

Сезон «Спортивных выходных» подходит к концу

16.10.2020

Последние тренировки проекта «Спортивные выходные» состоятся в ближайшие выходные, 17 и 18 октября. Об этом Объединенной редакции интернет-изданий Южного округа рассказали в пресс-службе организатора проекта – центров «Мои документы».

- Программа «Спортивные выходные» существуют уже более двух месяцев. В проекте поучаствовали более 10 тысяч человек. С горожанами занимались 83 опытных тренера, - говорится в сообщении.

Сначала тренировки проходили в парках и скверах Южного округа, потом для профилактики коронавируса занятия перевели в [офлайн формат](#).

В субботу участников ждет функциональная тренировка, которая начнется в полдень, затем в два часа мастер-класс по скандинавской ходьбе. Спортивное воскресенье начнется в 10 утра с йоги, затем в 12 часов состоится функциональная тренировка, а в 14:00 всех желающих приглашают на зажигательную зумбу. Все занятия будут транслировать на [YouTube-канале](#) проекта.

На этом последние «Спортивные выходные» первого сезона не закончатся. Для финала организаторы припасли онлайн-квиз. Для участия в викторине необходимо собрать команду от 1 до 7 человек и зарегистрироваться по [ссылке](#). В Воскресенье в 16:00 нужно вместе со всеми игроками смотреть трансляцию на YouTube-канале и записывать ответы в специальную форму, которую пришлют капитану команды перед игрой.

Напомним, что площадками проекта были Братеевский каскадный парк, зона отдыха «Борисовские пруды» и Ореховый Бульвар.

Адрес страницы: <http://sevorehovo-borisovo.mos.ru/presscenter/news/detail/9330055.html>

[Управа района Орехово-Борисово Северное города Москвы](#)