

## **Любители спорта из Новогиреева будут заниматься спортом онлайн по программе «Московское долголетие»**

31.03.2020

**Участники программы «Московское долголетие» продолжат заниматься спортом, но только через онлайн. Тренеры Перовского парка культуры и отдыха выкладывают специальные видео с записью упражнений. Об этом сообщается на сайте газеты «Восточный округ».**

— Наши тренеры не оставляют пожилых спортсменов без внимания, — рассказали в пресс-службе парка. — В соцсетях сейчас выкладывают специальные ролики с видеозаписью комплексов упражнений. Это не просто ОФП, а специально подобранные целевые упражнения, например для оздоровления спины, нормализации дыхания и так далее. И, включив любой гаджет, участники программы смогут заниматься физкультурой, когда им удобно.

Подробная информация на страницах Перовского ПККО в соцсетях «Фейсбук» [www.facebook.com/parkperovski](http://www.facebook.com/parkperovski) и «ВКонтакте» [www.vk.com/parkperovskiy](http://www.vk.com/parkperovskiy).

---

Адрес страницы: <http://novogireevo.mos.ru/presscenter/news/detail/8799386.html>

---

[Управа района Новогиреево города Москвы](#)