

Несколько видеороликов о фитнесе опубликовали работники Центра «Южный»

21.01.2021

Работники центра «Южный» 21 января опубликовали несколько видеороликов на спортивную тематику.

Записи разместили на [странице](#) культурного учреждения в социальных сетях. Первый ролик — виртуальное занятие, на котором тренер Центра показала, как правильно делать комплекс упражнений. Они совмещены с элементами латиноамериканских танцев. Онлайн-урок прошел под веселую музыку.

Во втором видеоролике специалист продемонстрировала ряд упражнений, направленных на укрепление мышц.

Ранее сотрудники культурного учреждения разместили запись мастер-класса, который провели в рамках цикла «Зимняя фантазия».

Адрес страницы: <http://orehovo-borisovo-juzhnoe.mos.ru/presscenter/news/detail/9655949.html>

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