**Скандинавская ходьба - чудесный способ укрепить своё здоровье!**

В рамках проекта «Мир – здоровый посёлок!» на базе Мирского городского Дома культуры прошло заседание любительского объединения «Собеседница».

Руководитель кружка «Ритм» отделения дневного пребывания для граждан пожилого возраста ГУ «Центр социального обслуживания населения Кореличского района» Левкович Инна Геннадьевна провела занятие по обучению скандинавской ходьбе, которое включало в себя инструктаж, разминку, различные техники ходьбы.

Все получили хороший заряд энергии, бодрости и хорошего настроения.

Пожелаем участникам «Собеседницы» и дальше заниматься скандинавской ходьбой, поддерживая себя в хорошей физической форме.











