

Для пенсионеров из Печатников стартовали занятия по общей физической подготовке

18.05.2018

Для пенсионеров из Печатников стартовали занятия по общей физической подготовке. Уроки проходят в спортивном клубе «Южный» в районе Печатники и направлены на укрепление мышечного тонуса, развитие чувств равновесия и координации с элементами восточных единоборств. Информация об этом появилась в официальной группе ГБУ ТЦСО «Кузьминки», филиал «Печатники».

«Возрастной состав группы- с 55 до 78 лет. По словам посещающих данный вид занятий участников проекта «Московское долголетие», эти занятия дарят заряд бодрости, хорошее настроение и желание продолжать активный образ жизни», - говорится в сообщении.

Подробнее о мероприятиях центра: vk.com/gbu_tcsso_kuzminki. (то)

Адрес страницы: <http://pechatniki.mos.ru/presscenter/news/detail/7338496.html>

[Управа района Печатники](#)