

## Долголеты готовятся к спортивному рекорду

28.08.2019

Участники «Московского долголетия» пошли на новый рекорд. На фестивале скандинавской ходьбы в «Лужниках» более трех тысяч представителей серебряного возраста преодолеют дистанцию в 2,5 километра. Об этом изданию «На Варшавке. Чертаново Северное» сообщили в Департаменте труда и социальной защиты населения города Москвы (ДТСЗН). Спортивное мероприятие состоится в субботу, 31 августа.

«Почти половина активистов «Московского долголетия» выбирает именно спортивные направления проекта, скандинавской ходьбой занимаются более 11 тысяч человек. Летом это самое популярное направление досуга в московских парках - каждый третий участник выбирает его. И это неудивительно - скандинавская ходьба улучшает работу сердца, легких и мозга, тренирует 90 % мышц, омолаживает организм, а также позволяет больше времени проводить на свежем воздухе и, что немаловажно для старшего поколения, находить новых друзей», - сказал заместитель руководителя Департамента труда и социальной защиты населения города Москвы Владимир Филиппов.

В Южном округе в проекте «Московское долголетие» принимают участие более 35 тысяч человек. В районах округа развиты как творческие, так и спортивные направления. Есть группы по скандинавской ходьбе, которые в летний период тренируются в местных парках и скверах. Долголеты из Чертанова Северного посещают занятия в районном филиале Территориального центра социального обслуживания «Чертаново» (ТЦСО). Группа по скандинавской ходьбе летом занимается в Битцевском лесопарке. Секцию ведет сертифицированный тренер-инструктор Елена Громова. Устанавливать рекорд от района на фестиваль отправится делегация из 20 человек.

Отметим, что гостей мероприятия ждут не только соревнования: можно будет также сделать яркие фото, присоединиться к конкурсам, продегустировать прохладительные напитки и посетить концерт с участием российских исполнителей: Валерии, Натальи Королевой, Родиона Газманова и других.

Проект Мэра Сергея Собянина «Московское долголетие» по всей Москве объединил более 160 тысяч активистов. У представителей серебряного возраста появилась возможность посещать бесплатные кружки и секции в своем районе.

«Рост продолжительности жизни, повышение качества медицинских услуг, улучшение состояния здоровья пожилых людей постепенно формируют новое отношение к старшему возрасту как к «лучшей половине жизни», - отмечают в Департаменте труда и соцзащиты населения.

Чтобы стать участником программы долголетия, необходимо обратиться в районный ТЦСО. В Чертанове Северном организация находится по адресу: улица Чертановская, дом 1В, корпус 1.

Фото: ТЦСО «Чертаново»

Читайте еще: [Тренер по скандинавской ходьбе проекта «Московское долголетие» Лариса Бреднева: Здесь остаются настоящие спортсмены!](#)

---

Адрес страницы: <http://chertanovo-severnoe.mos.ru/presscenter/news/detail/8313401.html>

---

[Управа района Чертаново Северное города Москвы](#)