Тренировки со спортсменами: мастер-классы по легкой атлетике проведут в «Лужниках»

27.07.2023

В олимпийском комплексе «Лужники» с 1 августа по 10 сентября проведут тренировки и мастер-классы по легкой атлетике. Их организуют в рамках Московского урбанистического форума.

Занятия подойдут как любителям, так и опытным спортсменам, сообщили насайте мэра Москвы. Мастер-классы организует Департамент спорта города совместно с беговым сообществом.

Тренировки проведут профессиональные спортсмены. Так, уже 1 августа в день открытия бегового центра, занятие организует Наталья Назарова, чемпионка мира по легкой атлетике и двукратный призер Олимпийских игр.

Напомним, что беговой центр будет открыт ежедневно с 7:00 до 21:00. Тренироваться здесь могут беговые и корпоративные клубы, профессиональные атлеты и любители. Несколько раз в неделю занятия будут проводить инструкторы бегового сообщества. На тренировки нужно записываться заранее. Для гостей «Лужников» в открытом доступе будут беговые дорожки, сервис-зона с раздевалками и камеры хранения.

Кстати, в зоне общей физической подготовки и растяжки можно заниматься самостоятельно, со своим тренером или присоединиться к мастер-классам и групповым тренировкам.

Вход на все мероприятия бесплатный по предварительной регистрации.

Адрес страницы: http://cao.mos.ru/presscenter/news/detail/11739991.html

---