

Некоммерческая организация «Ассоциация активных пенсионеров» совместно с Клубом здорового питания Юлии Артемовой запустили пилотные проекты «Российское Долголетие» и «Российский Театрал», которые предусматривают проведение с гражданами старше 55 лет увлекательных онлайн-занятий по вопросам активного образа жизни, актерскому мастерству и сценической речи.


Проект «Российское долголетие» рассчитан на три месяца и включает в себя три направления: здоровое похудение, фейсфитнес и психология. Записаться на занятия в клуб можно по ссылке <https://web.tallmam.ru/region>.

На занятиях проекта «Российский Театрал» расскажут, как:

- развить свой творческий потенциал;
- узнать работу с двумя базовыми актерскими инструментами: вниманием и воображением;
- снять голосовые зажимы;
- работать над дыханием. Научиться правильной дикции и артикуляции, силе и «полетности» голоса;
- изучить правила композиций речи и секреты ораторского искусства.

Использовать жестикуляцию.

Записаться на занятия в клуб можно по ссылке <https://www.ulinclub.ru/russian-teatral>



 **Клуб здорового питания Юлии Артемовой**

 **АТ АКТИВНЫХ ПЕНСИОНЕРОВ**

Ассоциация активных пенсионеров и Клуб здорового питания Юлии Артемовой

БЕСПЛАТНО

набирают пилотную онлайн-группу для людей старше 55 лет, которая в будущем станет Государственным онлайн-проектом **"РОССИЙСКОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ"**

КОЛИЧЕСТВО МЕСТ ОГРАНИЧЕНО!

ЗАРЕГИСТРИРОВАТЬСЯ

Все занятия в КЛУБЕ АБСОЛЮТНО БЕСПЛАТНЫЕ!

Программа "Российское долголетие" рассчитана на три месяца и будет проходить в формате онлайн.

В программу включены направления:

- ✓ Здоровое похудение
- ✓ Фейсфитнес

