

Йога выходит в парки САО

02.06.2015



Начиная с июня в Москве начинается оздоровительный проект "Йога в парках". На протяжении трех летних месяцев в парках Москвы будут проходить интересные занятия йогой, в которых могут принять участие как начинающие, так и опытные спортсмены, также занятия могут посещать дети и будущие мамы. В Северном округе такие занятия будут проходить в четырех парках: парк Дружбы, парк Воровского, парк Дубки, Березовая роща.

Необходимо отметить, что занятия йогой в парках будут проходить уже второй год подряд. В текущем году еще большее число парков принимают участие в данном проекте. Как сообщили специалисты пресс-службы проекта в парках будут проходить занятия по самым разным видам йоги, будут специальные занятия для детей, будущих мам, людей старшего поколения. Все занятия будут проводить профессиональные спортсмены, которые являются тренерами в крупных спортивных клубах Москвы.

Для того, чтобы принять участие в занятиях не требуется предварительной регистрации, посещение занятий бесплатное. Также специалисты сообщили, что оборудования для занятий может хватить не всем, поэтому, по возможности, нужно приносить с собой коврики.

Более подробную информацию можно найти на официальном сайте проекта «Йога в парках» <http://parks.yogajournal.ru/>

Источник: [информационный портал газеты «Север столицы»](#)

Адрес страницы: <http://koptevo.mos.ru/presscenter/news/detail/1905110.html>

[Управа района Коптево города Москвы](#)