

Участники Общества инвалидов провели тренировку по скандинавской ходьбе

06.02.2018

Участники Общества инвалидов района Орехово-Борисово Северное провели тренировку перед соревнованиями по скандинавской ходьбе во вторник, 6 февраля.

Провела занятие тренер и наставник Светлана Стандровская, которая активно пропагандирует в районе здоровый образ жизни и скандинавскую ходьбу.

- В группу наших спортсменов входят в основном люди с проблемами сердца, и скандинавская ходьба как нельзя лучше помогает им справиться с недомоганиями. Кроме этого, наши друзья необыкновенно стройны, так как, занимаясь скандинавской ходьбой в постоянном режиме, идеально выправили себе осанку и забыли про проблемы шеи и плеч.

Уже в начале марта пройдут очередные окружные соревнования по скандинавской ходьбе, и сегодня они с удовольствием отрабатывали скоростное движение, - рассказала редактору газеты «Борисовские пруды» районная активистка Екатерина Кленевская.

Фото: Екатерина Кленевская

Адрес страницы: <http://sevorehovo-borisovo.mos.ru/presscenter/news/detail/7131894.html>

[Управа района Орехово-Борисово Северное](#)