

## Секции для людей старшего поколения откроются в районе Солнцево

03.04.2015

*Пилатес и калланетика полезны для укрепления мышц и поддержания тонуса*

Активные граждане района Солнцево помогли спортивно-досуговому центру «Радуга» в разработке новой программы, ориентированной на людей старшего поколения.

В ходе опроса в проекте «Активный гражданин» жители района выбрали виды спорта, которые больше всего подходят пожилым людям. Большинство участников голосования считают, что в первую очередь нужно организовать групповые занятия пилатесом и калланетикой. Эти системы физических упражнений будут полезны для укрепления мышц и поддержания тонуса. За них проголосовали 32,5% респондентов. Чуть меньше – 31,5% – предпочли секцию ОФП (общей физической подготовки). 15% участников опроса выбрали скандинавскую ходьбу, а 11% – настольный теннис.

Также в ходе голосования участники проекта из района Солнцево активно предлагали свои варианты. В частности, многие жители считают, что на базе центра «Радуга» необходимо открыть танцевальную секцию.

ПРАВИТЕЛЬСТВО  
МОСКВЫ

АКТИВНЫЙ  
ГРАЖДАНИН

**Ты решаешь!**  
Электронный референдум  
[ag.mos.ru](http://ag.mos.ru)

Download from  
Windows Phone Store

ЗАГРУЗИТЕ НА  
Google play

ЗАГРУЗИТЕ НА  
App Store

+0 8126

Адрес страницы: <http://solntsevo.mos.ru/presscenter/news/detail/1711888.html>

---

[Управа района Солнцево](#)