

Я худею, дорогая Москва

08.09.2014

9 сентября в 12-00 на Тверской площади в рамках фестиваля региональных продуктов <Мосгастроном> пройдут общегородская зарядка, кулинарный мастер-класс и сессия вопросов и ответов с участием Анастасии Денисовой. Популярная актриса расскажет, как ей удалось за пару месяцев скинуть 15 кг, и научит москвичей питаться правильно.

Во вторник, в 12:00, Анастасия Денисова, известная по роли Палны в молодежном телесериале <Деффчонки>, проведет зарядку. <Это будут элементарные и понятные упражнения, которые я сама использую в своих тренировках. Сначала мы сделаем разминку, а потом поработаем над конкретными проблемными зонами. Думаю, это будет особенно интересно женщинам>, - комментирует актриса.

После зарядки, в 12:30, пройдет мастер-класс, во время которого Анастасия вместе с бренд-шефом эколавки <Свои люди> будут показывать горожанам, как готовить вкусный и низкокалорийный салат с рыбой.

По окончании мастер-класса и дегустации актриса поделится своим опытом похудения с москвичами, а заодно ответит на вопросы тех, кто давно мечтает сбросить лишний вес.

Адрес страницы: <http://perovo.mos.ru/presscenter/news/detail/1271083.html>

[Управа района Перово](#)