

# Всероссийский социально-спортивный проект «Зелёный фитнес»

[https://teremok-vdubrovo.tvoysadik.ru/news-svc/item?id=1066598&lang=ru&type=news&site\\_type=](https://teremok-vdubrovo.tvoysadik.ru/news-svc/item?id=1066598&lang=ru&type=news&site_type=)





## Зелёный фитнес

06.10.2020

Спорт, ребята, очень нужен. Мы со спортом очень дружим.

В нашем городском округе для приобщения жителей посёлка к активному и здоровому образу жизни был организован «Женским советом» социально-спортивный проект «Зелёный фитнес».

На протяжении всего проекта я принимала участие в качестве участника и в качестве приглашённого тренера. Мною были проведены разного вида тренировок: силовая, табата, интервальная, суставная, парная.

Зелёный фитнес побывал в гостях и у детского сада «Теремок». Я провела парную тренировку для детей и их родителей. Это было замечательное приключение с бурей эмоций и позитива! Спасибо всем деткам и родителям, которые активно занимались спортом под зажигательную музыку!

Просмотров всего: 21 сегодня: 1

☆☆☆☆ Рейтинг:0. Оценили:0.



Активация Wi  
Чтобы активировать  
"Параметры".