09:00 «Маршал Жуков» (12+)
09:55 «О самом главном»
10:30 «Дневник чемпионата мира»
11:00, 14:00, 17:00, 20:00 «Вести»
11:50, 14:50, 18:05 «Вести. Дежурная часть»
12:00 Т/с «Тайны следствия» (12+)
13:00 «Особый случай» (12+)
15:00 Т/с «Джамайка» (12+)
16:00 Т/с «Пока станица спит» (12+)
18:15 «Прямой эфир» (12+)
20:50 «Спокойной ночи, малыши!»
21:00 Т/с «Отдел С.С.С.Р.» (12+)
23:00 Х/ф «Мама, я женюсь» (12+)
00:45 Футбол. ЧМ. Уругвай – Англия
02:55 Торжественное открытие 36-го Московского международного кинофестиваля
03:45 Футбол. ЧМ. Япония – Греция

НТВ

06:00 «НТВ утром»
08:30 «Спасатели» (16+)
09:00 «Медицинские тайны» (16+)
09:35, 10:20 Т/с «Возвращение Мухтара» (16+)
10:00, 13:00, 16:00, 19:00 «Сегодня»
10:55 «До суда» (16+)
11:55, 13:25 «Суд присяжных» (16+)
14:35 «Дело врачей» (16+)
15:35, 18:35 «Обзор. Чрезвычайное происшествие»
16:25 «Прокурорская проверка» (16+)
17:40 «Говорим и показываем» (16+)
19:55 Т/с «Шеф-2» (16+)
21:50 Т/с «Пляж» (16+)
23:40 «Сегодня. Итоги»
00:05 Т/с «Чужой район» (16+)
01:00 «Звезда Юрия Визбора»
02:30 «Дикий мир»
03:05 Т/с «Зверобой» (16+)
05:00 Т/с «Москва. Три вокзала» (16+)

ТНТ

07:00 М/с «Турбо-агент Дадли» (12+)
07:30 М/с «Губка Боб Квадратные штаны» (12+)
07:55 М/с «Кунг-фу Панда. Удивительные легенды» (12+)
08:25 М/с «Пингвины из «Мадагаскара» (12+)
09:00, 23:00 «Дом-2» (16+)
10:30 «Битва экстрасенсов» (16+)
11:30 Х/ф «Час пик – 2» (12+)
13:30 Т/с «Универ» (16+)
14:30 Т/с «Реальные пацаны» (16+)
19:30 Т/с «Интерны» (16+)
20:30 Т/с «Деффчонки» (16+)
21:00 Х/ф «Час пик – 3» (16+)
00:30 «Сладкая жизнь» (18+)
01:25 Х/ф «Чувствуя Миннесоту» (18+)
03:20 Т/с «Хор» (16+)
04:15 Т/с «Живая мишень – 2» (16+)
05:05 Т/с «V-визитёры-2» (16+)
06:00 «Суперинтуиция» (16+)

РЕН ТВ / Рифей

06:00 «ТСН» (16+), «Новый день» (12+)
08:30, 12:30, 23:00 «Новости 24» (16+)
09:00 Д/ф «Девы древней Руси» (16+)
11:00 «Тайны мира»: «Власть огня» (16+)
12:00 «Информационная программа 112» (16+)
13:00 «Званый ужин» (16+)
14:00 «Мои прекрасные…» (16+)
15:00 «Семейные драмы» (16+)
16:00 «Не ври мне!» (16+)
18:00 «Верное средство» (16+)
19:00 «Вечер на «Рифее»
20:00 «Свободное время» (16+)
21:00 «Реальная кухня» (16+)
22:00 «Пища богов» (16+)
23:30 «ТСН» (16+)
00:00 Документальный фильм (16+)
00:15, 02:55 Т/с «Ходячие мертвецы» (16+)
01:55 «Чистая работа» (16+)
04:35 «Смотреть всем!» (16+)
05:15 Т/с «Вовочка-2» (16+)

РОССИЯ 24 РОССИЯ 24 / Vetta

06:00 «Утренний вестник» (16+)
10:00 «Витрины» (16+)
10:20, 20:00 Т/с «Lost. Остаться в живых» (16+)
11:20 Мультфильм (6+)
12:05 «Специальный репортаж» (16+)
12:15 «Дневной вестник» (16+)
12:55, 19:25, 21:15 «Эх, дороги!» (16+)
13:00, 23:00 РИК «Россия-24»
18:00, 18:45 «Вести. Сейчас»
18:10 XVII межрегиональный фестиваль телевизионных и радиопередач военно-патриотической тематики «Щит России»
18:20 «Вести. Интервью»
18:30 «Вести. Коротко»
18:35 «Вести. Культура»
19:00, 21:00 «Вечерний вестник» (16+)
19:30 «Цена вопроса» (16+)
19:55, 20:55 Астрологический прогноз на завтра
20:50 «Чтоб я так жил» (6+)
21:20 «Лобби-холл» (16+)
21:40 «Вести. Сейчас. Пермь»
22:00 «Белые ночи в Перми»

СТС

06:00 М/ф «Хвастливый мышонок», «Вот так тигр!», «Зимовье зверей», «Жёлтик», «Снегирь» (0+)
07:00 М/с «Смешарики» (0+)
07:30 М/с «Миа и я» (6+)
08:00 М/с «Том и Джерри. Детские годы» (6+)
08:30, 23:50 «6 кадров» (16+)
09:30 Т/с «Молодёжка» (16+)
10:30, 13:30, 18:00 Т/с «Воронины» (16+)
11:30 Х/ф «Любовь-морковь – 3» (16+)
14:00 Т/с «Два отца и два сына» (16+)
15:00 «Шоу «Уральских пельменей» (16+)
17:00, 21:00 Т/с «Кухня» (16+)
22:00 Х/ф «Свадьба по обмену» (16+)
00:30 Х/ф «Снова ты» (16+)
02:25 М/ф «Пёс в сапогах», «Кот в сапогах», «Сказка о золотом петушке», «Стёпа-моряк», «Кот, который гулял сам по себе», «Необитаемый остров» (0+)
05:05 М/с «Волшебные поппикси» (6+)
05:40 Музыка (16+)

19 июня, четверг

реклама
СТОМАТОЛОГИЯ ЮМИКОН
БЕСПЛАТНЫЙ ПРИЁМ по полисам ОМС
ул. Сов. Армии, 6, т. 221-77-09
ул. Тургенева, 12, т. 265-67-92
ул. Власова, 4, т. 226-15-30
ул. Мира, 26а, т. 229-99-44
опыт работы более 10 лет
www.umicon.ru
Лиц. №59-01-001718

ДОМАШНИЙ

06:30 «Удачное утро» (16+)
07:00, 06:00 «Джейми: обед за 30 минут» (16+)
08:00 «Полезное утро» (16+)
08:40, 05:45 «Тайны еды» (16+)
08:55 «Умная кухня» (16+)
09:25 «Идеальная пара» (16+)
10:25 «По делам несовершеннолетних» (16+)
12:20, 19:00 Т/с «Не родись красивой» (16+)
14:00 Т/с «Цыганки» (16+)
17:05 Т/с «Она написала убийство» (16+)
20:40, 01:35 Т/с «Доктор Хаус» (16+)
22:25 «Одна за всех» (16+)
23:30 Х/ф «Чистое небо» (16+)
03:15 Т/с «Отчаянные домохозяйки» (16+)

