LOCAL | Reportajes

Un millón de pasos por un corazón saludable

Más de 250 personas toman parte en una caminata para reivindicar la práctica moderada de ejercicio físico

Antonio J. Sobrados Pareja
Sábado 7 de mayo de 2011 - 12:16



Con el lema “Por un millón de pasos, un corazón saludable”, un total de 265 personas, según los datos facilitados por la organización, participaron este jueves en una caminata por las principales calles de la localidad, con el objetivo de reivindicar la práctica moderada de ejercicio físico a cualquier edad, para mejorar nuestra calidad de vida.

Una marcha que se iniciaba en las inmediaciones del Centro de Salud de Priego, lugar de concentración de los y las participantes, y donde además se llevaba a cabo otra actividad, con motivo de la conmemoración del Día Mundial de la Higiene de Manos.

Con esta iniciativa y gracias a la instalación de un stand, se ofreció información sobre la manera de lavarse las manos, así como de las soluciones alcohólicas utilizadas por los profesionales de la salud, y una serie de consejos y recomendaciones.

Por otro lado se repartieron folletos informativos sobre los beneficios del consumo de aceite de oliva en nuestra salud, así como camisetas, un botellín de agua a la salida, y un zumo al concluir la marcha.

En torno a las 19:00 horas daba comienzo la marcha, con la presencia de representantes políticos municipales, de asociaciones y colectivos locales y jóvenes y mayores, con el objetivo de superar el millón de pasos.

Para ello, desde la organización se hizo entrega de tres podómetros a un pequeño de 7 años, una mujer de 42 años y el tercero a otra mujer de 62 años, marcando al final de la caminata un total de 11.553 pasos, que multiplicados por las personas participantes arrojó un total de 3.061.545, superando con creces el objetivo del millón de pasos.

GALERÍA DE IMÁGENES