

Любителей здорового образа жизни приглашают принять участие в «зарядке на траве».

В этом году проект продолжат развивать. Первая коллективная зарядка состоится завтра, 7 июня, с 15.00 до 16.00 часов в парке Победы. Проводит занятия под открытым небом ведущий специалист в области восстановительной медицины Владимир Михайлович Ефремов. В программу включены элементы ушу, йоги и цигун. Занятия будут проводиться бесплатно. Единственные условия для желающих оздоровиться – наличие коврика и хорошее настроение.