

## На площадке ТЦ «Авиапарк» выступит фитнес-редактор журнала Women's Health Александра Гуськова

23.08.2018

**Фитнес-редактор журнала *Women's Health* Александра Гуськова посетит Хорошевку. На площадке торгового центра «Авиапарк» она расскажет о практиках расслабления. Как сообщил представитель пресс-службы ТЦ Артем Донских, встреча состоится в пятницу, 24 августа.**

— Гости смогут не только послушать о методах расслабления, но и опробовать каждый из них, — пояснил представитель «Авиапарка». — Александра Гуськова уже несколько лет занимается нутрициологией, изучает соматику и майндфулнесс-медитации. Она поделится секретами размеренного образа жизни и расскажет о том, как научиться концентрироваться на самом важном и не переутомляться.

Участие бесплатное, но необходима регистрация по ссылке: <https://aviapark.timepad.ru/event/793421/>.

Начало в 18.00. Встреча пройдет на площадке глэмпинга Moscow Escape (Ходынский бульвар, 4). (en)

---

Адрес страницы: <http://khoroshevskiy.mos.ru/presscenter/news/detail/7528683.html>

---

[Управа района Хорошевский города Москвы](#)