

Летом бесплатно позаниматься йогой можно будет в четырех парках САО

02.06.2015



Вчера в столице стартовал проект «Йога в парках», в рамках которого любой желающий сможет абсолютно бесплатно посетить занятия йогой, проходящие на территории парков – сообщает информационный портал газеты [«Север столицы»](#).

Всего в Москве для йоги выделено 30 площадок, из них четыре расположены в САО:

- парк Дружбы у «Речного вокзала»
- парк Воровского рядом со станцией метро «Войковская»
- Дубки на улице Немчинова
- Березовая роща в Хорошевском районе.

В прошлом году, когда данный проект стартовал впервые, задействованы были только центральные парки, однако в связи с тем, что «Йога в парках» получила большую популярность, в этом году было принято решение расширить список, включив в него также территории спальных районов.

Расслабиться душой и телом можно будет также в парке Горького, саду «Эрмитаж», «Музеоне», ландшафтном парке «Митино», на ВДНХ и т.д.

Йогу будут проводить сертифицированные преподаватели, многие из которых являются инструкторами ведущих спортивных и оздоровительных клубов столицы.

Для москвичей будет проводиться йога разных стилей в утреннее или вечернее время. Продолжительность одного занятия составит 1,5 часа.

Ознакомиться с расписанием занятий можно на сайте <http://parks.yogajournal.ru/>.

