

La Escuela Municipal de Salud celebró la II Jornada "Gana Salud Caminando"

Fecha de publicación: 21/01/2016 00:00

Descripción:



Este pasado día 18, Lunes, y organizada por la Escuela Municipal de Salud del Ayuntamiento de Móstoles, se ha desarrollado la segunda de las cuatro jornadas pertenecientes al programa "Gana Salud Caminando".

La marcha, con una participación de 46 personas, comenzó en la Plaza del Sol, junto a la estación de Metro Sur "Manuela Malasaña", continuó por las "Lagunas del Parque Nelson Mandela", llegó hasta el Lago del barrio de Loranca, perteneciente al municipio de Fuenlabrada y terminó, nuevamente, en la Plaza del Sol.

Desde hace varios años, la Escuela Municipal de Salud del Ayuntamiento de Móstoles desarrolla diferentes programas que fomentan la práctica de actividad física, siendo esta un pilar fundamental para la salud de las personas y la mejora de su calidad de vida.

Una de las mejores maneras de sentir los beneficios de la actividad física es caminando y, si es en un entorno natural y en buena compañía, mucho mejor.

La tercera de las cuatro jornadas del programa "Gana Salud Caminando" tendrá lugar el próximo 14 de Marzo, cuya inscripción habrá que realizar a comienzos de ese mismo mes; el recorrido será Parque El Soto – Parque Coímbra – Parque El Soto.