



اجرای برنامه یوگا در طبیعت توسط کمیته یوگای شمیرانات

کمیته یوگای هیئت ورزش‌های همگانی شهرستان شمیرانات، برنامه یوگای بانوان در طبیعت را با شرکت 15 ورزشکار برگزار کرد.

به گزارش روابط عمومی اداره ورزش و جوانان شمیرانات، ورزشکاران شمیرانی تحت مدیریت شیما قاسمی نایب هیئت ورزش‌های همگانی این شهرستان ضمن پیاده روی در جنگل یاس فاطمی (سلام الله علیها)، به اجرای حرکات یوگا در فضای سبز پرداختند.

وی همچنین از اجرای برنامه گلگشت خانوادگی با حضور 30 ورزشکار در استخرگاه رودبار خبر داد. این فعالیت با مدیریت محمد عباسی، مسئله کمیته ورزش، هام، طبیعت، هیئت به انجام رسیده است.