

## Онлайн-тренировки: посетите «Спортивные выходные» в новом формате

09.10.2020

Тренировки проекта «Спортивные выходные» переходят в онлайн-формат. «Мои Документы» приглашают посетить виртуальные занятия и рассказывают о новых возможностях.

*«Забота о горожанах – это наша первостепенная задача. Сейчас мы приняли решение перевести проект в онлайн-формат. «Спортивные выходные» завоевали популярность у жителей столицы. Мы рады видеть положительные и искренние отзывы участников. Уверены, что новый формат будет не менее востребован, и мы вместе добьемся выдающихся результатов»,* – поделился Александр Гребенкин, заместитель директора центров госуслуг города Москвы.

В ближайшие выходные «Спортивные выходные» проведут первые онлайн-занятия для всех желающих. Не выходя из дома можно посетить функциональную тренировку, скандинавскую ходьбу и йогу. В ходе мастер-класса профессионалы расскажут теоретическую базу, а затем закрепят материал на практике.

Прямая трансляция будет проходить по субботам и воскресеньям на [YouTube-канале](#) проекта. В 10:00 стартует мастер-класс по йоге, в 12:00 начинается функциональная тренировка, в 14:00 – скандинавская ходьба.

Среди тренеров – именитые чемпионы, кандидаты и мастера спорта, профессиональные спортсмены.

В любом столичном центре госуслуг специалисты проконсультируют горожан и расскажут о новом формате проекта «Спортивные выходные».

Для участников создан [телеграм-канал](#) с возможностью обратной связи, где будут публиковаться новости, рекомендации и советы для новичков и продвинутых спортсменов.

Организаторы – Департамент спорта города Москвы совместно с центрами госуслуг «Мои Документы» и проектом «Здоровая Москва».

---

Адрес страницы: <http://md.mos.ru/presscenter/news/detail/9310956.html>

---

[ГБУ города Москвы «Многофункциональные центры предоставления государственных услуг»](#)