УИТВ-Пятый канал

06:00, 15:30, 19:00, 23:30 «Час пик»
06:25, 15:55, 19:25, 00:00 «Прогноз погоды» (12+)
06:30, 23:15 «По сути дела» (12+)
06:40, 12:15, 19:55, 23:10 «Бразильские посикунчики» (16+)
06:45, 12:20 «Без посредников» (12+)
07:00, 10:00, 18:30, 22:00 «Сейчас»
07:10 «Утро на «Пятом» (6+)
09:30 «Место происшествия»
10:30, 12:30 Х/ф «Приключения Шерлока Холмса» (12+)
12:00 «Его величество манеж» (0+)
14:55, 16:00 Х/ф «Собака Баскервилей» (12+)
19:30 «Пермское времечко» (12+)
20:00, 02:45 Т/с «Детективы» (16+)
20:30, 22:25, 00:10 Т/с «След» (16+)
00:05 «Народный Сити-менеджер» (16+)
01:00 Х/ф «Дача» (12+)

ТВЦ

06:00 «Настроение»
08:15 Х/ф «Не было печали»
09:30 Х/ф «Расследование» (12+)
10:55 «Простые сложности» (12+)
11:30, 14:30, 17:30, 22:00, 23:50 «События»
11:50 Х/ф «Механик» (16+)
13:35 «Доктор и…» (16+)
14:10 «Наша Москва» (12+)
14:50, 19:30 «Город новостей»
15:15 Х/ф «Юрий Андропов. Легенды и биография» (12+)
16:00, 17:50 Т/с «Мисс Марпл» (12+)
18:20 «Право голоса» (16+)
19:45 Т/с «Громовы» (12+)
21:45 «Петровка, 38»
22:20 «Истории спасения» (16+)
22:55 Х/ф «Юрий Андропов. Последняя надежда режима» (12+)
00:25 «Я гляжу сквозь себя». Песни Юрия Визбора (12+)
01:30 Х/ф «Кто есть кто» (16+)
03:25 Т/с «Исцеление любовью» (12+)
04:10 Д/ф «Игорь Кваша. Против течения» (12+)
04:50 «Осторожно, мошенники!» (16+)
05:15 Т/с «Экополис»

РОССИЯ К КУЛЬТУРА / ГТРК «Пермь»

06:30 «Евроньюс»
09:00 «Белые ночи в Перми»
10:00, 15:00, 19:00, 23:40 Новости культуры
10:15, 01:55 «Наблюдатель»
11:15 Т/с «Перри Мэйсон»
12:10 Д/ф «Дом Ритвельда-Шредер в Утрехте. Архитектор и его Муза»
12:25, 20:10 «Правила жизни»
12:50 «Россия, любовь моя!» «Культура тувинцев»
13:20 Д/с «Терри Джонс и варвары»
14:10 Т/с «Две зимы и три лета»
15:10 «Абсолютный слух»
15:50 Д/ф «Шарль Кулон»
15:55, 21:20 Д/ф «Одни ли мы во вселенной?»
16:45 Д/ф «Василь Быков. Реквием»
17:30 Белла Давидович в программе Дмитрия Ситковецкого
18:10 «Хинди с нуля за 16 часов!» №15
19:15 «Главная роль»
19:30 «Чёрные дыры. Белые пятна»
20:40 «Спокойной ночи, малыши!»
20:50 «Под небом театра». «Джорджо Стрелер. Венеция, прощай!»
22:05 Д/ф «Камиль Коро»
22:15 «Цитаты из жизни»
22:55 Д/ф «Тень над Россией. Если бы победил Гитлер?»
00:00 Х/ф «Только не в воскресенье»
01:35 Концерт Академического оркестра русских народных инструментов ВГТРК

РОССИЯ 2 РОССИЯ СПОРТ

06:25, 14:35 Футбол. ЧМ. Австралия – Нидерланды
08:40 «Живое время. Панорама дня»
10:25, 16:50 Футбол. ЧМ. Испания – Чили
12:30, 18:55 Футбол. ЧМ. Камерун – Хорватия
16:35, 20:55, 05:55 «Большой футбол»
22:00 Т/с «Звездочёт» (16+)
01:25 «Наука 2.0»
03:00 «Моя планета»
03:35 «Рейтинг Баженова» (16+)
04:35 «Полигон»
05:40 «Моя рыбалка»

20 июня, пятница

ОРТ Первый Канал

05:00 «Доброе утро»
09:00, 12:00, 15:00, 18:00 Новости
09:10 «Контрольная закупка»
09:45 «Жить здорово!» (12+)
10:55 «Модный приговор»
12:15 Т/с «Море. Горы. Керамзит» (16+)
14:00 «Время обедать!»
15:15 «На чемпионате мира по футболу – 2014»
17:00 «Жди меня»
18:50 «Вся жизнь в перчатках» (12+)
19:15 «Человек и закон» (16+)
20:20 «Поле чудес» (16+)
21:20 «Время»
22:00 ЧМ по футболу. Италия – Коста-Рика
23:55 «Точь-в-точь»
02:55 «Шальные деньги»
04:00 ЧМ по футболу. Гондурас – Эквадор

РОССИЯ 1 РОССИЯ / ГТРК «Пермь»

06:00 «Утро России»
06:07, 06:35, 07:07, 07:35, 08:07, 08:35, 11:30, 14:30, 17:45, 19:35 «Вести – Пермь»
09:00 «Маршал Жуков» (12+)
09:55 «О самом главном»
10:30 «Дневник чемпионата мира»
11:00, 14:00, 17:00, 20:00 «Вести»
11:50, 18:05 «Вести. Дежурная часть»
12:00 Т/с «Тайны следствия» (12+)
13:00 «Особый случай» (12+)
14:50 «Вести. Дежурная часть. Пермь»
15:00 Т/с «Джамайка» (12+)
16:00 Т/с «Пока станица спит» (12+)
18:15 «Прямой эфир» (12+)
21:00 «Поединок» (12+)
22:40 Х/ф «Казаки-разбойники» (16+)
00:45 Футбол. ЧМ. Швейцария – Франция
03:00 «Горячая десятка» (12+)
04:05 Х/ф «Вам телеграмма…»

НТВ

06:00 «НТВ утром»
08:40, 10:20 Т/с «Возвращение Мухтара» (16+)
10:00, 13:00, 16:00, 19:00 «Сегодня»
10:55 «До суда» (16+)
11:55, 13:25 «Суд присяжных» (16+)
14:35 «Дело врачей» (16+)
15:35, 18:35 «Обзор. Чрезвычайное происшествие»
16:25 «Прокурорская проверка» (16+)
17:40 «Говорим и показываем» (16+)
19:55 Т/с «Шеф-2» (16+)
23:55 Х/ф «Посторонний» (16+)
01:55 Х/ф «Дело тёмное» (16+)
02:45 Т/с «Зверобой» (16+)
04:40 Т/с «Москва. Три вокзала» (16+)

