**ИЮНЬ**

9 июня Архангельск присоединился к Всероссийской акции «10 000 шагов к жизни», которая прошла одновременно более чем в 150 городах и поселках во всех субъектах РФ. Акция основана на рекомендациях ВОЗ — проходить в день от 6 до 10 тысяч шагов для поддержания минимума нормальной физической активности человека.

По инициативе Архангельского центра медицинской профилактики, энтузиасты пешей ходьбы прошли по маршруту от Северного морского музея до детской библиотеки им. Е.С. Коковина. Перед стартом была организована разминка.

Настроение у участников акции было прекрасное как на старте, так и на финише. Прогулка пешком в энергичном темпе не только повысила хорошее самочувствие, но и способствовала улучшению показателей физического здоровья.

В акции приняло участие 53 человека.

Волонтеры 5 чел.





