

Учеников в студию пилатеса набирает центр досуга «Садовники»

22.02.2018

Набор в спортивную студию пилатеса объявили в центре досуга «Садовники» на проспекте Андропова.

«Пилатес – это вид спорта без кардионагрузки. Основная цель занятий – сделать фигуру грациозной, а тело – выносливым. Пилатес формирует правильную осанку, укрепляет позвоночник и развивает гибкость суставов. Кроме того, это идеальное средство для снятия эмоционального стресса после рабочего дня!», - отмечают сотрудники центра досуга.

Заниматься этим видом спорта смогут все желающие старше 14 лет. Занятия будут проходить в понедельник и четверг, в 20:00.

Более подробную информацию о занятиях в студии пилатеса можно получить по телефону: 8 (903) 228-00-59 и 8 (903) 236-07-50.

Адрес страницы: <http://nagatino-sadovniki.mos.ru/presscenter/news/detail/7166010.html>

[Управа района Нагатино-Садовники](#)