

## **Тренировки проекта «Спортивные выходные» начали проходить в онлайн-формате**

12.10.2020

Проект «Спортивные выходные» теперь доступен пользователям в онлайн-формате. Первые виртуальные тренировки прошли 10 и 11 октября. Подробностями с Объединенной редакцией интернет-изданий Южного округа поделилась пресс-служба организатора проекта – центров «Мои документы».

В августе программа «Спортивные выходные» была запущена на территории Южного округа по инициативе специалистов МФЦ. На протяжении двух месяцев тренировки по скандинавской ходьбе, бегу и йоге проходили в том числе и в Братеевском каскадном парке.

Теперь проект перешел в онлайн-формат, что позволит пользователям заниматься спортом, не выходя из дома. В минувшие выходные профессиональные тренеры провели первые дистанционные занятия по скандинавской ходьбе и йоге, а также функциональные тренировки.

Посмотреть трансляции можно на [Youtube-канале](#) «Спортивных выходных». Специально для участников также был создан [Телеграм-канал](#), где будут появляться новости, различные рекомендации и советы от тренеров.

---

Адрес страницы: <http://brateevo.mos.ru/presscenter/news/detail/6915187.html>

---

[Управа района Братеево города Москвы](#)