**Заголовок**

Более 150 студентов приняли участие в Марафоне здоровья

**Анонс**

С сентября по декабрь для студентов ГУАП проходил Марафон здоровья, который объединил несколько циклов мастер-классов.

**Текст**

В октябре на площадке спортивного клуба THE MOST FIT состоялись мастер-классы по кроссфиту. Всего было организовано 5 тренировок для групп по 12 человек. В ноябре студенты ГУАП могли посетить растяжку на полотнах, которую вела бывшая студентка нашего университета Валерия Ижболдина в студии AERIAL DREAM. Десять занятий по растяжке прошли для групп по 8 человек. Они были очень полезными для расслабления перед предстоящей сессией.

А 13 декабря состоялось завершающее мероприятие Марафона – встреча с дипломированным нутрициологом Галиной Головановой-Дворянкиной. На лекции студенты узнали, как подготовить свой организм к новогоднему застолью, избежать переедания и заменить вредные продукты на более здоровые.

Таким образом, более 150 обучающихся стали участниками Марафона здоровья.