

## **Участники «Московского долголетия» смогут записаться на зимние активности в декабре**

30.11.2018

Список направлений «Московского долголетия» пополнится новыми активностями, актуальными для холодных месяцев. Представители серебряного возраста смогут записаться на занятия уже с 1 декабря. Какие виды спорта освоят жители района этой зимой, редакции газеты «Братеево» рассказали в местном центре социального обслуживания.

Старшее поколение не оставит физкультуру на свежем воздухе даже в морозы. Опытные инструкторы поставят участников «Московского долголетия» на лыжи и снегоступы. Пенсионеры промчатся по трассам в парках «Садовники» и «Борисовские пруды». Для кого-то это станет новым увлечением и настоящим открытием, а другие участники проекта вспомнят молодость и восстановят навыки. Также пенсионеры научатся ходить на снегоступах – самом древнем приспособлении для передвижения по снегу. Кроме того, в центрах социального обслуживания начнут набирать группы для занятий по закаливанию организма.

«Мы уже проанонсировали открытие новых направлений, они вызвали настоящий ажиотаж среди участников «Московского долголетия». Многие пенсионеры проявили интерес к оздоровительным процедурам. Я считаю, что зимние активности – это отличное нововведение, которое будет пользоваться популярностью. Группы точно не окажутся пустыми, ведь все наши подопечные – за активный образ жизни», – поделилась мнением с редакцией главный специалист по мониторингу филиала «Братеево» ТЦСО «Орехово» Анастасия Никитина.

---

Адрес страницы: <http://brateevo.mos.ru/presscenter/news/detail/7735149.html>

---

[Управа района Братеево](#)