

Se ha presentado en el marco de la Campaña "1000 ciudades, 1000 vidas"

EL AYUNTAMIENTO EDITA UN MANUAL PARA FOMENTAR LA PRÁCTICA DEPORTIVA

Vva. de la Cañada, 8 de abril.- El alcalde, Luis Partida, ha presidido este mediodía el acto de presentación del "Manual de Deporte y Salud" acompañado por el rector de la Universidad Camilo José Cela, Rafael Cortés Elvira, y los concejales de Sanidad y Deportes, José Manuel Ávila y Verónica Mateos respectivamente. La publicación, promovida por el Consejo Municipal de Salud, ha sido editada por el Ayuntamiento con la colaboración de la Universidad Camilo José Cela.

La presentación del manual forma parte del programa de actividades organizado por el consistorio en el marco de la Campaña "1000 ciudades, 1000 vidas" (<http://1000cities.who.int>) de la Organización Mundial de la Salud), puesta en marcha con motivo del Día Mundial de la Salud. "La práctica regular de ejercicio físico es de vital importancia para un óptimo estado de salud, no sólo físico, sino también intelectual y socioafectivo", destacó el alcalde, Luis Partida, durante su intervención.

Objetivo

El manual, del que se han editado 1000 ejemplares- tiene como fin principal el fomento de la actividad física entre los villanovenses. Se divide en tres capítulos: Aproximación al contexto deportivo del municipio de Villanueva de la Cañada desde una perspectiva sociológica, Ejercicio físico y salud y La actividad física desarrollada.

A lo largo de sus páginas, el lector podrá encontrar una información completa sobre las instalaciones deportivas con las que cuenta el municipio, los deportes que se pueden practicar en ellas así como los beneficios que para la salud tiene el ejercicio físico. La publicación destaca las distintas variables a tener en cuenta (edad, género, ocupación laboral, etc.) y su correlación con la práctica deportiva. También se incluyen diferentes rutas por el municipio que se pueden realizar a pie, caballo o en bicicleta.

