

## **Укрепить иммунитет после зимы помогут физические упражнения**

18.02.2015

Дорогие жители Чертаново Центральное. Напоминаем вам, что на территории нашего района функционирует физкультурно-оздоровительный комплекс «Красный Маяк» Государственного бюджетного учреждения » МГФСО» Москомспорта.

Скоро начало весеннего сезона, поэтому пора подумать о физической форме и восстановить свои силы и здоровье после зимы. В связи с этим, оздоровительный комплекс приглашает всех желающих на индивидуальные и групповые занятия по различным направлениям в абонементные группы.

Занятия проводятся по таким направлениям, как пилатес, теннис, спортивные бальные танцы, детская оздоровительная гимнастика, общефизическая подготовка (группа «Здоровье»), настольный теннис. Также посетителям предлагаются услуги тренажерного зала и универсального спортивного зала для занятий по игровым видам спорта. Физические упражнения проходят под наблюдением медицинского работника.

Физкультурно-оздоровительный комплекс открыт для посещений ежедневно с 07.00 до 23.00.

Адрес: ул. Красного Маяка, д.28, корп.1.

Телефон: (495)387-57-36; (495)387-49-71.

---

Адрес страницы: <http://chertanovocentr.mos.ru/presscenter/news/detail/1594358.html>

---

[Управа района Чертаново Центральное](#)