

Первый шаг на снегоступах совершат участники «Московского долголетия»

05.12.2018

Презентация зимних активностей проекта «Московское долголетие» пройдет в парке «Борисовские пруды» в пятницу, 7 декабря. Спортивный праздник организаторы назвали «Здравствуй, зимушка-зима!» и посвятили его знакомству с новыми направлениями программы долголетия. В нее вошли цикл закаливающих процедур, лыжи, скандинавская ходьба и ходьба на снегоступах.

Как сообщили в окружном управлении социальной защиты населения, открывать зимний сезон в районном парке соберутся более 300 активистов проекта со всего Южного округа. Профессиональные инструкторы Центра физкультуры и спорта ЮАО подготовят своих подопечных к спортивным нагрузкам: проведут фитнес-зарядку с элементами заявленных направлений.

Активистам «Московского долголетия» предстоит пройти эстафету и завершить открытие холодного сезона горячим ароматным чаем.

Напомним, набор в новые группы проекта стартовал 1 декабря. Удобно, что [для записи в секции окружных парков](#) можно обращаться в собственные филиалы ТЦСО.

Адрес страницы: <http://sevorehovo-borisovo.mos.ru/presscenter/news/detail/7744491.html>

[Управа района Орехово-Борисово Северное](#)