

Занятия стретчингом для пенсионеров стартовали на Беломорской

08.05.2018

Бесплатные занятия стретчингом для людей старшего поколения в рамках проекта «Московское долголетие» стартовали в студии танцев на Беломорской улице. Присоединиться к участникам приглашают всех желающих, набор в группы еще открыт.

- Стретчинг – это особый вид аэробики, направленный главным образом на растяжку мышц тела, развитие гибкости и эластичности. Заниматься стретчингом можно в любом возрасте, независимо от имеющегося уровня подготовки, - сообщили в ТСЦО «Ховрино».

Желающим присоединиться необходимо заранее прийти в центр соцобслуживания по адресу: ул. Флотская, д. 15, корп. 1 с паспортом и СНИЛС, чтобы заполнить анкету. Студия танцев находится по адресу: ул. Беломорская, д. 36.(то)

Адрес страницы: <http://khovrino.mos.ru/presscenter/news/detail/7315026.html>

[Управа района Ховрино города Москвы](#)