

«Веранда здоровья» открылась неподалёку от Ховрина

09.07.2019

Веранды здоровья начали работать для горожан еще в четырех столичных парках рядом с медицинскими павильонами. Как сообщает сайт мэра Москвы, речь о музейно-парковом комплексе «Северное Тушино», парке «Ангарские пруды», зоне отдыха «Площадь Юности» в Зеленограде и Гончаровском парке. Их открыли в рамках программы «Здоровая Москва». На таких верандах проходят лекции, посвященные здоровому образу жизни, а также мастер-классы по активным видам спорта и другие мероприятия.

— Первые веранды здоровья начали работу всего две недели назад, но даже за такой короткий промежуток времени их успели посетить более 15 тысяч человек. Москвичи приходят на йогу и аэробику, принимают участие в зарядках с олимпийскими чемпионами, занимаются активными видами спорта или слушают лекции. Для каждой из веранд составляется отдельное расписание — провести время весело и активно можно в любой из них, — рассказала Елена Громова, заместитель руководителя Департамента здравоохранения Москвы.

На верандах здоровья проводят занятия по гимнастике, фитнесу, йоге и пилатесу. Здесь в любое время можно поиграть в бадминтон, настольный теннис и во фрисби. О здоровье, психологии и правильном питании расскажут на лекциях. Кроме того, на верандах научат танцевать латиноамериканские и восточные танцы и помогут освоить боевые искусства. Все мероприятия бесплатны.

Брать с собой на уроки ничего не нужно. По сведениям сайта мэра Москвы, спортивный инвентарь можно получить на веранде бесплатно. При этом посетителям не требуется оставлять что-то в залог или писать расписки. За актуальным расписанием занятий можно следить на сайте проекта.

Адрес страницы: <http://khovrino.mos.ru/presscenter/news/detail/8208610.html>

[Управа района Ховрино города Москвы](#)