Администрация города Омска

Департамент по делам молодежи, физической культуры и спорта

Россия, город Омск, 644043, ул. К. Либкнехта, 33 тел./факс: (3812) 20-16-81, sport-gorod@mail.ru

**Омичей приглашают к участию в йога-марафоне**

18 июня с 10:00 до 14:00 на стадионе в парке 300-летия города Омска
 (ул. Ватутина, 21/1) пройдет большой спортивный праздник «Йога-марафон», посвященный Международному дню йоги.

Стать участником «Йога-марафона» может любой желающий, вне зависимости от возраста и уровня физической подготовки. Программа проведения йога-марафона, предусматривает демонстрацию открытой йога-сессии, где тренеры и инструкторы йога студий и фитнес клубов нашего города представят асаны и комплексы упражнений из различных областей йоги.

Помимо традиционных направлений в йоге, таких как хатка-йога, йога для всей семьи, тренеры и инструкторы проведут асаны с элементами парной и расслабляющей йоги. Нововведением спортивного праздника в этом году станет «Беби-йога» включающая в себя комплексы упражнений для занятий с ребенком. Стоит отметить, что занятия являются бесплатными для всех участников.

Департамент по делам молодежи, физической культуры и спорта Администрации города Омска приглашает всех желающих 18 июня присоединиться к спортивному празднику «Йога-марафон» в парке 300-летия города Омска и напоминает участникам, что с собой необходимо иметь коврик.

− Занятия йогой обеспечивают целостный подход к здоровью, - отметил директор департамента по делам молодежи, физической культуры и спорта Администрации города Омска Михаил Расин. В нашем городе, стало уже хорошей традицией проведение «Йога-марафона». Ежегодно наблюдается тенденция увеличения числа участников, проявляющих интерес к практикам различных направлений йоги. Приятно что, древняя индийская традиция по укреплению здоровья человека, актуальна и в современном мире.

Партнеры мероприятия: спортивный комплекс «Азарт», семейный клуб «Жирафик», центр здоровья и развития «Фомальгаут +», йога центр «Аманда», студия йоги «Ежи», фитнес клуб «Alex Fitness».

Информационные партнеры – радио «Милицейская волна» и «Новое радио».

Стоит отметить, что с 3 июня 2017 года в парках, скверах и на спортивных площадках города начал свою работу проект «Йога в парках и фитнес зарядки». В течение всего летнего периода, под руководством профессиональных тренеров, для всех желающих проводятся бесплатные занятия по йоге и фитнесу, так же ежедневно проходят массовые физкультурно-оздоровительные зарядки, физкультурно-оздоровительная гимнастика для людей пожилого возраста и занятия по скандинавской ходьбе. С более подробной информацией о времени и местах проведения занятий можно ознакомиться в расписании.

*Пресс-служба департамента по делам молодежи, физической культуры и спорта*

 *Администрации города Омска, 20-16-81(89081064121)*