

## Новая группа по фитнесу для «долголетов» открывается в «Центре культуры и спорта»

04.02.2019

Фитнес-группа для «долголетов» открывается в «Центре культуры и спорта». Первое занятие запланировано на 12 февраля.

«Время новых возможностей» - главный девиз проекта «Московское долголетие». В районном «ЦКиС» проходят занятия по танцам, которые пользуются большой популярностью среди активистов района Чертаново Северное. Сегодня руководство учреждения готовится к открытию нового направления для людей старшего поколения.

- Мы давно хотели открыть именно спортивную группу. Почему? Мы все-таки «Центр культуры и спорта», и это направление в нашем учреждении очень хорошо развито. Тренер поддержала мою инициативу. И вот - первое занятие запланировано на 12 февраля, - поделилась с редактором газеты «На Варшавке. Чертаново Северное» директор «ЦКиС» Анна Никифорова. - Вести занятия будет тренер клуба дзюдо и джиу-джитсу «Персей» Нина Борисовна Крывелева. У нее стаж работы более 30 лет. Заниматься «долголеты» будут в нашем спортивном зале - на татами.

Отметим, что Нина Крывелева - мастер спорта, судья международной категории по дзюдо и джиу-джитсу. Ее воспитанники - призеры и победители всероссийских и международных турниров по боевым искусствам. Представителям старшего поколения Нина Борисовна поможет укрепить мышцы и здоровье в целом, развить гибкость.

Записаться в группу по фитнесу можно либо в филиале «Чертаново Северное» территориального центра социального обслуживания «Чертаново», либо в «Центре культуры и спорта».

Фото: [ТЦСО «Чертаново»](#)

---

Адрес страницы: <http://chertanovo-severnoe.mos.ru/presscenter/news/detail/7864644.html>

---

[Управа района Чертаново Северное города Москвы](#)