

АКЦИЯ «ТРЕНИРУЙСЯ ДОМА. СПОРТ – НОРМА ЖИЗНИ»

В целях поддержания физической активности населения в период самоизоляции из-за распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19), Министерство спорта Российской Федерации запустило акцию «Тренируйся дома. Спорт – норма жизни».

Ранее министр спорта Олег Матыцин в своем обращении к спортивной общественности попросил детских тренеров поддержать своих воспитанников, объяснять как эффективно и безопасно тренироваться дома, а спортсменов поддерживать своих воспитанников, объяснять как эффективно и безопасно тренироваться дома, а спортсменов показывать на своем примере в социальных сетях как поддерживать физическую форму в домашних условиях людям разных возрастов.

Каждый день заслуженные тренеры РФ, спортивные школы и федерации размещают в своих социальных сетях видеоролики, мастер-классы, видеоуроки для проведения тренировок в домашних условиях с хештегами [#тренируйсядома](#) [#спортнормажизни](#).

Жители Костромской области от олимпийских чемпионов до любителей спорта также могут принять участие в данной акции.

Условия акции просты: фото и видео материалы занятий спортом в домашних условиях необходимо выкладывать в социальные сети с тремя хештегами [#спорт44](#) [#тренируйсядома](#) [#спортнормажизни](#).

За дополнительной информацией обращаться:

К консультанту сектора развития массовой физической культуры и спорта высших достижений комитета по физической культуре и спорту Костромской области Корниловой Анастасии Андреевне, тел. (4942) 31-34-29.