

برگزاری دوره آموزشی آمادگی جسمانی در شمیرانات

نائب رئیس هیئت آمادگی جسمانی شهرستان شمیرانات از برگزاری دوره آموزشی تأثیرات متد تمرینی EMS بر شاخص‌های سلامت سالمندان در صبح روز سوم مهرماه جاری خبر داد.



به گزارش روابط عمومی اداره ورزش و جوانان شمیرانات، حسین زمانی دوره آموزشی مزبور به مناسبت بزرگداشت هفته دفاع مقدس، ویژه بانوان، و در مجموعه فرهنگی ورزشی شهربانو سلام الله علیها (منطقه یک تهران) به انجام رسیده است.