**Сидим дома и остаёмся в форме **⠀
Пандемия сильно подпортила планы поклонников физической культуры. Сейчас посещение спортивных залов и фитнес-центров ставит под угрозу наше здоровье! Но физические нагрузки никто не отменял. Что же делать? 
⠀
Существует единственно верное решение – тренироваться дома
⠀
Совместно с федеральным проектом «Зелёный фитнес» мы подготовили серию информативных роликов о домашнем спорте.
⠀
Включаем и начинаем тренировку  https://vk.com/club131053026

⠀
[#ГТО](https://vk.com/feed?section=search&q=%23%D0%93%D0%A2%D0%9E) [#подтяниськдвижению](https://vk.com/feed?section=search&q=%23%D0%BF%D0%BE%D0%B4%D1%82%D1%8F%D0%BD%D0%B8%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%B4%D0%B2%D0%B8%D0%B6%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8E)

