

Онлайн-урок в рамках школы «Королевская осанка» провели специалисты Центра соцобслуживания «Орехово»

03.03.2021



На странице Территориального центра социального обслуживания «Орехово» 2 марта разместили видеоролик в рамках проекта школы «Королевская осанка».

Урок провела стилист и визажист Татьяна Рошковская. Она рассказала и показала, как при помощи шариков Су-Джок сделать массаж тела, который способствует омоложению.

Татьяна Рошковская продемонстрировала несколько упражнений. Например, шарик Су-Джок нужно зажать между ладонями и прокатывать его.

Посмотреть ролик можно по [ссылке](#). Запись длится десять минут.

Стилист отметила, что для упражнений лучше использовать шарики Су-Джок, которые продаются в хозяйственных магазинах.

Адрес страницы: <http://sevorehovo-borisovo.mos.ru/presscenter/news/detail/9758456.html>

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