

Занятия по китайской гимнастике «Цигун» смогут посетить жители района

17.02.2017

В центре досуга и спорта «Южный» открылся спортивно-оздоровительный клуб «Пантера». Об этом сообщается на официальном сайте учреждения.

Центр приглашает на занятия всех желающих от 18 лет.

В рамках обучающей программы членов спортивно-оздоровительного клуба научат специальной китайской гимнастике «Цигун» для улучшения работы сердца, печени, лёгких, селезенки, почек. Тренеры проведут занятия по владению спортивными видами оружия (нунчаки, палка, копье, китайский веер, меч Дао, Меч Цзянь, Парные Ножи).

Кроме того, в рамках программы спортсменам расскажут основы дыхательной гимнастики и специальной пальчиковой гимнастики для развития мелкой моторики пальцев.

Записать на занятия можно на официальном сайте центра досуга и спорта «Южный».

Более подробную информацию можно получить по телефону: 8-499-725-78-48.

Адрес страницы: <http://orehovo-borisovo-juzhnoe.mos.ru/presscenter/news/detail/4984447.html>

[Управа района Орехово-Борисово Южное](#)