

## Тренировку по кроссфиту провела Молодежная палата Братеева

24.07.2018

Тренировку по кроссфиту провела Молодежная палата района Братеева в минувшие выходные в парке «Братеевская пойма».

Пауэрлифтер и хоккейный тренер Владимир Чумичев провел все занятие от начала до конца – он учил воспитанников не только делать упражнения с отягощением, но и использовать для развития мускулатуры и улучшения физической формы свой собственный вес.

Ребята приседали и делали выпады, качали пресс и отжимались прямо на одной из площадок парка.

Представитель Молодежной палаты Екатерина Новичкова отметила, что кроссфит является хорошей возможностью улучшить свое тело, не обращаясь в спортивной или тренажерный зал, когда на дворе тепло и солнечно.

Также она подчеркнула, что молодые парламентарии и дальше планируют проводить интересные спортивные мероприятия.

Фото: "[Движок](#)"

---

Адрес страницы: <http://brateevo.mos.ru/presscenter/news/detail/7467571.html>

---

[Управа района Братеево](#)