

Профессиональные тренеры проведут в Москве районные занятия по воркауту

22.12.2014

В рамках проводимого в проекте «Активный гражданин» электронного референдума жители столицы смогут определить места проведения занятий по воркауту. Участникам голосования надо указать, готовы ли они посещать такие тренировки, или же их лучше организовать в теплое время года. Мастер-классы по воркауту будут проводиться в том районе каждого из округов, где за посещение занятий проголосует больше всего жителей.

Воркаут, или по-другому уличный фитнес, набирает все большую популярность в России и за рубежом. Главная привлекательность этого вида спорта заключается в его доступности, поскольку он основан на известных всем отжиманиях, подтягиваниях и упражнениях на шведской стенке. В столице для желающих заниматься оборудовано около ста специальных площадок.

Зимой следующего года жители смогут проверить себя в воркауте под руководством профессионального тренера. Во всех округах Москвы будут проводиться бесплатные занятия. Освоить технику воркаута, а именно упражнения на уличных спортивных площадках этой зимой в Москве сможет каждый желающий.

Адрес страницы: <http://metr gorodok.mos.ru/presscenter/news/detail/1488687.html>

[Управа района Метрогородок](#)