

Жителей столицы пригласили на финальные занятия первого сезона проекта «Спортивные выходные»

16.10.2020

Жителей столицы пригласили на финальные занятия первого сезона проекта «Спортивные выходные», которые пройдут 17 и 18 октября в дистанционном формате.

На [сайте](#) газеты «Вечерняя Москва» сообщили, что в субботу в 10:00 инструкторы покажут упражнения по йоге. Еще пользователи смогут присоединиться к функциональной тренировке под руководством профессиональных спортсменов в 12:00. Занятие скандинавской ходьбой начнется в 14:00.

В воскресенье, 18 октября, для участников проведут мастер-классы по йоге в 10:00 и зумбе в 14:00. Еще в этот день пройдет функциональная тренировка в 12:00. Трансляция будет доступна на YouTube-[канале](#) проекта.

Для участников подготовили интеллектуально-развлекательную игру, посвященную теме здорового образа жизни.

Адрес страницы: <http://arbat.mos.ru/presscenter/news/detail/9329720.html>

[Управа района Арбат города Москвы](#)