



## **Министерство спорта Нижегородской области**

### **Министерство спорта Нижегородской области запускает флэшмоб «Ни дня без спорта»**

В связи с приостановлением на территории Нижегородской области проведения спортивных массовых мероприятий, деятельности государственных и муниципальных спортивных учреждений, а также временному закрытию бассейнов, фитнес-центров и других объектов физической культуры региона министерство спорта Нижегородской области запускает проект «Ни дня без спорта».

Цель проекта: привлечь нижегородцев к занятиям физической культурой и спортом не выходя из дома.

Как отмечает, и.о. министра спорта Нижегородской области **Алина Горшунова**: *«Спорт – неотъемлемая часть жизни каждого человека. Здоровье и долголетие россиян невозможно без физической активности. Сейчас в период эпидемии крайне важно проявить заботу о себе и своем благополучии, именно поэтому мы приглашаем всех жителей нашего региона присоединиться к спортивному движению и начать свою спортивную историю с мини-тренировок в домашних условиях. Приятным бонусом для всех участников будет хорошая фигура и улучшение самочувствия».*

Ежедневно на информационных порталах министерства, а именно в социальных сетях Вконтакте и Instagram, будут опубликованы видео-материалы с зарядкой, комплексами упражнений и мини-тренировками для всех желающих. Выполнять упражнения можно каждый день без применения дополнительного оборудования.

В министерстве твёрдо уверены, что отмена соревнований, тренировочных и зрелищных мероприятий не повод забывать о физической активности. Таким образом, принять участие в спортивном движении может любой желающий,

отправив свой вариант домашней тренировки на адрес электронной почты [nataliemorozova@inbox.ru](mailto:nataliemorozova@inbox.ru), либо отметив официальную страницу организаторов в своём посте.

Ссылка на сообщество ВКонтакте: <https://vk.com/public169046770>

Instagram-аккаунт: [https://www.instagram.com/minsport\\_nn/](https://www.instagram.com/minsport_nn/)

Старт флэшмоба запланирован на 30 марта 2020 года. Обладатели самых ярких видеороликов получают сувенирную продукцию от регионального минспорта. Победители определяются по количеству набранных просмотров. Итоги будут подведены после выхода особого распоряжения Губернатора Нижегородской области о возобновлении работы спортивных учреждений региона.

В связи с вышеизложенной информацией просим Вас принять участие в старте проекта: подготовить видео-материал от спортсмена, тренера, либо руководителя Вашей организации в срок до 27 марта 2020 года и направить его на адрес электронной почты: [nataliemorozova@inbox.ru](mailto:nataliemorozova@inbox.ru). Контактное лицо: Морозова Наталья – пресс-атташе министерства спорта Нижегородской области, тел. 8-960-199-65-00.