

Пенсионеров Западного Дегунина приглашают на уроки по скандинавской ходьбе

14.05.2018

□

Жителей района Западное Дегунино приглашают присоединиться к занятиям по скандинавской ходьбе. Бесплатные уроки проводят в рамках проекта «Московское долголетие» для людей, достигших пенсионного возраста, возле Дегунинского пруда.

— С выходом на пенсию физическая активность резко уменьшается. Вместе с тем, человеку в таком возрасте крайне необходима мягкая физическая нагрузка и прогулка на свежем воздухе. Скандинавская ходьба — это идеальное решение для тех, кто заботится о своем здоровье, — уточнил представитель центра соцобслуживания «Западное Дегунино».

Чтобы стать участником программы и заниматься фитнесом, необходимо заполнить анкету в филиале «Западное Дегунино» ТЦСО Бескудниково по адресу улица

Ивана Сусанина, 2, корп. 1 или по телефону 8(499)906-08-61. (eo)

Адрес страницы: <http://zap-degunino.mos.ru/presscenter/news/detail/7326342.html>

[Управа района Западное Дегунино города Москвы](#)