

Секции для людей старшего поколения откроются в районе Солнцево

03.04.2015

Пилатес и калланетика полезны для укрепления мышц и поддержания тонуса

Активные граждане района Солнцево помогли спортивно-досуговому центру «Радуга» в разработке новой программы, ориентированной на людей старшего поколения.

В ходе опроса в проекте «Активный гражданин» жители района выбрали виды спорта, которые больше всего подходят пожилым людям. Большинство участников голосования считают, что в первую очередь нужно организовать групповые занятия пилатесом и калланетикой. Эти системы физических упражнений будут полезны для укрепления мышц и поддержания тонуса. За них проголосовали 32,5% респондентов. Чуть меньше – 31,5% – предпочли секцию ОФП (общей физической подготовки). 15% участников опроса выбрали скандинавскую ходьбу, а 11% – настольный теннис.

Также в ходе голосования участники проекта из района Солнцево активно предлагали свои варианты. В частности, многие жители считают, что на базе центра «Радуга» необходимо открыть танцевальную секцию.

ПРАВИТЕЛЬСТВО
МОСКВЫ

АКТИВНЫЙ
ГРАЖДАНИН

Ты решаешь!
Электронный референдум
ag.mos.ru

Download from
Windows Phone Store

ЗАГРУЗИТЕ НА
Google play

ЗАГРУЗИТЕ НА
App Store

+0 8126

Адрес страницы: <http://kuntsevo.mos.ru/presscenter/news/detail/1711917.html>

[Управа района Кунцево](#)