ТНТ

07:00 М/с «Турбо-агент Дадли» (12+)
07:30 М/с «Губка Боб Квадратные штаны» (12+)
07:55 М/с «Пингвины из «Мадагаскара» (12+)
08:25 М/с «Кунг-фу Панда. Удивительные легенды» (12+)
09:00, 23:00 «Дом-2» (16+)
10:30 «Битва экстрасенсов» (16+)
11:30 Х/ф «Час пик – 3» (16+)
13:30 Т/с «Универ» (16+)
19:30 Т/с «Интерны» (16+)
20:00 «Comedy woman» (16+)
21:00 «Комеди клаб» (16+)
22:00 «Comedy баттл. Суперсезон» (16+)
00:30 «Сладкая жизнь» (18+)
02:20 Х/ф «Перелом» (16+)
04:35 Т/с «Хор» (16+)
05:30 Т/с «Живая мишень – 2» (16+)
06:20 Т/с «Саша + Маша» (16+)

РЕН ТВ / Рифей

06:00 «ТСН» (16+), «Новый день» (12+)
08:30, 12:30 «Новости 24» (16+)
09:00 Д/ф «Проклятие Монтесумы» (16+)
10:00 Д/ф «Тень подводных королей» (16+)
11:00, 20:00 «Тайны мира» (16+)
12:00 «Информационная программа 112» (16+)
13:00 «Званый ужин» (16+)
14:00 «Семейные драмы» (16+)
16:00 «Не ври мне!» (16+)
18:00 «Верное средство» (16+)
19:00 «Вечер на «Рифее» (16+)
21:00 «Реальная кухня» (16+)
22:00 «Секретные территории» (16+)
23:00 «ТСН» (16+)
23:30 «Смотреть всем!» (16+)
00:30 Т/с «Ходячие мертвецы» (16+)
04:00 Х/ф «Мне не больно» (16+)

РОССИЯ 24 РОССИЯ 24 / Vetta

06:00 «Утренний вестник» (16+)
10:00 «Лобби-холл» (16+)
10:20 Т/с «Lost. Остаться в живых» (16+)
11:20 Мультфильмы (6+)
12:15 «Дневной вестник» (16+)
12:55 «Эх, дороги!» (16+)
13:00, 23:00 РИК «Россия-24»
18:00, 18:45 «Вести. Сейчас»
18:10 «Вести ПФО»
18:20 «Вести. Интервью»
18:30, 21:40 «Вести. Коротко»
18:35, 21:45 «Вести. Культура»
19:00, 21:00 «Вечерний вестник» (16+)
19:25 «В коридорах власти» (16+)
19:35, 20:55 Астрологический прогноз на завтра
19:40 Музыка (16+)
21:25 «Тайны здоровья» (16+)
21:55, 22:40 «Вести. Сейчас. Пермь»
22:15 Круглый стол «Патриотизм и молодёжь»

СТС

06:00 М/ф «Волчище-серый хвостище», «Дом, который построил Джек», «Самый добро пожаловать!», «Доверчивый дракон», «Чебурашка идёт в школу» (0+)
07:00 М/с «Смешарики» (0+)
07:30 М/с «Миа и я» (6+)
08:00 М/с «Том и Джерри. Детские годы» (6+)
08:30, 13:20 «6 кадров» (16+)
09:30 Т/с «Молодёжка» (16+)
10:30, 18:30 Т/с «Воронины» (16+)
11:30 Х/ф «Свадьба по обмену» (16+)
13:30 Т/с «Два отца и два сына» (16+)
14:30, 21:00, 23:35 «Шоу «Уральских пельменей» (16+)
23:00 «Большой вопрос» (16+)
00:30 «Ленинградский stand up клуб» (18+)
01:30 Х/ф «Страх» (18+)
03:20 М/ф «Чиполлино», «Каникулы Бонифация», «Как один мужик двух генералов прокормил» (0+)

ДОМАШНИЙ

06:30 «Удачное утро» (16+)
07:00, 05:25 «Джейми: обед за 30 минут» (16+)
08:00 «Полезное утро» (16+)
08:40 Муз/ф «Огонь, вода и… медные трубы» (0+)
10:10, 19:00 Т/с «Великолепный век» (16+)
18:00 Т/с «Она написала убийство» (16+)
23:00 «Одна за всех» (16+)
23:30 Х/ф «Законы привлекательности» (16+)
01:15 Т/с «Отчаянные домохозяйки» (16+)

УИТВ-Пятый канал

06:00, 15:30, 19:00, 23:30 «Час пик»
06:25, 15:55, 19:25, 23:55 «Прогноз погоды» (0+)
06:30 «Пермское времечко» (12+)
06:55, 12:25, 21:00 «Бразильские посикунчики» (16+)
07:00 «Утро на «Пятом» (6+)
10:00 «День ангела» (0+)
10:30 «Сейчас»
11:00 Х/ф «Алые паруса» (12+)
12:00 «Приглашайте в гости Машу» (0+)
12:10 «Его величество манеж» (0+)
13:30, 16:00, 00:40, 04:00 Х/ф «Сердца трёх» (12+)
18:30 «Место происшествия»
19:30, 23:00 «Акценты» (12+)
20:00 «Главная площадь» (12+)
20:40, 21:10 «Без посредников» (12+)
21:20, 00:00 Т/с «След» (16+)
01:00 «Алые паруса»

ТВЦ

06:00 «Настроение»
08:20 Х/ф «Пятеро с неба» (12+)
10:05 Д/ф «Лидия Смирнова. Я родилась в рубашке» (12+)
10:55 «Простые сложности» (12+)
11:30, 14:30, 17:30, 22:00 «События»
11:55 Х/ф «Мой дом – моя крепость» (16+)
13:40 «Доктор и…» (16+)
14:10 «Наша Москва» (12+)
14:50, 19:30 «Город новостей»
15:15 Х/ф «Юрий Андропов. Последняя надежда режима» (12+)
16:00, 17:50 Т/с «Мисс Марпл» (12+)
18:20 «Право голоса» (16+)
19:45 Т/с «Похождения нотариуса Неглинцева» (12+)
22:20 «Жена. История любви» (16+)
23:50 Х/ф «На Дерибасовской хорошая погода, или На Брайтон-Бич опять идут дожди» (16+)
01:35 Д/ф «Звёздные папы» (16+)
03:05 Т/с «Исцеление любовью» (12+)
03:55 «Линия защиты» (16+)
04:20 Д/ф «Стихии Москвы. Воздух» (12+)
05:00 Т/с «Экополис» (12+)

РОССИЯ К КУЛЬТУРА / ГТРК «Пермь»

