

В ближайшую субботу 6 августа в парке Дубки можно будет бесплатно заняться йогой

04.08.2016

В рамках оздоровительного проекта «Йога в парках» 6 августа в парке Дубки в Тимирязевском районе пройдет бесплатное занятие йогой. Практикум по хатха-йоге утром с 10:00 до 11:30 проведет Ивашова Кристина. Как и всегда, занятия состоятся только при условии хорошей погоды, в частности, отсутствия дождя. При себе необходимо иметь коврик. Предварительная запись не требуется.

Напомним, что «Йога в парках» проходит в Москве второй год подряд. На этот раз организаторы оздоровительного марафона – Мосгорпарк и портал Yoga Journal – подключили к проекту еще больше зеленых зон, причем не только в центре столицы, но и на периферии – в спальных районах.

Позаниматься на свежем воздухе упражнениями, полезными для души и тела, можно будет в парке Горького, саду «Эрмитаж», «Музееоне», ландшафтном парке «Митино», на ВДНХ и еще на нескольких десятках площадок, равномерно рассредоточенных по всей Москве.

На севере столицы пристанями индийских практик стали четыре зеленых зоны: парк Дружбы, парк Дубки, парк Воровского и Березовая роща.

БЕСПЛАТНЫЕ ЗАНЯТИЯ ЙОГОЙ В 30 ПАРКАХ МОСКВЫ



Адрес страницы: <http://timiryazevskiy.mos.ru/presscenter/news/detail/3475606.html>

[Управа района Тимирязевский города Москвы](#)