

Сезон «Йоги в парках» стартовал в «Садовниках»

01.06.2017

Сегодня в парке «Садовники» стартует новый сезон проекта «Йога в парках». В его рамках посетители парка займутся классической хатха-йогой, различными направлениями с элементами пластики и правильного дыхания и даже йога смеха. Бесплатные занятия организует Мосгорпарк совместно с клубом «Абрау-йога».

«Большое внимание будет уделено технике правильного дыхания: пранаяма, хатха-йога с элементами пластики, занятия по цигуну и телесной терапии и другим практикам», - рассказали редакции газеты «Нагатино-Садовники» в пресс-службе Мосгорпарка.

Расписание можно посмотреть на сайте yoga-parki.ru. На занятие нужно приносить свои коврики.

Отметим, что проект «Йога в парках» проводится уже пятый год подряд.

Читайте также

[ЖИТЕЛЬ РАЙОНА ДОБИЛСЯ ДЕМОНТАЖА ОГРАЖДЕНИЙ В ПАРКЕ «САДОВНИКИ»](#)

Адрес страницы: <http://nagatino-sadovniki.mos.ru/presscenter/news/detail/6089380.html>

[Управа района Нагатино-Садовники](#)