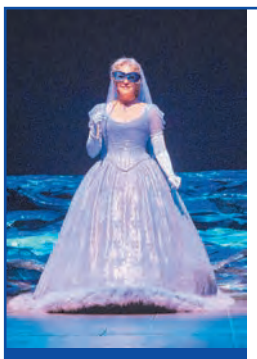
06:30 «Евроньюс»
09:00 «Белые ночи в Перми»
10:00, 15:00, 19:00, 23:10 Новости культуры
10:20 Х/ф «Наследный принц республики»
11:45 Д/ф «За науку отвечает Келдыш!»
12:25 «Правила жизни»
12:50 «Письма из провинции». «Козьмодемьянск (Республика Марий Эл)»
13:20 Д/ф «Франческо Петрарка»
13:25 Х/ф «Старый наездник»
15:10 Д/ф «Православие на Британских островах»
15:55 Д/ф «Одни ли мы во вселенной?»
16:35 «Царская ложа». «Мариинский театр»
17:15 П. И. Чайковский. «Концерт №2 для фортепиано с оркестром»
18:10 «Хинди с нуля за 16 часов!» №16
19:15 Д/ф «Юри Ярвет»
19:55 Х/ф «Король Лир»
22:15 «Линия жизни». «Кшиштоф Занусси»
23:30 Х/ф «Садовник»
01:05 Концерт оркестра Гленна Миллера
01:55 «Искатели». «Тамплиеры в Советской России»
02:40 Д/ф «Дом Ритвельда-Шредер в Утрехте. Архитектор и его Муза»

РОССИЯ 2 РОССИЯ СПОРТ

06:25, 13:50 Футбол. ЧМ. Колумбия – Кот-д'Ивуар
08:40 «Живое время. Панорама дня»
09:40, 15:50 Футбол. ЧМ. Уругвай – Англия
11:45 Футбол. ЧМ. Япония – Греция
17:55 Волейбол. Мировая лига. Россия – Сербия
19:45 «Планета футбола»
20:50, 05:55 «Большой футбол»
22:00 Т/с «Звездочёт» (16+)

реклама
ПЕРМЬ ТЕАТР ОПЕРЫ БАЛЕТА
молодёжная студия-театр ДОМИНанта
ТАЙНЫ ГОРЫ КРЕСТОВОЙ
2014 ГУБАХА
Балет на закате
21 июня 2014
Губаха, гора Крестовая
(Рудянский спой), начало в 21.30
В программе:
одноактный балет «Серенада»
на музыку П.И. Чайковского,
первый акт из балета Л. Минкуса «Дон Кихот»
Исполняет:
балетная труппа
Пермского академического
театра оперы и балета
им. П.И. Чайковского
исполняется
под фонограмму
Цена билета
в импровизированный
VIP-партер — 700 рублей
«Зеленый сбор»
для зрителей — 30 рублей
Продажа билетов:
Губаха, ул. Газеты «Правда», 38
Справки по телефонам
8 (34248) 4-37-12, 8 (982) 455-92-07
СБЕРБАНК — Гала-спонсор проекта
Юниаструм Банк
клюква
ФОРАБАНК Выигрываем вместе!
уральский завод противогололёдных материалов
При поддержке Администрации городского округа «Город Губаха»и депутатов Законодательного собрания Пермского края Армена Гайосовича Гарсляна, Владимира Александровича Даута
www.krestovaya.ru 0+

21 июня, суббота


24 ИЮНЯ, В 19:00 В СИНЕМА ПАРКЕ
В РАМКАХ ТЕАТРАЛЬНОГО КИНОСЕЗОНА
ОПЕРА ДЖОАККИНО РОССИНИ
ЗОЛУШКА (6+)
Постановка Метрополитен-опера
Джойс ДиДонато впервые выступит в Мет в заглавной партии в «Золушке» Россини, её партнёром станет мастер бельканто Хуан Диего Флорес в роли щёголя-Принца. Главный дирижёр Мет Фабио Луизи встанет за пульт, чтобы провести спектакль, где заняты Пьетро Спаньоли, дебютирующий в Мет в роли слуги Дандини, Алессандро Корбелли в роли отчима Золушки Дона Маньифико и Лука Пизарони в роли Алидоро, наставника Принца.
Цена билета 600 рублей!
Билеты можно приобрести в кассах кинотеатра.
Ул. Революции, 13, ТРК «СемьЯ»,
2-я очередь, 3-й этаж.
Телефон службы бронирования:
(342) 257-17-57
или 8-800-7-000-111 (звонок бесплатный)
НАЦИОНАЛЬНАЯ СЕТЬ КИНОТЕАТРОВ
СИНЕМА ПАРК
реклама

ОРТ Первый Канал

06:00, 10:00, 12:00, 18:00 Новости
06:10 Х/ф «Блиндаж» (16+)
08:10 «Ералаш»
08:45 «Смешарики. Новые приключения»
09:00 «Играй, гармонь любимая!»
09:45 «Слово пастыря»
10:15 «Смак» (12+)
10:55 «Галина Старовойтова. Последние 24 часа» (16+)
12:15 «Идеальный ремонт»
13:10 «На чемпионате мира по футболу – 2014»
15:00 «Элина Быстрицкая. Звезда эпохи» (12+)
16:00 Х/ф «Неоконченная повесть»
18:15 «Две звезды»
19:55, 21:25 «Сегодня вечером» (16+)
21:00 «Время»
22:00 ЧМ по футболу. Аргентина – Иран
00:00 «Вечерний Ургант» (16+)
00:55 «Цой – «Кино» (12+)
01:50 Х/ф «Поезд на Дарджилинг» (16+)
03:30 «Контрольная закупка»
04:00 ЧМ по футболу. Нигерия – Босния и Герцеговина

РОССИЯ 1 / ГТРК «Пермь»

05:30 Х/ф «Испытательный срок»
07:30 «Сельское утро»
08:00, 11:00, 14:00 «Вести»
08:10, 11:10, 14:20 «Вести – Пермь»
08:20 «Язь. Перезагрузка» (12+)
08:55 «Планета собак»
09:30 «Земля героев»
10:05 «Оберегая традиции»
10:20 Круглый стол «Патриотизм и молодёжь»
10:40 «Пермский парламент»
10:50 «Точка зрения ЛДПР»
11:20 «Вести. Дежурная часть»
11:55 «Дневник чемпионата мира»
12:25 Т/с «Море по колено»
14:30 Х/ф «Ромашка, кактус, маргаритка» (12+)
16:20 «Смеяться разрешается»
18:00 «Субботний вечер»
20:00 «Вести в субботу»
20:45 Х/ф «Шесть соток счастья» (12+)
22:30 Х/ф «Мы из будущего» (12+)
00:45 Футбол. ЧМ. Германия – Гана
03:00 Х/ф «Вас вызывает Таймыр»
04:50 «Комната смеха»

НТВ

05:35 Т/с «Улицы разбитых фонарей» (16+)
07:25 «Смотр»
08:00, 10:00, 13:00, 16:00 «Сегодня»
08:15 Лотерея «Золотой ключ»
08:45 «Их нравы»
09:25 «Готовим с Алексеем Зиминым»
10:20 «Главная дорога» (16+)
10:55 «Кулинарный поединок»
12:00 «Квартирный вопрос»
13:20 «Своя игра»
14:05 Х/ф «Аферистка» (16+)
16:15 «Следствие вели…» (16+)
17:15 «Очная ставка» (16+)
18:20 «Обзор. Чрезвычайное происшествие»
19:00 «Центральное телевидение»
19:50 «Новые «Русские сенсации» (16+)
20:45 «Ты не поверишь!» (16+)
21:40 Х/ф «Бес» (16+)
23:40 Х/ф «Ты мне снишься…» (16+)
01:35 «22 июня. Роковые решения» (12+)
03:05 Т/с «Зверобой» (16+)
05:00 Т/с «Москва. Три вокзала» (16+)

