

СЕЛЬСКОЕ ПОСЕЛЕНИЕ

## Прогулка для здоровья



Еще сравнительно недавно о скандинавской ходьбе мы мало что знали или не знали вовсе. Сейчас же вид человека, шагающего по улице с палками, ни у кого не вызывает удивления.

Вот и в Грибанове решили приобщаться к этому доступному виду спорта. Этой идеей местных жителей заразила Людмила Владимировна Шумская, библиотекарь сельской

библиотеки. Поговорила с односельчанами и предложила сорганизоваться в группу здоровья. Пока откликнулись 6 человек, но есть надежда, что к ним постепенно присоединятся и другие жители деревни.

Днем рождения группы, название которой ее участники еще не придумали, можно считать 19 ноября, когда состоялся первый выход. Дистанции посиль-

ные – от 1 километра и больше.

Людмила Владимировна надеется, что занятиям группы не помешает и плохая погода. Она говорит, что в ненастные дни можно заниматься оздоровительными упражнениями в помещении сельского ДНТ и библиотеки, с участниками группы также будут проводиться беседы на темы здорового образа жизни.