

Пенсионеры Мещанского района станцуют зумбу

31.10.2017



Занятия зумбой для посетителей организуют в Центре социального обслуживания «Мещанский». Тренировки по танцам начнутся в середине ноября.

- В настоящее время идет набор в группы. Зумбой можно заниматься всем, у кого нет противопоказаний к фитнесу и танцам. Каждый пенсионер будет тренироваться по мере своих возможностей. Все занятия бесплатные, - рассказала культорганизатор ТЦСО «Мещанский» Людмила Патенкова.

По ее словам, Зумба – это ритмическая гимнастика под музыку. Танцоры получают заряд бодрости и отличного настроения на весь день. Зумба помогает развить пластику, улучшить работу дыхательной системы и кровообращения.

Центр социального обслуживания «Мещанский» находится по адресу: Переяславский переулок, дом 6. Записаться на занятия можно по телефону: 8 (499) 763-17-58.

Адрес страницы: <http://cao.mos.ru/presscenter/news/detail/6949625.html>

[Префектура ЦАО](#)