

Спортивное настроение: Фитнес-тренировка от «Москвы в движении»

15.02.2021



Активисты проекта «Москва в движении» возобновили спортивные встречи. Первую тренировку провел сертифицированный фитнес-тренер и фитнес-нутрициолог Артём Морозов.

В начале ребята сделали разминку, а затем перешли к основной части занятия, которая включала в себя упражнения на все группы мышц и растяжку. Фитнес-тренировки помогают ребятам быть в хорошем настроении и отличной спортивной форме.



Подробную информацию о занятиях, а также о других видах деятельности проекта «Москва в движении» можно узнать здесь: <https://vk.com/moscowinmotion>.



Адрес страницы: <http://centrprof.dtoiv.mos.ru/presscenter/news/detail/1108242.html>

[ГБУ города Москвы «Городской центр профессионального и карьерного развития»](#)