



Вы достигли пенсионного возраста - 55 (женщины) / 60 лет (мужчины) или досрочно вышли на пенсию, постоянно зарегистрированы в Москве, не имеете медицинских противопоказаний, тогда вы можете стать участником проекта «Московское долголетие»!

Памятка для участника проекта **«Московское долголетие»**

1. Выберите интересующее Вас направление занятий.
2. Посетите ЦСО, офис госуслуг «Мои документы», поликлинику или государственное учреждение, где проходят занятия. Для записи в группы ГБУ «СШ «Битца» Москомспорта можно обратиться к администратору спортивного комплекса.
3. Заполните анкету-заявку участника программы «Московское долголетие». Для этого Вам понадобятся паспорт, СНИЛС, социальная карта москвича, пенсионное удостоверение.
4. Ждите получения приглашения на занятия.
5. Получите медицинскую справку об отсутствии противопоказаний для занятий по выбранному вами направлению.
6. На каждое занятие необходимо иметь при себе социальную карту, для получения отметки в системе регистрации и форму одежды, соответствующую выбранному направлению.
7. Вы можете проверять обновление информации о возможных изменениях расписания занятий, проходящих на территории ГБУ «СШ «Битца» Москомспорта на сайте www.kskbitsa.ru или по телефону у администратора спортивного комплекса +7(495)318-53-45.

Хорошего Вам настроения и крепкого здоровья!