

Бесплатное занятие по спортивному ориентированию пройдет в парке 21 июня

20.06.2017

Бесплатное занятие по спортивному ориентированию пройдет в парке «Садовники» в среду, 21 июня.

Участники с помощью компаса и карты должны будут найти на местности некоторое количество контрольных пунктов, при этом каждый должен стараться добраться до финиша раньше других.

В пресс-службе парка отметили, что последовательность прохождения пунктов маршрута неизменна, но сам путь каждый выбирает себе сам, что и является главным плюсом спортивного ориентирования. Занятия включают в себя также беговую и лыжную подготовку и комплекс упражнений из йоги на укрепление спины.

Спортсмены соберутся в 15:00 у модуля Москомспорта.

Напомним, что в парке «Садовники» также проводятся бесплатные занятия [по английскому языку](#) возле главной сцены (по понедельникам в 16:00 и 17:00), [зумбе](#) около площадки проката (по субботам в 12:30) и [йоге](#) на лужайке у сцены (по вторникам и четвергам в 20:00 и субботам в 10:00).

Адрес страницы: <http://nagatino-sadovniki.mos.ru/presscenter/news/detail/6250041.html>

[Управа района Нагатино-Садовники](#)