ЯСНОВИДЯЩАЯ ОЛЬГА ВАСИЛЬЕВНА
Один из сильных магов, посвященный магистр высшей степени, обладает даром предвидения и предсказания. Высокоэффективное гадание, быстродействующий приворот, гарантированное снятие всех видов порчи, избавит от неудач, вернет любовь, сохранит семью. Каждому, кто обращается ко мне за помощью, я дарю новую жизнь, счастье и благополучие. Сколько людей столько и бед, и у каждого человека своя. Я помогу каждому найти свою дорогу.
• Верну мужа. Очень мощный отворот от соперницы
• Сниму порчу, венец безбрачия, невезения. Работа по фото
• Испытанный и мощный заговор на большие деньги!
• Талисманы на любовь, удачу

реклама
(342) 204-71-78, 8-929-23-47-178

РОССИЯ 24 / Vetta

06:00, 12:15, 20:00 РИК «Россия-24»
08:00 Мультфильмы (6+)
09:30 Музыка (16+)
10:30 «Чтоб я так жил» (6+)
10:40 «Здоровые дети» (16+)
10:45 «Книжная полка» (16+)
10:55 «Идём в кино» (16+)
11:00 «Кофе и не только» (16+)
11:05 «Легенды губернского города» (16+)
11:10 «Сегодня на рынке» (16+)
11:15 «Цена вопроса» (16+)

ТНТ

07:00 Т/с «Счастливы вместе» (16+)
07:35, 06:00 М/с «Губка Боб Квадратные штаны» (12+)
08:30 М/с «Скан-ту-гоу» (12+)
09:00, 23:00, 02:40 «Дом-2» (16+)
10:00 «Два с половиной повара. Открытая кухня» (12+)
10:30 «Фэшн-терапия» (16+)
11:00 «Школа ремонта» (12+)
12:00 «Страна в SHOPe» (16+)
12:30, 00:30 «Такое кино!» (16+)
13:00 «Comedy woman» (16+)
17:00 Т/с «Деффчонки» (16+)
20:00 Х/ф «Битва титанов» (16+)
22:00 «Комеди клаб» (16+)
01:00 Х/ф «Тачка №19» (16+)
03:40 Х/ф «Безумный Макс – 3. Под куполом грома» (16+)
05:50 Т/с «Саша + Маша» (16+)

РЕН ТВ / Рифей

05:30 Т/с «Закон мышеловки»
09:40 «Чистая работа» (12+)
10:30 «Организация определённых наций» (16+)
12:30 «Безопасность движения» (16+)
12:50 Документальный фильм (16+)
13:00 «Военная тайна» (16+)
17:00 «Территория заблуждений» (16+)
19:00 «Неделя» (16+)
20:15 Концерт «Тырлы и глоупены» (16+)
22:10, 02:00 Х/ф «Белый песок» (16+)
23:45, 03:30 Х/ф «Антикиллер» (16+)
11:35 «В коридорах власти» (16+)
11:45 «Эх, дороги!» (16+)
11:50 «Правильный ответ: все новости ЕГЭ» (12+)
11:55 «Лобби-холл» (16+)
18:00 «Белые ночи в Перми»
19:00 «Добрые новости»
19:05 «Вести ПФО»
19:25 Круглый стол «Патриотизм и молодёжь»
19:45 «Оберегая традиции»

СТС

06:00 М/ф «Петух и краски», «Весёлая карусель», «Летучий корабль» (0+)
07:15 М/с «Пингвинёнок Пороро» (6+)
07:35 М/с «Куми-куми» (6+)
08:00 М/с «Макс Стил» (12+)
08:30 М/с «Флиппер и Лопака» (6+)
09:00 М/с «Макс. Динотерра» (6+)
09:35 М/с «Том и Джерри» (6+)
10:35 М/ф «Скуби Ду. Абракадабра Ду» (6+)
12:00, 22:40 «Шоу «Уральских пельменей» (16+)
15:00 «Рецепт на миллион» (16+)
16:00 «6 кадров» (16+)
16:30 Т/с «Воронины» (16+)
18:30 М/ф «Планета сокровищ» (16+)
20:15 Х/ф «Ван Хельсинг» (16+)
23:40 Т/с «Агенты Щ.И.Т.» (16+)
01:30 Х/ф «По следу» (16+)
03:35 М/ф «Конёк-горбунок», «Приключения запятой и точки» (0+)
05:15 М/с «Волшебные поппикси» (6+)
05:50 Музыка (16+)

ДОМАШНИЙ

06:30 «Мультфильмы» (0+)
07:00, 05:30 «Джейми: обед за 30 минут» (16+)
08:00 «Полезное утро» (16+)
08:30 Д/ф «Великолепный век. Создание легенды» (16+)
09:40, 19:00 Т/с «Великолепный век» (16+)
18:00 Т/с «Она написала убийство» (16+)
23:00 «Одна за всех» (16+)
23:30 Х/ф «Дочь махараджи» (16+)
04:45 Т/с «Отчаянные домохозяйки» (16+)

УИТВ-Пятый канал

08:30 Мультфильм (0+)
09:00 «Час пик»
09:25 «Прогноз погоды» (0+)
09:30 «Акценты» (12+)
09:55 «Приглашайте в гости Машу» (0+)
10:00, 18:30 «Сейчас»
10:10 Т/с «След» (16+)
19:00 Т/с «Разведчицы» (16+)
00:45 Х/ф «Караван смерти» (16+)
02:20 Х/ф «Башмачник» (16+)
04:25 Д/ф «Меч над Европой» (16+)

Дома / Коттеджи / Бетонные работы

реклама
8-902-80-75-848
8-965-55-30-548

ЦЕНТР ТВЦ

05:45 «Марш-бросок» (12+)
06:10 М/ф «Высокая горка», «Персей», «Каникулы Бонифация»
07:10 Х/ф «Годен к нестроевой» (12+)
08:50 «Православная энциклопедия» (6+)
09:15 Х/ф «Морской охотник»
10:30, 11:45 Х/ф «На Дерибасовской хорошая погода, или На Брайтон-Бич опять идут дожди» (16+)
11:30, 14:30, 23:05 «События»
12:35 Х/ф «Ненормальная» (12+)
14:45 «Петровка, 38»
15:00 Х/ф «Пришельцы» (6+)
17:05 Т/с «Любить и ненавидеть. Мёртвые воды московского моря» (12+)
21:00 «Постскриптум»
22:00 «Право знать!» (16+)
23:15 «Право голоса» (16+)
00:15 Х/ф «Механик» (16+)
02:05 Д/ф «Покорённый космос» (12+)
03:30 Д/ф «Правила дорожного неуважения» (16+)
04:10 «Истории спасения» (16+)
04:45 Т/с «Экополис» (12+)
12:50 «Большая Семья». «Нина Усатова»
13:45, 01:55 Д/ф «Нильские крокодилы – пережившие фараонов»
14:40 Концерт к пятой годовщине интронизации Святейшего Патриарха Московского и всея Руси Кирилла
15:45 «Красуйся, град Петров!» «Особняк Трубецких-Нарышкиных»
16:15 Х/ф «Пожнёшь бурю»
18:20 К 80-летию со дня рождения Юрия Визбора. «Больше, чем любовь»
18:55 Концерт «Юрию Визбору и Аде Якушевой посвящается…»
20:15 Х/ф «Из жизни отдыхающих»
21:35 «Белая студия». «Александр Домогаров»

