

viernes 12 de abril de 2024

Trigueros se prepara para la celebración de la VIII Semana Atletismo y Salud

Se desarrollará del 21 al 27 de abril y contará con numerosas actividades encaminadas a explicar los beneficios que la práctica deportiva tiene para mejorar la calidad de vida



Descargar imagen

Organizadas por el club de atletismo “Conistorsis”, La Tropa de Jara y la Asociación Contra el Cáncer de Trigueros y con la colaboración del ayuntamiento de Trigueros, la Diputación de Huelva y diversas empresas y asociaciones locales, del 21 al 27 de abril se celebrará la VIII Semana Atletismo y Salud con un amplio programa de actividades dirigidas a explicar los beneficios que la práctica deportiva tiene para mejorar la calidad de vida.

La diputada de Cultura de la Diputación y concejala del

ayuntamiento de Trigueros, Gracia Baquero, junto con la concejala de Deportes del ayuntamiento de Trigueros, Estela Valle; y representantes del club de atletismo Conistorsis, han presentado un programa de actividades con los que, en palabras de Gracia Baquero, “se pretende concienciar, sensibilizar y movilizar a los ciudadanos para adquirir habilidades y hábitos saludables que mejoren la calidad de vida de todos los vecinos y de todas las edades”.

Como han explicado José Antonio Benítez y Manuel Jara, miembros del club, las actividades comenzarán el domingo 21 de abril con la celebración de la IV Ruta Cicloturista de la Mujer que, con un recorrido aproximado de treinta kilómetros, discurrirá por senderos y caminos cercanos a la localidad. El lunes, día 22, se desarrollará un entrenamiento en el medio natural impartido por Manuel Jara y Paco Lozano, en el Parque El Pacífico a partir de las 20.00 horas.

Al día siguiente, el martes 23, se impartirá la charla-coloquio ‘La importancia de una dieta equilibrada’ por Pablo A. López Cáceres, presidente de la Asociación de Dietistas-Nutricionistas de equipos de fútbol sala, mientras que el día 24 será el turno para Francisco Manuel Feria González, fisioterapeuta experto en posturoterapia neurosensitiva quien disertará sobre la unión perfecta entre la fisioterapia y el deporte. El día 25 se celebrará una mesa redonda en la que se hablará sobre el valor del esfuerzo y las experiencias en larga distancia. Todas estas actividades se desarrollarán en la sala de conferencias de la Biblioteca a partir de las 20:00 horas y la entrada será gratuita.

Para el viernes, día 26, se ha organizado un entrenamiento para los más pequeños, impartido por miembros de La Tropa de Jara y del club de atletismo Conistorsis. La inscripción es gratuita y se desarrollará en el Parque El Pacífico. El sábado, 27 de abril, se celebrará la I Jornada Trail Running, un encuentro deportivo al aire libre dirigido principalmente a las mujeres, aunque también podrán participar los hombres, y que se desarrollará en el paraje La Barraca.

Las actividades de esta VIII Semana Atletismo y Salud finalizarán el 1 de mayo con la VII Marcha-Carrera Contra el Cáncer que, con salida en la plaza de España de Trigueros y llegada al barrio de Triana, contará con un recorrido aproximado de unos cuatro kilómetros.