

10.01.2025 09:01

**Мастер-класс по лыжам для семей сотрудников Ногинского СЦ**



29 декабря и 5 января в Ногинском ордена Жукова спасательном центре МЧС России про

Тренировку провели призер спартакиады МЧС России по лыжным гонкам, мастер спорта

В начале обучающего урока, присутствующим рассказали о подготовке, преимуществах и передвижения на лыжах.

Мастер-класс по лыжной подготовке будет состоять из 5 этапов, по итогам которого буду

---