

## **Любовь Духанина открыла лекцию о фитнесе для участников «Московского долголетия» в ЮАО**

27.11.2019

Встречу, посвященную фитнесу и здоровому образу жизни, открыла депутат Государственной думы Российской Федерации Любовь Духанина в Территориальном центре социального обслуживания (ТЦСО) «Чертаново» 26 ноября.

Организатором мероприятия выступило Всероссийское общество «Знание». Лекция состоялась по программе проекта «Лучшие лекторы страны – населению». Узнать о секретах здорового образа пришли участники проекта «Московское долголетие». Кроме того, велась прямая трансляция занятия. Благодаря телемосту, у активистов ТЦСО «Орехово» появилась возможность задать интересующие их вопросы онлайн.

– Сегодня мы вместе попробуем разобраться в главных ошибках, которые можно совершить, занимаясь фитнесом, – пояснила Любовь Николаевна, обращаясь к слушателям.

Лектором выступила доцент кафедры спортивной медицины Сеченовского Университета, кандидат медицинских наук Светлана Руненко. Она рассказала собравшимся о том, что фитнес – это не просто тренировки, а целый образ жизни, который сочетает в себе и правильное питание, и физические упражнения, и многое другое.

Более подробно о лекции читайте на сайте газеты [«Обозрение. Бирюлево Западное»](#).

### **СПРАВКА**

Любовь Духанина представляет в Государственной думе России территориально-избирательный округ № 203. Среди семи районов Южного округа, которые его составляют, находится и Зябликово.

---

Адрес страницы: <http://zyablikovo.mos.ru/presscenter/news/detail/8520913.html>

---

[Управа района Зябликово города Москвы](#)