



CEDIDA



MÁS DE 200 PERSONAS PARTICIPARON DE LA ACTIVIDAD.

## Celebran Día de la Actividad Física en Alto Hospicio

Con una alta convocatoria y una variada oferta de actividades deportivas y prestaciones de salud, la Red de Atención Primaria de Salud Municipal de Alto Hospicio conmemoró el Día Mundial de la Actividad Física en el Parque Santa Rosa, instancia que reunió a más de 200 personas de distintos sectores de la comuna.

La iniciativa fue organizada por el Programa Alto

Hospicio Saludable, cuyo principal objetivo es promover estilos de vida saludables y fomentar la actividad física como un pilar fundamental para el bienestar de la comunidad.

Durante la jornada, niños, jóvenes, adultos y personas mayores participaron activamente en clases de zumba, exhibiciones de disciplinas como judo, karate y halterofilia, además

de rutinas de ejercicios cardiovasculares especialmente adaptadas para distintos grupos etarios, generando un espacio inclusivo y familiar.

El encargado del Programa Alto Hospicio Saludable, Alonso Cordero, destacó la importancia de acercar este tipo de actividades a los territorios.

“Esta actividad tiene como objetivo resaltar la im-

portancia que tiene la actividad física y el deporte en la salud de las personas. Como programa, trabajamos esto día a día, incentivando a la comunidad a incorporar estas prácticas en su rutina. Por ello, decidimos trasladar nuestros talleres al sector Santa Rosa, iniciativa que replicaremos en diversos puntos de la comuna para llegar a más vecinos y vecinas”, señaló. 🌱