реклама
СНТ «Электрон» в пос. Новые Ляды
ТРЕБУЕТСЯ СТОРОЖ
тел. 8-912- 883- 44-70, 8-902-638-79-78

РОССИЯ К / КУЛЬТУРА / ГТРК «Пермь»

06:30 «Евроньюс»
09:00 «Доброе утро, Пермский край!» «Формула успеха. Летняя творческая школа»
09:20 XVII межрегиональный фестиваль телевизионных и радиопередач военно-патриотической тематики «Щит России»
10:00 Библейский сюжет
10:35 Х/ф «Король Лир»
22:15 Спектакль «Дядя Ваня»
00:40 «Джон Леннон. Концерт в Нью-Йорке»
01:40 М/ф «Письмо»
02:50 Д/ф «Франц Фердинанд»

РОССИЯ 2 РОССИЯ СПОРТ

06:25, 13:50 Футбол. ЧМ. Италия – Коста-Рика
08:40 «Живое время. Панорама дня»
09:40, 15:50 Футбол. ЧМ. Швейцария – Франция
11:45 Футбол. ЧМ. Гондурас – Эквадор
17:55 «Формула-1». Квалификация. Гран-при Австрии
19:05 Волейбол. Мировая лига. Россия – Сербия
20:55, 05:55 «Большой футбол»
22:00 Х/ф «Конвой PQ-17» (16+)

ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У ВРАЧА
ВСЕГДА ОХОТА!
Настоящему мужчине не грозит «осечка» благодаря капсулам «СПУЛАН»!
АКЦИЯ! с 13 июня по 11 июля 2014 года
Купи 2 капсулы «СПУЛАН» – получи 1 капсулу в подарок!
Купи 8 капсул «СПУЛАН» – получи 2 капсулы в подарок!
СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ!
Адреса аптек, участвующих в акции, можно узнать по телефонам: (342) 243-15-94
Информацию об организаторе акции, правилах, сроках проведения, количестве подарков, сроках, месте, порядке получения подарков можно узнать по телефону БЕСПЛАТНОЙ «ГОРЯЧЕЙ ЛИНИИ» 8-800-555-00-96/69. ГР № RU.77.99.11.003.E.039658.09.11 от 23.09.2011 г.
Реклама


22 июня, воскресенье

ОРТ Первый Канал

06:00, 10:00, 12:00, 15:00, 18:00 Новости
06:10 Х/ф «Блиндаж» (16+)
08:10 «Служу отчизне!»
08:40 «Смешарики. Пин-код»
08:55 «Здоровье» (16+)
10:15 «Непутёвые заметки» (12+)
10:35 «Пока все дома»
11:25 «Фазенда»
12:15 День памяти и скорби. «Война и мифы» (12+)
15:15, 18:15 «Война и мифы» (12+)
18:45 «КВН». Высшая лига (16+)
21:00 «Воскресное «Время»
22:55 «Легенды «Ретро FM»
01:00 ЧМ по футболу. Южная Корея – Алжир
03:00 «Василий Ливанов. В жизни я не Шерлок Холмс»
04:00 «В наше время» (12+)

РОССИЯ 1 / ГТРК «Пермь»

06:10 Х/ф «Сорокапятка» (12+)
08:05 «Вся Россия»
08:20 «Смехопанорама»
08:50 «Утренняя почта»
09:30 «Свадебный генерал» (12+)
10:20 «Вести – Пермь. События недели»
11:00, 14:00 «Вести»
11:10 «Дневник чемпионата мира»
11:40, 14:30 Х/ф «Третьего не дано» (12+)
14:20 «Вести – Пермь»
14:50 Х/ф «Операция «Тайфун». Задания особой важности» (12+)
19:30, 21:30 «Вести недели»
21:45 Футбол. ЧМ. Бельгия – Россия
23:55 «Воскресный вечер» (12+)
01:40 Х/ф «Мой сводный брат Франкенштейн» (16+)
03:45 Футбол. ЧМ. США – Португалия

НТВ

06:00 Д/ф «Кто «Прошляпил» Начало войны» (16+)
07:00 Т/с «Улицы разбитых фонарей» (16+)
08:00, 10:00, 13:00, 16:00 «Сегодня»
08:15 Лотерея «Русское лото плюс»
08:45 «Их нравы»
09:25 «Едим дома»
10:20 «Первая передача» (16+)
10:55 «Чудо техники» (12+)
11:25 «Поедем, поедим!»
12:00 «Дачный ответ»
13:20 «Своя игра»
14:10, 16:15 Т/с «Угро-5» (16+)
18:20 «Чрезвычайное происшествие. Обзор за неделю»
19:00 «Сегодня. Итоговая программа»
19:50 Х/ф «Белый человек» (16+)
23:35 Х/ф «Наших бьют» (16+)
01:30 «Школа злословия». «Николай Гринцер» (16+)
02:15 Х/ф «Дело тёмное» (16+)
03:05 Т/с «Зверобой» (16+)
05:00 Т/с «Москва. Три вокзала» (16+)

ТНТ

07:00, 07:30 Т/с «Счастливы вместе» (16+)
08:05 М/с «Губка Боб Квадратные штаны» (12+)
08:30 М/с «Планета Шина» (12+)
09:00, 23:00, 02:15 «Дом-2» (16+)
10:00 «Школа ремонта» (12+)
11:00 «Перезагрузка» (16+)
12:00 «Comedy баттл. Суперсезон» (16+)
13:00, 22:00 «Stand up» (16+)
14:00 Х/ф «Битва титанов» (16+)
16:00 «Комеди клаб» (16+)
00:30 Х/ф «Аферисты» (16+)
03:15 М/ф «1001 сказка Багза Банни» (12+)
04:40 Т/с «Хор» (16+)
05:35 Т/с «Саша + Маша» (16+)
06:00 М/с «Турбо-агент Дадли» (12+)

РЕН ТВ / Рифей

05:45 Концерт «Тырлы и глоуПены» (16+)
07:40, 10:40, 12:00, 12:40, 13:40, 15:00, 16:15, 17:30, 20:30 Т/с «Приключения Шерлока Холмса и доктора Ватсона» (16+)
12:30, 23:30 «Новости 24» (16+)
23:40 «Репортёрские истории» (16+)
00:15 «Неделя» (16+)
01:30 Х/ф «Гонщик» (16+)
03:40 Х/ф «Шулера» (16+)

