

Нагрузка рассчитана на участников проекта.

Многие жители нашего города, участвуют в тренировках по дыхательной гимнастике, которую в зале спорткомплекса каждую пятницу в 10:00 час. проводит Михаил Набокин.

Все упражнения по физической нагрузке рассчитаны на участников проекта "Активное долголетие". Занятие полезные, повышают общий тонус не только самочувствия, но и настроения.

Разнообразьте свой досуг!

Присоединяйтесь к нам!

Будьте здоровы!

#спорткомплекскотельники

#Котельники

#живуспортом

#спортподмосковья

#нашеподмосковье

#спортвкотельниках

#мывместе

#котельникикомандаработает

#КотельникиГлаваЖигалкин

