

Жители Южного Тушина могут бесплатно освоить цигун и восточные единоборства

20.09.2019

Провести время с пользой для здоровья приглашают горожан столичные парки. В 19 из них осенью будут проходить бесплатные спортивные тренировки и уроки танцев на свежем воздухе. В СЗАО интересный досуг для посетителей предлагает парк «Северное Тушино».

Так, там ждут юных футболистов. Местный футбольный клуб «Метеор» ведёт набор в группу для детей от четырех до 12 лет. Тренировки будут проходить по понедельникам и средам с 13:30 до 15:30 на футбольном поле рядом с заливом Захарково.

Кроме этого гости парка могут освоить дыхательную гимнастику цигун, единоборства джит-кун-до и тай-цзи-цюань, а также поиграть в настольный теннис. Тренировки проводятся в павильоне «Московское долголетие», который находится рядом с площадкой «Колизей».

Как сообщили в пресс-службе Мосгорпарка, все занятия бесплатные, для участия гостям потребуются лишь спортивный инвентарь. Например, для уроков йоги нужно прихватить с собой коврик.

Напомним, парк «Северное Тушино» находится по адресу ул. Свободы, д. 56.

Адрес страницы: <http://tushino-juzhnoe.mos.ru/rubric/detail/8364878.html>

[Управа района Южное Тушино города Москвы](#)