**Физкультурно-оздоровительный клуб «Здоровое движение»**

С нового творческого сезона в Районном Доме культуры работает новое клубное формирование -оздоровительный клуб "Здоровое движение", руководитель Макарова Гюльнара Агиятовна.

Приглашает всех желающих присоединиться к увлекательному миру здоровья и гармонии! Мы предлагаем разнообразные программы, направленные на укрепление вашего тела и духа. Наши занятия включают суставную гимнастику, которая помогает улучшить подвижность суставов и предотвратить их заболевания. Динамическая растяжка способствует увеличению гибкости и эластичности мышц, что особенно важно для поддержания активного образа жизни. А улучшение качества движений позволит вам двигаться легко и уверенно, наслаждаясь каждым шагом. Присоединяйтесь к нам и откройте для себя новые возможности своего организма!

Возрастная категория 18+, занятия проходят 3 раза в неделю, понедельник, среда, пятница с 19:00-20:00, цена занятия -50 руб.