РОССИЯ 24 / Vetta

06:00, 12:15, 20:00 РИК «Россия-24»
08:00 Мультфильмы (6+)
09:30 Документальная программа (16+)
10:20 «Витрины» (16+)
10:40 «Любовь нечаянно нагрянет» (16+)
10:45 «Легенды губернского города» (16+)
10:50 «Специальный репортаж» (16+)
11:00 «Точка печали» (16+)
11:15 «Тайны здоровья» (16+)
11:25 «Дополнительное время» (16+)
11:45 «Эх, дороги!» (16+)
11:50 «Будь выше» (12+)
11:55 «Лобби-холл» (16+)
18:00 «Формула успеха. Летняя творческая школа»
18:20 XVII межрегиональный фестиваль телевизионных и радиопередач военно-патриотической тематики «Щит России»
18:30 Д/ф «Угнанное детство»
19:00 «Пермский парламент»
19:12 «Вести. Дежурная часть. Пермь»
19:25 «Вести. Пермь. События недели»

СТС

06:00 М/ф «Пингвины», «Весёлая карусель», «Рикки-Тикки-Тави» (0+)
07:15 М/с «Пингвинёнок Пороро» (6+)
07:35 М/с «Куми-куми» (6+)
08:00 М/с «Макс Стил» (12+)
08:30 М/с «Флиппер и Лопака» (6+)
09:00 М/с «Макс. Динотерра» (6+)
09:35 М/ф «Скуби Ду и нашествие инопланетян» (6+)
11:00 «Снимите это немедленно!» (16+)
12:00 «Успеть за 24 часа» (16+)
13:00, 19:00, 23:00 «Шоу «Уральских пельменей» (16+)
16:00 «6 кадров» (16+)
16:35 Х/ф «Ван Хельсинг» (16+)
21:00 Х/ф «Ученик чародея» (16+)
00:00 «Ленинградский stand up клуб» (18+)
01:00 «Большой вопрос» (16+)
01:35 Х/ф «Двойное наказание» (16+)
03:35 М/ф «Мешок яблок», «Сказка о попе и о работнике его балде», «Коля, Оля и Архимед», «Следы на асфальте» (0+)
05:10 М/с «Волшебные поппикси» (6+)

ДОМАШНИЙ

06:30 «Мультфильмы» (0+)
07:00, 06:00 «Джейми: обед за 30 минут» (16+)
08:00 «Полезное утро» (16+)
08:30 «Мультфильм» (0+)
09:05, 19:00 Т/с «Великолепный век» (16+)
18:00 Т/с «Она написала убийство» (16+)
21:00 Т/с «Королёк – птичка певчая» (16+)
23:00 «Одна за всех» (16+)
23:30 Х/ф «Зависть богов» (16+)
02:15 Т/с «Отчаянные домохозяйки» (16+)

УИТВ-Пятый канал

06:00 «Приключения Мюнхгаузена», «Алим и его ослик», «В яранге горит огонь», «Валидуб», «Вершки и корешки», «Кот Леопольд», «Приключения Васи Куролесова», «Илья Муромец», «Петушок – Золотой гребешок», «Последняя невеста Змея Горыныча», «Летучий корабль» (0+)
10:00 «Сейчас»
10:10 «Приглашайте в гости Машу» (0+)
10:15 «Его величество манеж» (0+)
10:30, 10:55, 17:40 «Бразильские посикунчики» (16+)
10:35 «Русский престиж» (16+)
11:00, 19:30 Т/с «Разведчицы» (16+)
17:00 «Главная площадь» (12+)
17:50 «Партия добрых дел» (12+)
18:00 «Главное»
01:20 Х/ф «Охранник для дочери» (16+)
03:35 Д/с «Агентство специальных расследований» (16+)

ЦЕНТР ТВЦ

05:30 Х/ф «Морской охотник»
06:40 М/ф «Кот в сапогах», «Аргонавты», «Ну, погоди!»
07:30 «Фактор жизни» (6+)
08:00 Т/с «Мамочки» (16+)
09:50 «Барышня и кулинар» (6+)
10:25, 11:45 Х/ф «Горячий снег»
11:30, 23:55 «События»
12:40 Муз/ф «На всю оставшуюся жизнь» (6+)
14:20 «Приглашает Борис Ноткин» (12+)
14:50 «Московская неделя»
15:15 Т/с «Похождения нотариуса Неглинцева» (12+)
17:15 Х/ф «Сетевая угроза» (12+)
21:00 «В центре событий» (16+)
22:00 Т/с «Инспектор Линли» (12+)
00:15 Х/ф «Мой дом – моя крепость» (16+)
02:00 Х/ф «Пятеро с неба» (12+)
03:30 Д/ф «Вера Васильева. Продолжение души» (12+)
05:15 Т/с «Экополис» (12+)

РОССИЯ К КУЛЬТУРА / ГТРК «Пермь»

06:30 «Евроньюс»
09:00 «Белые ночи в Перми»
10:00 «Киноконцерт»
10:40 Х/ф «Парень из нашего города»
12:05 «Легенды мирового кино». «Николай Крючков»
12:35 «Россия, любовь моя!» «Песни Рязанского края»
13:05 «Гении и злодеи». «Владимир Обручев»
13:35, 01:55 Д/ф «Затерянная лагуна»
14:25 «ProАрт»
14:40 «Оберегая традиции»
14:55 Круглый стол «Патриотизм и молодёжь»
14:25 Д/ф «Дом на Гульваре»
15:20 «Музыкальная кулинария. Пуччини и Лукка»
16:15 «Искатели». «В поисках сокровищ Царского села»
17:00 Д/с «Последние свободные люди». «Жизнь без границ»
18:00 «Контекст»
18:40, 00:40 «По следам тайны». «Что было до большого взрыва?»
19:30 Д/ф «Евгений Матвеев»
20:10 Х/ф «Родная кровь»
21:35 «Те, с которыми я…» «Михаил Ромм»
22:25 Д/ф «Обыкновенный фашизм»
01:30 М/ф «Мистер Пронька»
02:50 Д/ф «Рафаэль»

РОССИЯ 2 РОССИЯ СПОРТ

06:25, 13:40 Футбол. ЧМ. Аргентина – Иран
08:40 «Живое время. Панорама дня»
09:30, 15:40 Футбол. ЧМ. Германия – Гана
11:35 Футбол. ЧМ. Нигерия – Босния и Герцеговина
17:45 «Формула-1». Гран-при Австрии
20:15 «Своим ходом. Бразилия»
20:45, 05:55 «Большой футбол»
22:00 Х/ф «Конвой PQ-17» (16+)
02:05 «Наука 2.0»
03:40 «Моя планета»

