



# МАРШРУТ ЗДОРОВЬЯ В СКВЕРЕ «ОТРАДНОЕ»

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"



# СКВЕР «ОТРАДНОЕ»



## ЦЕРКОВЬ «НЕОПАЛИМАЯ КУПИНА»

Пятикупольный православный храм высотой 36 метров построен по индивидуальному проекту заслуженного архитектора России Андрея Оболенского. За основу взяты классические образцы русских храмов XV–XVIII веков. Венчает здание восьмерик с высоким шатром, с небольшими главами по сторонам света. Второе здание храмового комплекса — двухэтажный дом причта, в котором располагаются церковно-приходская школа, столовая и прочие административные помещения.



## ХРАМ КНЯЗЯ ВЛАДИМИРА

Был построен в 2013 году как временный храм рядом с тем местом, где сейчас действует церковь «Неопалимая Купина». Небольшое крестообразное ярусное деревянное здание.



## РЕКА ЧЕРМЯНКА

Чермянка (Черница, Чёрная) — малая река на севере Москвы, правый приток Яузы. Главная река района Бибирево. Общая длина Чермянки составляет 12 км. Славянское название, по одной из версий, может обозначать красноватый цвет воды из-за наличия соединений железа.



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