

В праздничные дни жители ЮВАО сядут на велосипеды и разомнут мышцы

11.06.2010

12 и 13 июня жители и гости Юго-Восточного округа столицы получают уникальную возможность совершенно бесплатно, на свежем воздухе и под руководством профессиональных спортивных тренеров округа заняться физкультурой и укрепить свое здоровье. Префект ЮВАО Владимир Зотов сообщил, что каждые выходные – с праздничных июньских дней и до конца летней поры – любой желающий, кто посетит в выходные с утра в парк «Кузьминки», сможет принять участие в спортивных фитнес-зарядках, а также оседлать двухколесный транспорт.

«Каждую субботу вплоть до осени Кузьминский парк приглашает любителей спорта бесплатно принять участие в новой спортивной акции. Еженедельные занятия для всех желающих будут проходить под руководством спортивных инструкторов из районов округа и отчасти напоминать традиционную зарядку, только в окружении таких же любителей спорта и на природе. Участникам предложат комплекс упражнений, укрепляющих общее состояние здоровья и развивающих мышцы спины, ног и рук. А по воскресеньям наши спортсмены смогут пересесть на «железные коней» и поучаствовать в массовых велосипедных заездах», - рассказал Владимир Зотов.

Еженедельно по субботам в 11 часов утра фитнес-зарядки будут проводиться на сцене Парка культуры и отдыха «Кузьминки» (вход со стороны кинотеатра «Высота», сцена около парка аттракционов). Под музыкальное сопровождение спортсмены-любители будут разминать мышцы и заряжаться энергией на протяжении 40 минут.

Любителям же велосипедного спорта организаторы акции предложат поучаствовать в массовых заездах, старт которых состоится каждое воскресенье в 11 часов утра от въездного Обелиска с поворотом на усадьбу Деда Мороза. Финишируют участники в Усадьбе Деда Мороза.

«Любой желающий в эти дни может прийти на площадку и бесплатно принять участие в танцевальной аэробике и детской аэробике в исполнении ведущих инструкторов, или принять участие в заезде», - добавил префект.

Приглашаем корреспондентов осветить данное мероприятие!

Дата: 12 июня 2010 года – фитнес-зарядка, 13 июня 2010 года - велозаезд

Время: 11.00

Место: Кузьминский парк

Адрес: фитнес-зарядки (вход со стороны кинотеатра «Высота», сцена около парка аттракционов), велозаезды (от въездного Обелиска с поворотом на усадьбу Деда Мороза)

Аккредитация и доп. информация по телефонам:

362-42-93, 362-24-07, 8-926-365-81-91!

Адрес страницы: <http://tekstilschiky.mos.ru/presscenter/news/detail/828303.html>

[Управа района Текстильщики города Москвы](#)