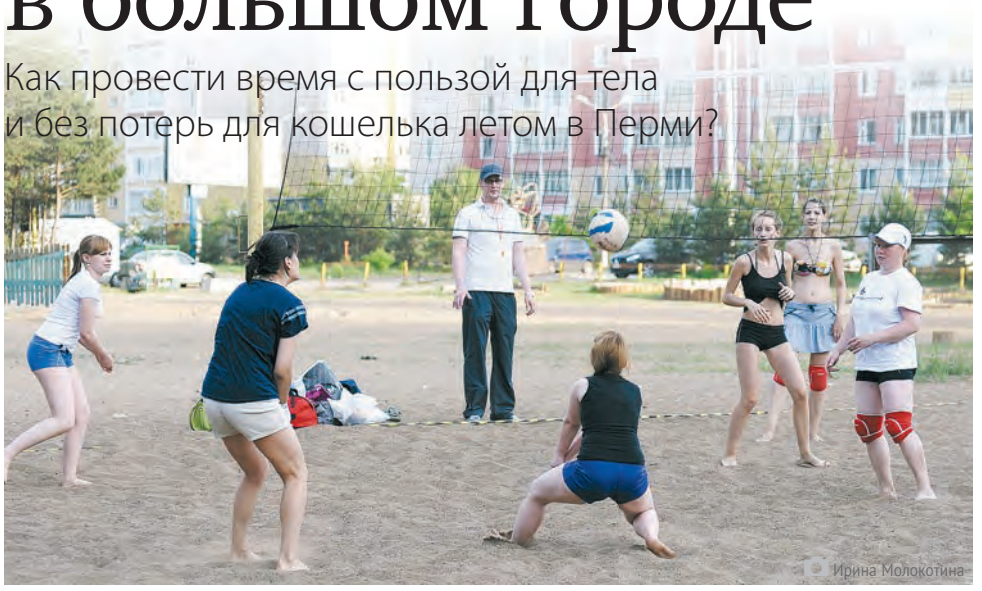
Уважаемые телезрители! Все возможные изменения в программе передач производятся телеканалами. Редакция «ПЯТНИЦЫ» за эти изменения ответственности не несёт.

• в здоровом теле

Спорт в большом городе

Алёна Усачёва

Как провести время с пользой для тела и без потерь для кошелька летом в Перми?



Ирина Молокотина

Уральское лето солнечное, тёплое, но непродолжительное. Так что задача пермяка — «ловить момент» и как можно больше проводить времени на свежем воздухе. При этом в городе можно не просто гулять, что, конечно, тоже приятно, но и заниматься спортом без серьёзных финансовых трат. «Пятница» узнала, где летом в Перми можно провести время с пользой на свежем воздухе.

Йога

Место и время. Парк им. Горького, возле Ротонды; всё лето по вторникам и четвергам, 11:00–12:30, 18:00–19:30, кроме дождливых дней.

Что происходит на тренировках. В парке им. Горького пермские преподаватели йоги предлагают новичкам и тем, у кого уже есть опыт занятий, поработать в группе, выполняя асаны (упражнения йоги) под руководством тренера. Все движения совершаются медленно, от занимающихся требуется расслабиться или наоборот сконцентрировать энергию и, например, стоять в одной позе несколько минут. Утренние занятия заряжают бодростью и энергией, а вечерние помогают снять усталость рабочего дня.

Пляжный волейбол

Место и время. Волейбольные площадки в микрорайоне Пролетарский, остановка «Ул. Докучаева»; каждый понедельник, 20:00–21:30.

Что происходит на тренировках. Пермские любители классического волейбола летом выходят покорять песчаные пляжи. Опытный тренер расскажет, как правильно двигаться на песке, как выполняются основные элементы волейбола — «приём», «подача», «пас». Уже после нескольких занятий даже начинающий волейболист станет чувствовать себя уверенно, а «в подарок» получит ровный загар и восхищённые взгляды окружающих. Для игры нужна только спортивная одежда и желание.

Аэробика

Место и время. Сквер Пермского театра оперы и балета; каждый четверг в 21:30.

Что происходит на тренировках. Аэробика — направление фитнеса, представляющее собой движения под ритмичную музыку без перерывов. Она даёт возможность поработать над выносливостью организма, сжечь лишние калории и просто потанцевать. Массовые тренировки по аэробике для всех, у кого нет противопоказаний к занятиям спортом, проходят в Перми уже с 22 мая. На первое занятие пришло более 50 человек. Тренировку ведёт опытный тренер, длится она 40–50 минут. Никакого специального оборудования не требуется.

Спорт для вегетарианцев

Место и время. Стадион «Локомотив», по понедельникам и средам в 9:00 и стадион «Юность», по вторникам и четвергам в 19:00.

Что происходит на тренировках. Группа здоровья выполняет различные физические упражнения, прыгает, бегает, танцует — в общем, работает над укреплением собственного тела. Обязательное условие для посещения тренировок — планировать стать или уже быть вегетарианцем. Кстати, тренировки подразумевают не только работу над собственным телом, но и обмен опытом приверженцев вегетарианского образа жизни и тех, кто хочет отказаться от употребления мяса.

«Северная» («скандинавская») ходьба

Место и время. Парк «Балатово», каждое воскресенье в 19:00; территория санатория «Энергетик», 9:00–10:00, по выходным.

Что происходит на тренировках. «Скандинавская» ходьба — это прогулки на свежем воздухе с парой специальных палок. Заниматься можно и летом, и зимой. Такой спорт прорабатывает более 90% мышц всего тела без лишней нагрузки на позвоночник. Ходьба полезна для профилактики заболеваний сердца и опорно-двигательной системы. Многим она даёт возможность сбросить лишние килограммы. Для занятий ходьбой должны быть разрешены минимальные физические нагрузки. Специальные палки для «скандинавской» ходьбы можно арендовать в Балатовском парке прямо у тренера или купить в спортивном магазине.

Коллективные зарядки

Место и время. Городские парки культуры и отдыха; каждый день, 9:30–10:30.

Что происходит на тренировках. Уже несколько лет администрация Перми организует массовые зарядки в разных районах города. В этом году они проходят в Кировском районе Перми: в Парке культуры им. Кирова в Закамске и на стадионе «Спутник», в Дзержинском районе — в сквере на ул. Таврической, 22, в Ленинском районе на открытой площадке по ул. Ленина, 72а (вторник, четверг, суббота). Упражнения на свежем воздухе благоприятно воздействуют на организм, прививают привычку заниматься спортом. В парке им. Кирова занятия проходят также и по вечерам: по понедельникам, средам и пятницам, 18:00–19:00, на них используются элементы дыхательной гимнастики и растяжки.

Социальные парные танцы

Место и время. Парк им. Горького, ротонда; всё лето, 19:00–22:00, по воскресеньям.

Что происходит на тренировках. Здесь все танцуют парами — сальсу, кизомбу, реггетон, ча-ча-ча. Инструктор объяснит и покажет всем желающим основные «па». Не зря подобные танцы называются социальными — считается, что их может танцевать абсолютно каждый вне зависимости от возраста и практически в любом месте и познакомиться благодаря этому с другими людьми!

Антиалкогольные пробежки

Место и время. Каждый раз — разное. Информацию можно получить у организаторов по телефону 8-912-48-21-441 или на страничке «Вконтакте»: vk.com/beg_prm.

Что происходит на тренировках. В социальных сетях Перми существует движение «Трезвая пробежка». Его организаторы регулярно устраивают массовые пробежки по городу. Очередное такое мероприятие состоялось 1 июня. Особенность пробежек в том, что в них участвуют только люди, поддерживающие здоровый образ жизни, при этом они не просто бегут, а выкрикивают патриотические кричалки и лозунги в поддержку трезвости. Таким образом спортсмены пропагандируют отказ от алкоголя. Всех, кто желает присоединиться, убеждённые «трезвенники» ждут в свои ряды.