**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)

