

05.06.2020



## "Скандинавская ходьба в медицинской реабилитации и оздоровительных технологиях".

online

III Международный симпозиум

Мы приняли участие:

**СК "Верста"  
ГБУ ЦСД  
"Орион"**



23 мая 2020 года участники группы Московское долголетие, занимающиеся в секции СК «Верста» ГБУ ЦСД «Орион» приняли участие в III МЕЖДУНАРОДНОМ СИМПОЗИУМЕ «СКАНДИНАВСКАЯ ХОДЬБА В МЕДИЦИНСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ И ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЯХ».

Симпозиум проходил при поддержке Ассоциации частных клиник Москвы и ЦФО и Комитета по здравоохранению МГО «ОПОРА РОССИИ» под эгидой Сеченовского Университета в он-лайн формате.

Руководитель секции СК «Верста» Ирина Голоднюк сообщила, что вопросы, поднятые на симпозиуме имели большой практический смысл для любителей скандинавской ходьбы.

Программу симпозиума можно с легкостью назвать настоящим марафоном идей и потоком полезной информации. В докладах ведущих отечественных и зарубежных специалистов в области спортивной медицины и лечебной физкультуры, педагогов физической культуры и спорта были рассмотрены вопросы теории и практики применения комплексной физической реабилитации и оздоровительных методов с использованием скандинавской ходьбы, лечебной физкультуры и других занятий спортом для граждан страны. С десяти утра и до пяти вечера участники мероприятия в он-лайн режиме обсуждали актуальные темы, касающиеся занятий по скандинавской ходьбе и здоровью.

Живой интерес у слушателей вызвала лекция Караулова А.В., заведующего кафедрой клинической иммунологии и аллергологии Первого МГМУ им. И.М. Сеченова Минздрава России, академика РАН, проф., д.м.н. на тему «Физическая активность и иммунопрофилактика в условиях COVID». И это не удивительно.

Участницы группы Московское долголетие в режиме самоизоляции не прекращали занятия и регулярно проводили дистанционные тренировки со своим руководителем. Более того, активные и энергичные участницы написали и спели гимн, посвященный любимому занятию. Любой желающий, может послушать и посмотреть результат их коллективного творчества на канале YouTube.

Для участников, страдающих заболеваниями опорно-двигательного аппарата полезной стала информация о роли техники скандинавской ходьбы в вопросах реабилитации.

С удовольствием участники симпозиума приняли участие в практической части семинара по темам «Специальные упражнения для улучшения техники скандинавского шага» и «Дыхательная гимнастика и упражнения для тренировок в домашних условиях». Навыки, полученные в ходе практических мастер классов получили высокую отметку со стороны участников.

Сертификаты участников III Международного Симпозиума «СКАНДИНАВСКАЯ ХОДЬБА В МЕДИЦИНСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ И ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЯХ» заняли почётное место в коллекции грамот участниц группы Московское долголетие.

III Международный Симпозиум по скандинавской ходьбе  
в медицинской реабилитации и оздоровительных технологиях  
под эгидой Первого МГМУ им. И.М. Сеченова

Nordic  
health.ru



## СЕРТИФИКАТ УЧАСТНИКА

настоящий сертификат подтверждает, что

# Голоднюк Ирина Веславовна

участвовал(а) в работе симпозиума 23 мая 2020 года



**Председатель Симпозиума**  
Заведующий кафедрой спортивной  
медицины и медицинской реабилитации  
Сеченовского Университета, профессор

**Руководитель организационного комитета Симпозиума**  
Преподаватель кафедры спортивной медицины и медицинской  
реабилитации Сеченовского Университета, к.м.н.

Ачкасов Е.Е.

Володина К.А.

III Международный Симпозиум по скандинавской ходьбе  
в медицинской реабилитации и оздоровительных технологиях  
под эгидой Первого МГМУ им. И.М. Сеченова

Nordic  
health.ru



## СЕРТИФИКАТ УЧАСТНИКА

настоящий сертификат подтверждает, что

**Карпунова Лариса Николаевна**

участвовал(а) в работе симпозиума 23 мая 2020 года



**Председатель Симпозиума**

Заведующий кафедрой спортивной  
медицины и медицинской реабилитации  
Сеченовского Университета, профессор

**Руководитель организационного комитета Симпозиума**

Преподаватель кафедры спортивной медицины и медицинской  
реабилитации Сеченовского Университета, к.м.н.

Ачкасов Е.Е.

Володина К.А.

III Международный Симпозиум по скандинавской ходьбе  
в медицинской реабилитации и оздоровительных технологиях  
под эгидой Первого МГМУ им. И.М. Сеченова

Nordic  
health.ru



## СЕРТИФИКАТ УЧАСТНИКА

настоящий сертификат подтверждает, что

**Мамаева Татьяна Александровна**

участвовал(а) в работе симпозиума 23 мая 2020 года



**Председатель Симпозиума**

Заведующий кафедрой спортивной  
медицины и медицинской реабилитации  
Сеченовского Университета, профессор

**Руководитель организационного комитета Симпозиума**

Преподаватель кафедры спортивной медицины и медицинской  
реабилитации Сеченовского Университета, к.м.н.

Ачкасов Е.Е.

Володина К.А.

---

Адрес страницы: <http://orion.mos.ru/presscenter/news/detail/8947790.html>

---

[ГБУ центр спорта и досуга «Орион»](#)