

Santa Perpètua de Mogoda inaugura una ruta saludable per fomentar l'activitat física entre la població

 0
 Compartidos

 Por **Diario Gol**
 22/10/2015 17:30

Una cinquantena de persones han inaugurat aquest matí l'itinerari saludable de Santa Perpètua de Mogoda, un circuit que proposa caminar tres quilòmetres pel municipi cinc dies a la setmana amb l'objectiu de combatre el sedentarisme i promoure l'activitat física, especialment entre la gent gran. La iniciativa és fruit d'un conveni entre l'Ajuntament de la població, la Secretaria General de l'Esport i la Fundació Agrupació.

L'alcaldeessa de Santa Perpètua, Isabel Garcia; els regidors d'Esports i Gent Gran, Julio Pérez i Neus Garcia, respectivament; el representant territorial de l'Esport a Barcelona, Santi Siquier; i la directora de la Fundació Agrupació, Imma Playà, han participat en la presentació d'aquest recorregut.

L'itinerari s'inicia al passeig de la Florida amb el carrer de Pablo Picasso, on s'ha instal·lat un plafó que assenjala el circuit en un plànol i s'indiquen recomanacions per realitzar la caminada. La ruta consta de tres quilòmetres i té una durada aproximada de 30 minuts. El circuit proposa caminar fins a la plaça Central i tornar fins al parc Central, passant pel camí de la Granja, fent la volta a la bassa i finalitzant a la cantonada del passeig de la Florida amb l'avinguda de l'Onze de Setembre.

El representant territorial de l'Esport a Barcelona ha explicat que la ruta contribueix a "viure millor, tenir un estat de salut més positiu i uns hàbits més saludables". Siquier ha destacat que és important que "anem canviant els hàbits" i que si es pot fer aquesta mitja hora diària "de manera moderada, acompanyats, sense obligació horària, la població anirà assumint aquesta pràctica com a eina beneficiosa en el seu dia a dia".

Per la seva banda, Júlio Pérez ha explicat que el circuit assenyalat correspon aproximadament a l'itinerari que molts perpetuenes anomenen "ruta del colesterol", i ha destacat que l'objectiu és "potenciar que la gent gran, especialment, surti a fer esport i es marqui com a obligació fer una caminada de mitja horeta, cinc dies a la setmana, com recomanen els metges". Durant la ruta inaugural, Pérez ha volgut agrair la participació de les persones "que han vingut a acompanyar-nos i que majoritàriament són usuàries del Pavelló i de les passejades del cicle 'A cent cap els cent'".

Finalment, la directora de la Fundació Agrupació ha detallat que "ens dediquem als temes de prevenció, fomentem la salut i, per això, uns dels puntals bàsics és la promoció de l'activitat física". L'entitat ha finançat el plafó de l'inici, on hi ha tot el mapa del recorregut, les recomanacions per fer la caminada i tota la senyalització.

Publicidad



LA PIARA
 Más buenos que el pan

El pescado que les encanta

Más popular

Información

1. Hacienda emite una orden de embargo contra el Joventut de Badalona
2. Los registros de la UDEF por la Operación Pujol salpican al Barça
3. Los plazos de la remodelación del Camp Nou empiezan a apretar al Barça
4. Los 'memes' más sonados sobre la patada de Rossi a Márquez
5. La avaricia fractura el negocio de Rossi

Publicidad

Publicidad

SUSCRÍBASE A NUESTROS BOLETINES
INSCRIBIR

Reciba las últimas noticias en su correo electrónico

Publicidad


microsiervos

TECNOLOGIA

En el buscador Emoji2Video puedes usar emojis para encontrar videos

Una pistola para hacer prototipos de objetos a tamaño