

В Кунцево пройдет фитнес для мамочек

21.06.2018

28 июня в культурном центре «Зодчие» пройдет очередное занятие «Фитнес и танцы для мам с детьми». Об этом сообщается на сайте культурного учреждения.

Занятие проведёт хореографом с классическим танцевальным образованием, автор собственной методики занятий Юлия Иванова. Участников ждёт: растяжка; упражнения для восстановления организма после родов; жиросжигание; много энергии, общения и позитива. Для детей разработана своя программа, которая включает: игры и упражнения рядом с мамами; работу с «утяжелителями»; танцы под детские песни.

Участие бесплатное. С собой необходимо взять удобную одежду и обувь для себя и ребенка, а также питье и любимые игрушки. Необходима регистрация по [ссылке](#).

Адрес страницы: <http://kuntsevo.mos.ru/presscenter/news/detail/7406525.html>

[Управа района Кунцево](#)