



ТОГАУК «МУЗЕЙНЫЙ КОМПЛЕКС «УСАДЬБА АСЕЕВЫХ»

☎(4752) 63-64-71 ✉mk-aseeva@yandex.ru 🌐http://www.mk-aseeva.ru

392000, Тамбовская область, г. Тамбов, ул. Набережная, 22/1

Пресс-релиз

2017 – Год экологии в России

Всё лето 2017 заряжайтесь энергией и позитивом в «Усадьбе Асеевых»!

Музейный комплекс объявляет

ДНИ ЗДОРОВЬЯ В «УСАДЬБЕ АСЕЕВЫХ»!

в 07.30 5, 12, 17, 28 июля и 2, 9, 16, 30 августа

Музейный комплекс «Усадьба Асеевых» приглашает всех любителей спорта, физической культуры и здорового образа жизни начать свой летний день с позитивной зарядки. Всё лето в умиротворяющей атмосфере живописного Асеевского парка будут проходить Дни здоровья – утренние занятия по Кундалини Йоге.

Это уникальная оздоровительная методика в традиции школы Йоги Бхаджана, которая поможет научиться правильно дышать, снять стресс и накопившуюся усталость, зарядиться энергией природы, хорошим настроением, стать более гибким, выносливым, стройным, нормализовать работу всего организма и обрести гармонию с миром и с самим собой.

Атмосфера Асеевского парка, где так приятно сидеть на траве в тени столетних деревьев, слушать чарующие птичьи трели, любоваться игрой солнечных лучей и радужными брызгами фонтана, превратит тренировки в удовольствие для души и тела, подарит заряд ярких эмоций, радости и лёгкости.

Занятия проводит опытный тренер Наталия Абакумова. Участники собираются в 07:30 в обозначенные дни у главного входа в Музейный комплекс «Усадьба Асеевых». Для занятий необходимы удобная одежда, бутылочка воды и коврик для йоги.

Записаться в группу и узнать подробности проведения Дней здоровья можно по телефону: **8 920 483 77 73.**

Начните утро с улыбки и подарите себе заряд бодрости на весь день!

Ждём Вас в Музейном комплексе «Усадьба Асеевых»!

г. Тамбов, ул. Набережная, д. 22/1

тел. + 7 /4752/ 63 64 69, 63 64 71