



МАРШРУТ ЗДОРОВЬЯ В ПАРКЕ ОЛИМПИЙСКОЙ ДЕРЕВНИ

Гуляйте с пользой и удовольствием!
Пройти 10 000 шагов можно по живописному
и безопасному маршруту, который
мы подготовили специально, чтобы помочь
вам развить ещё одну полезную привычку.
Ходьба сама по себе полезна, а прогулка
на природе помогает снять стресс
и по-настоящему расслабиться.
Хотите долгой и активной жизни своим близким?

СТАНЬТЕ ПРИМЕРОМ, НАЧНИТЕ СЕГОДНЯ!

Маршрут разработан в партнерстве с общероссийской
общественной организацией "Лига здоровья наций"



ПАРК ОЛИМПИЙСКОЙ ДЕРЕВНИ

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Начало маршрута	1 100 шагов	2 400 шагов	4 000 шагов	5 500 шагов	6 100 шагов	7 400 шагов	8 200 шагов	9 300 шагов	10 000 шагов



ХРАМ АЛЕКСАНДРА НЕВСКОГО

Строительство храма началось весной 2013 года по проекту известного современного архитектора Андрея Анисимова. Однокупольный храм высотой 36 метров на 500 прихожан выполнен в духе северного псковского зодчества. К храму пристроены галерея, звонница и дом причта с трапезной. Главный купол облицован 9 тысячами керамических лемехов, создающих впечатление золотистых чешуек, по образцу древних храмов Руси, что делает его уникальным. 6 марта 2016 года Святейший Патриарх Московский и всея Руси Кирилл освятил храм Александра Невского.



ОЛИМПИЙСКИЕ ПРУДЫ

Пруды в парке Олимпийской деревни, который был разбит в 1978—1979 годах на месте бывшего села Никольского. В рамках благоустройства столицы при подготовке к летним Олимпийским играм-80 в парке были созданы четыре пруда. У пересечения Мичуринского проспекта и улицы Лобачевского сохранились следы русла реки Самородинки, часть которой наполняет эти пруды.



По данным Всемирной организации здравоохранения человеку необходима ежедневная физическая активность от 30 минут в день.