

Спортивные тренировки запустили в Таганском парке

14.07.2020



Бесплатные спортивные тренировки начнут проводить в Таганском парке. Об этом сообщили 13 июня.

Присоединиться к занятиям по древнекитайской гимнастике цигун пригласили всех желающих. Такие тренировки включают в себя дыхательные упражнения и медитативные практики. Комплекс направлен на повышение гибкости и координации движений.

На [сайте](#) мэра Москвы рассказали, что регулярные спортивные тренировки на свежем воздухе запустили в 23 парках. Жители столицы могут освоить приемы бокса, научиться бегать с пользой для здоровья и заняться скандинавской ходьбой.

Адрес страницы: <http://tagan.mos.ru/presscenter/news/detail/9023517.html>

[Управа Таганского района города Москвы](#)