

Валентина Касьянова: на фестивале скандинавской ходьбы была рада видеть и друзей, и соперников

02.09.2019

Жительница Орехова-Борисова Южного леги 55+ Валентина Павловна Касьянова приняла участие в рекордном забеге на два с половиной километра фестиваля скандинавской ходьбы. Праздник проекта "Московское долголетие" прошел на территории спортивного комплекса "Лужники" в субботу, 31 августа. Организатором выступил департамент труда и социальной защиты населения Москвы.

Всего от ТЦСО "Орехово" в фестивале поучаствовало 70 активистов. Помимо спортсменов серебряного возраста, на празднике также присутствовали их родственники и друзья. Например, Валентину Касьянову активно поддерживала ее дочь – Лидия Чегодаева. По ее словам, Валентина Павловна является ярким примером спортивного долголетия не только для родных, но и для многих знакомых.

"Проект "Московское долголетие" действительно помогает маме и физически, и морально. Вся семья любит спорт и принимает участие в различных мероприятиях", - подчеркнула Лидия Вячеславовна. Валентина Касьянова одной из первых в Москве начала исследовать влияние скандинавской ходьбы на здоровье. В середине 2018 года она начала заниматься с тренером на занятиях "Московского долголетия" и только повысила свои профессиональные навыки. Валентина Павловна также отметила яркие впечатления от встречи с друзьями и марафона на два с половиной километра на фестивале в "Лужниках".

- Я рада была не только хорошо знакомым участникам по проектам для "Московского долголетия", но и новым соперникам. Мне понравилась трасса и соревновательный дух, который витал в воздухе на территории спортивного комплекса.

Всего в основном забеге с рекордом "Самый массовый старт соревнований по скандинавской ходьбе среди людей старшего возраста" поучаствовало более 300 жителей Южного округа серебряного возраста. Объединенная команда ЮАО завоевала серебряные награды в общем зачете фестиваля скандинавской ходьбы в "Лужниках".

Вместе со спортсменами Юга Москвы за главные призы боролись более трех тысяч участников программы Правительства столицы. Параллельно на сцене для гостей праздника выступали певица Валерия и группа "Моральный кодекс".

Программе "Московское долголетие" дали старт в марте 2018 года. Спустя полтора года в ее мероприятиях – спортивных, творческих и культурных – участвует более 160 тысяч горожан "серебряного" возраста. Записаться можно в любом филиале ТЦСО или учреждении, на базе которого проходят занятия, а также в офисах "Мои документы".

Читайте еще:

[«Бывает такая нагрузка, что ждешь выходных. А потом узнаешь, где проходят экскурсии от проекта, и мчишь туда»](#)

Фото предоставили сотрудники УСЗН ЮАО

Адрес страницы: <http://orehovo-borisovo-juzhnoe.mos.ru/presscenter/news/detail/8322346.html>

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