

Тренировка по боевым искусствам пройдет в парке и «Ангарские пруды»

30.08.2017



В субботу, 2 сентября, для всех желающих на территории парка «Ангарские пруды» проведут очередную бесплатную тренировку по боевому фитнесу combat.

Данное направление разработано на основе карате, кикбоксинга, тай-бо и тхэквондо. Об этом рассказал тренер, победитель чемпионата Москвы по боевому самбо и призер первенства Московской области по кикбоксингу Владимир Першай.

— Combat — это не только единоборства, не только удары ногами и руками. Это эффективная кардиотренировка на развитие гибкости и жиросжигание, — отметил Першай.

Тренировка начнется в 11.45. у Малого Ангарского пруда. Вход свободный. Уровень подготовки решающего значения не имеет. Дополнительную информацию можно получить по телефону 8 (985) 190-67-06. (ск)

Адрес страницы: <http://timiryazevskiy.mos.ru/presscenter/news/detail/6817456.html>

[Управа района Тимирязевский города Москвы](#)