

Ритмы сердца

С целью поддержания здоровья, укрепления мышц и суставов, улучшения координации и общего самочувствия на базе Ивановского территориального центра под руководством инструктора-вдохновителя и волонтера Ковалик Веры Ивановны проводятся физкультурные групповые занятия «Ритмы сердца», которые также дают возможность для граждан «серебряного» возраста оставаться активными и поддерживать социальные связи. Занятия построены таким образом, чтобы учитывать индивидуальные особенности каждого и оказывают положительное воздействие на психоэмоциональное состояние.

