

**Запрошуємо долучитися всіх бажаючих до онлайн-занять
«Соматичні рухи як засіб для покращення функціонування і
відновлення здоров'я»!**

Основна мета – покращення процесів психофізичного усвідомлення, функціонування, самопочуття через навчання рухам.

Проводить заняття *Юрій Миколайович Волощенко*, старший викладач кафедри спорту та фітнесу, сертифікований викладач з соматyki.

Заняття відбуваються щосуботи о 12:00 на платформі Zoom. Тривалість – до 1,5 год.

Заняття безкоштовні, реалізуються у рамках соціального проєкту «З Києвом і для Києва», долучитися можуть усі охочі, незалежно від місця проживання та фізичної підготовки.

Якщо Ви бажаєте приєднатися до навчання або маєте запитання, просимо зареєструватися за [ПОСИЛАННЯМ](#).