

Долголеты ЮАО начали неделю с заряда бодрости

21.08.2019

Спортивное и творческое занятие «Бодрый понедельник» провели на танцевальной площадке в государственном музее-заповеднике «Царицыно» 19 августа. Об этом сообщается на [странице](#) Территориального центра социального обслуживания «Орехово» в социальной сети ВКонтакте.

Участники проекта «Московское долголетие» утром в понедельник занимались танцами, изобразительным искусством и скандинавской ходьбой. Занятие по хореографии для долголетов Южного округа провел преподаватель ТЦСО «Орехово» Артем Огурцов. Он также руководит танцевальным коллективом «Пуговки». Живописью участники «Бодрого понедельника» смогли заняться на пленэре «Яблоневый сад». Кроме того, им показали базовые навыки, необходимые для грамотных и полезных nordических прогулок.

На утреннем тренинге новички могли проконсультироваться со специалистами Центра социального обслуживания на тему открытых занятий в районе и округе. Утренние мероприятия для активных долголетов проводят еженедельно - в понедельник и четверг. Они начинаются в 10:00 на танцевальной площадке в «Царицыне».

Фото: [ТЦСО «Орехово»](#)

Адрес страницы: <http://orehovo-borisovo-juzhnoe.mos.ru/presscenter/news/detail/8298797.html>

[Управа района Орехово-Борисово Южное города Москвы](#)