

В Строгине проведут фитнес-зарядку для пожилых людей

24.08.2016



В Строгине в рамках муниципальной спартакиады «Спортивное долголетие» пройдёт фитнес-зарядка для пожилых людей. Об этом сообщил ведущий специалист отдела досуга и спорта муниципалитета ВМО Строгино Олег Романов.

- Такие фитнес-зарядки в районе проводятся регулярно. Летом они проходят на открытой спортплощадке, зимой – в помещении. На занятия приходят пожилые люди в возрасте от 55 до 80 лет, - пояснил Олег Романов.

Опытный тренер Элеонора Ариффулина подбирает упражнения в зависимости от состояния здоровья и возраста каждого пенсионера.

Очередная фитнес-зарядка пройдёт 25 августа на спортплощадке, которая расположена по адресу: Строгинский бульвар, д. 7, корп. 1. Начало занятий в 10.00. (иг)

Адрес страницы: <http://strogino.mos.ru/presscenter/news/detail/3603495.html>

[Управа района Строгино](#)