

Сезон скандинавской ходьбы открыт.

07.08.2020



Любители "Скандинавской ходьбы", участники проекта "Московское долголетие" филиала Академический ТСЦО Зюзино открыли новый сезон.

6 августа в парке "Новые Черёмушки" состоялся спортивный праздник "Скандинавский променад". Инструктор ГБУ ЦСД "Орион" по скандинавской ходьбе Ирина Голоднюк провела конкурсы, в которых никому не пришлось скучать.

О конкурсах, о своих впечатлениях рассказывает Ирина:

"Программу "Весёлых стартов" я сделала с учётом постковидных рекомендаций, думаю, мои наработки могут кому-то и пригодиться.

1. ОЛИМПИЙСКИЙ ОГОНЬ. Представляли себя факелоносцами, вспоминали Олимпиаду 80, факелом был конус, передавали "огонь" с палки на палку.
2. ГОРЯЧАЯ СОСИСКА. В роли сосисок большие длинные шары, можно заменить на палки-стучалки для болельщиков. Палки для сх использовались на манер китайских палочек.
3. 2 ГОРЯЧИХ СОСИСКИ. Работа в паре, здесь были сложности в передаче "сосисок" следующей паре, но было очень весело.
4. ХОККЕЙ С МЯЧОМ. Палка вместо клюшки)).
5. РОМАШКА. Нарисовала мелом цветы, участники раскладывали палки по лепесткам."

Остаётся добавить, что проигравших в конкурсе не было, все остались довольны и получили на память памятные сувениры. Приятным подарком стало для всех завершение праздника. Концерт Натальи Шахматовой совместно с танцевальным коллективом "Мои года - моё богатство" принёс всем положительные и приятные эмоции.

Спасибо участникам события и ТСЦО Зюзино, филиал Академический за прекрасный праздник к Дню физкультурника.



Адрес страницы: <http://orion.mos.ru/presscenter/news/detail/9115270.html>

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