

На улице Свободы будут выполнять упражнения на гибкость и пластичность

30.05.2018



Мастер-класс по хатха-йоге пройдет 3 июня в парке «Северное Тушино» на улице Свободы. Занятие проведут на свежем воздухе.

— Сегодня хатха-йога довольно разнообразна в своем воплощении. По сути, каждый преподаватель, который не придерживается конкретной школы, может считаться представителем хатха-йоги. Заранее нельзя угадать, какой будет практика: быстрой, жесткой и динамичной или мягкой и плавной. Темп, последовательность упражнений, ритм и другие особенности занятия определяются каждым инструктором индивидуально, — рассказали представители проекта «Йога в парках».

Занятие состоится 3 июня в 10.00. Адрес парка: ул. Свободы, д. 56. При неблагоприятной погоде занятия не проводятся. Уточнить информацию можно у куратора по телефону 8 (916) 442-52-75 (Екатерина Демидова). (ск)

Адрес страницы: <http://kurkino.mos.ru/presscenter/news/detail/7362386.html>

[Управа района Куркино](#)