

В центре «Вдохновение» в САО устроят фитнес-зарядку

09.10.2017

В спортивно-досуговом центре «Вдохновение» в Северном округе Москвы во вторник, 10 октября, проведут открытое занятие «Для тех, кто любит фитнес», ориентированное на пожилых людей. Об этом сообщил заведующий отделом «Спорт» центра Сергей Дроздов.

— На мероприятие приглашаем в первую очередь людей пожилого возраста. Для них мы организуем спортивную зарядку, состоящую из несложных, но эффективных упражнений, выполнить которые сможет каждый. Будем заниматься с мячиками, специальными фитнес-палочками и другим инвентарем под энергичную музыку, конечно, — уточнил Сергей Дроздов.

Вход свободный, приглашаются все желающие. Начало мероприятия в 10.00. «Вдохновение» находится по адресу ул. Дубнинская, д. 6А.(то)

Адрес страницы: <http://molzhaninovskiy.mos.ru/presscenter/news/detail/6906997.html>

[Управа района Молжаниновский города Москвы](#)