

Вставай на лыжи!

Спортивный праздник «Вставай на лыжи!» состоялся на лыжной базе города Урай 17 февраля. Мероприятие было проведено с участием мужчин и воспитанников Дома ребенка.

В рамках недели сохранения мужского здоровья инструктор ЛФК Ольга Алексеева подготовила для участников спортивную программу.

Вначале ребята узнали, как правильно использовать лыжное оборудование. После инструктажа состоялся небольшой спортивный забег взрослых и детей.

Лыжная прогулка зарядила всех энергией и обеспечила хорошее настроение.

«Лыжи, как одно из направлений здорового образа жизни, улучшает физическую форму и укрепляет здоровье», - поделилась Ольга Владимировна.



Вставай на лыжи



