

Жители Дмитровского района поучаствуют в "спортивных выходных" онлайн

06.11.2020

Стартовал второй сезон проекта «Спортивные выходные», организованного Департаментом спорта города Москвы совместно с центрами госуслуг «Мои Документы» в рамках программы «Здоровая Москва». Участников ждут ежедневные утренние зарядки, персональное онлайн-сопровождение, лекции о ЗОЖ и конечно же тренировки.

"По будням в 07:00 на YouTube-канале проекта зрителей ждет зарядка под руководством профессиональных спортсменов. В субботу и воскресенье все желающие смогут посетить занятия в удобное для себя время – в 10:00, 12:00 или 14:00. Йога, пилатес, круговая, функциональная и танцевальная тренировки, зумба, скандинавская ходьба, а также лекции о здоровом образе жизни – все это доступно для участников каждые выходные. Подробнее с расписанием можно ознакомиться на сайте sportsweekend.ru.

Среди тренеров проекта – именитые чемпионы, кандидаты и мастера спорта, профессиональные спортсмены.", - сообщили в "Моих документах".

Напомним, центр госуслуг Дмитровского района располагается по адресу: Лобненская улица, дом 4А.

Адрес страницы: <http://dmitrovskiy.mos.ru/presscenter/news/detail/9394511.html>

[Управа Дмитровского района города Москвы](#)