

Gratuita y para todas las edades

12 DE SEPTIEMBRE: MARCHA SALUDABLE NOCTURNA AL CASTILLO DE AULENCIA

Vva. de la Cañada, 10 de sept.2014- El [Ayuntamiento](#), a través de la Concejalía de Salud, ha organizado una [Marcha Saludable Nocturna](#) para este próximo viernes, 12 de septiembre. La iniciativa, en la que colaboran Puleva, Caprabo y Cobra, tiene como objetivo fomentar la práctica de ejercicio físico y con ello hábitos de vida saludables. “Caminar es, sin duda, una de las mejores formas de estar activo. Es bueno a cualquier edad y, ya sea solo o en compañía, nos permite pensar y fomentar las relaciones sociales. En cualquier caso es, además, un laboratorio de buenas ideas. Y la ruta, a la luz de la luna, inigualable”, explica el concejal de Salud, José Manuel Ávila.

Se trata de una actividad gratuita y para todas las edades. El recorrido, de unos diez kilómetros (ida y vuelta), comenzará en la plaza de España a las 20:30 horas. Discurre por el centro urbano, la calle del Cristo y el Camino de Madrid (Parque de la Cuenca Media del Río Guadarrama) hasta llegar al Castillo de Aulencia, también conocido como Castillo de Villafranca.

Inscripciones

Las personas interesadas pueden inscribirse vía online, enviando un correo electrónico a la siguiente dirección: salud@ayto-villacanada.es. En él se deberá indicar nombre, apellidos, edad y si está empadronado en el municipio. La inscripción también se puede realizar por teléfono, llamando al 91 811 73 15. Se repartirán obsequios a todos los participantes.