

Фитнес-зарядка пройдёт в спортшколе на Левобережной

05.07.2019

В спортивной школе олимпийского резерва № 1 на Левобережной улице состоится фитнес-зарядка для всех желающих. Тренировка запланирована на 15 июля. Об этом сообщили в Центре физической культуры и спорта САО, который организовал это занятие.

— Занятие пройдет в рамках проекта «Активный гражданин». Его проведут опытные инструкторы ЦФКиС Сармите Стоне и Людмила Новикова, — отметил сотрудник центра. — Инструкторы под музыку покажут комплекс упражнений (разминка-растяжка — активный комплекс — комплекс на релаксацию), благодаря которому каждый участник получит заряд бодрости, здоровья и отличного настроения.

Начало в 11.00. Занятие бесплатное, продлится 45 минут. Адрес проведения: ул. Левобережная, 12, корп. 1.

Адрес страницы: <http://khovrino.mos.ru/presscenter/news/detail/8201949.html>

[Управа района Ховрино города Москвы](#)