

## **«Живу Спортom» в Instagram и ZOOM**

*Вчера, 2 ноября, стартовал новый этап онлайн-тренировок «Живу спортом». Сегодня директор МСОАУ "Спорткомплекс Котельники" Михаил Набокин принял активное участие в тренировке.*

---

*«Пандемия коронавируса сделала режим онлайн привычной частью повседневной жизни. Тренировки в прямом эфире – востребованный формат. Это подтверждают данные: за время проведения первых онлайн-тренировок «Живу Спортom» в Instagram и ZOOM к ним присоединились более 300 000 человек. Активный образ жизни – неотъемлемая составляющая современного здорового человека. И сейчас квалифицированные тренеры готовы продолжать помогать поддерживать физическую форму в онлайн-режиме», – сказал министр физической культуры и спорта Московской области Роман Терюшков.*



---

#спорткомплекскотельники  
#КотельникиГлаваЖигалкин  
#КотельникиКомандаРаботает  
#КотельникиТолькоВперед  
#ЖивуСпортom  
#ЖивуСпортomзооттренировки  
#СпортПодмосковья  
#НашеПодмосковье  
#СпортвКотельниках