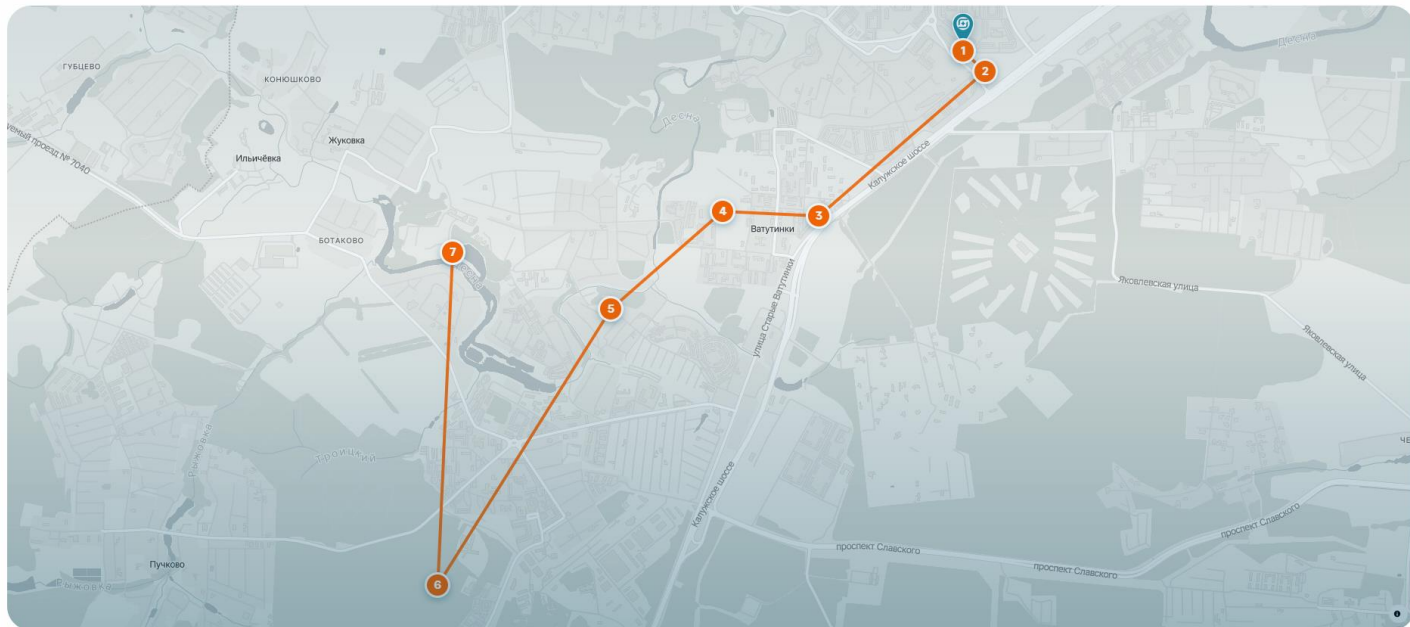


Следуйте за своими ощущениями



1. Магнит Аптека

Адрес: Москва, район Троицк, 6-я Нововатутинская улица, 2

Начинаем прогулку с небольшой подготовки. Перед дорогой заглянем в Магнит Аптеку за салфетками, леденцами для горла, водой и другими мелочами, которые сделают прогулку комфортнее.

Если хочется не просто идти по маршруту, а по-настоящему быть в моменте — замечать игру света на тротуаре, прислушиваться к городским звукам, не терять нить своих мыслей среди городского шума, — можно добавить к этому набору «М ЗДОРОВЬЕ Гинкго

Билоба + Глицин В6», комплекс помогает поддерживать концентрацию и внимание, что особенно важно не только на нашем маршруте, но и в повседневной жизни.

А теперь первое задание маршрута — посмотреть. Не торопитесь уходить сразу. Оглянитесь вокруг и попробуйте отметить три детали района, которые вы заметили впервые. Именно внимание станет главным проводником сегодняшней прогулки.

Далее направляемся к Храму Живоначальной Троицы.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, НЕОБХОДИМО
ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ И
ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ
БАД. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

2. Храм Живоначальной Троицы в Новых Ватутинках

Адрес: Москва, район Троицк, квартал № 34, 14

Здесь стоит на несколько минут остановиться и прислушаться. Несмотря на окружающий шум, возле храма атмосфера становится спокойнее. Попробуйте услышать звук ветра, шелест листьев или даже тихое потрескивание свечей, если зайдёте внутрь.

После короткой паузы продолжаем путь.

3. Парк в честь 70-летия Победы в Великой Отечественной войне

Адрес: Москва, поселение Десёновское, парк в честь 70-летия Победы в ВОВ

Предлагаем познакомиться с этой локацией через запах. Неважно, какое сейчас время года. Летом вы можете почувствовать аромат травы и деревьев, зимой — чистую и морозную свежесть снега.

Пройдитесь немного медленнее обычного и заметьте, как меняется настроение, когда вы становитесь чуточку внимательнее.

Следующая остановка будет посвящена осязанию.

4. Спортивный парк

Адрес: Москва, район Троицк, квартал № 51, Спортивный парк

На этой остановке обращаемся к осязанию.

Почувствуйте, как гладкий асфальт под ногами сменяется прорезиненными дорожками или плиткой, а если присесть на скамейку, можно ощутить тепло дерева, нагретого солнцем. Иногда именно такие простые тактильные ощущения помогают узнать пространство по-новому.

Кстати, рядом есть смотровая площадка, где можно любоваться пейзажем.

Далее отправляемся к другой локации.

5. Жанровая скульптура «Пионер с горном»

Ориентир: улица Лагерная

Эта небольшая скульптура словно переносит нас в советское время. Здесь снова включаем зрение. Рассмотрите фигуру внимательно: выражение лица, детали одежды, позу. Небольшие городские скульптуры часто остаются незамеченными, хотя именно они придают району индивидуальность. Затем прогулка ведёт нас к следующей точке.

6. Ротонда

Адрес: Москва, поселение Троицк, ротонда

Находится на небольшом островке посреди реки Десны. Хорошее место, чтобы заземлиться и передохнуть. Здесь подключаем ощущение пространства.

Посмотрите, как меняется вид вокруг, если вы находитесь внутри, снаружи ротонды или сделав несколько шагов в сторону. Порой, скрытые детали проявляются, если позволить себе их увидеть.

Отдохнули? Впереди нас ждёт финал путешествия.

7. Вантовый мост

Адрес: Москва, поселение Троицк, вантовый мост

Завершаем прогулку в живописном месте. Здесь можно использовать любое из ваших чувств или несколько сразу, это у вас уже хорошо получается.

А теперь попробуйте вспомнить, какое место сегодняшней прогулки запомнилось вам больше всего — не потому что было самым красивым, а потому что вызвало самые яркие ощущения.

Возможно, именно так и появляются новые любимые локации в, казалось бы, знакомых местах.

ПРОМОКОД: **МАРШРУТ**

* Скидка 10% на один заказ от 1500 ₽ по промокоду при оформлении самовывозом в мобильном приложении «Магнит: акции и доставка» (6+) с «01» сентября 2026 г. по «31» октября 2026 г. География ограничена: г. Москва и Московская область. Количество товаров ограничено. Имеются иные ограничения. Подробности на сайте apteka.magnit.ru и в мобильном приложении. АО «Тандер», ОГРН 1022301598549, г. Краснодар, ул. им. Леваневского, д. 185