

В Воронцовском парке продолжаются онлайн-занятия для участников «Московского долголетия»

06.05.2021



На платформе ZOOM проходят занятия для участников проекта «Московское долголетие» из Обручевского района. На выбор представлены два направления: гимнастика и общая физическая подготовка (ОФП).

«Оба занятия укрепляют общее физическое здоровье, снимают тревожность и поднимают настроение. А еще во время тренировок можно найти новых друзей с общими интересами. Ну, а главный плюс онлайн-занятий в том, что присоединиться к ним можно, даже находясь на даче», - рассказали в пресс-службе Воронцовского парка в социальной сети «ВКонтакте».

Расписание занятий:

Гимнастика-онлайн - понедельник 11:00-12:00;

ОФП-онлайн - вторник, четверг 12:00-13:00.

Для записи присоединитесь к чату в WhatsApp по ссылке: <https://chat.whatsapp.com/B7tPbNBjnQcFHPsDOzJTM5>

ФОТО: mos.ru

Адрес страницы: <http://obruchev.mos.ru/presscenter/news/detail/9927677.html>

[Управа Обручевского района города Москвы](#)