

Rura urbana a pie y desayuno saludable dentro de las actividades del 'Mes de la Salud'

Escrito por Miguel Angel Rodriguez
Viernes, 13 de Marzo de 2015 14:28 -



Esta mañana se ha llevado a cabo una nueva actividad del 'Mes de la Salud', organizado por el Ayuntamiento de Adra, dentro del Plan Local de Salud de la ciudad de Adra. Alrededor de medio centenar de mujeres, pertenecientes a los diferentes grupos de gimnasia de mantenimiento de la ciudad de Adra, han participado hoy en la ruta urbana a pie y el desayuno saludable celebrado con motivo del 'Mes de la Salud'.

Acompañados por el concejal responsable del Área de Salud, Moisés Linares, la ruta urbana a pie ha comenzado desde la Puerta del Mar, realizando el recorrido del 'Sendero Urbano de Adra' para finalizar en el Pabellón de Deportes de Adra, pasando por la Iglesia Parroquial de la Inmaculada Concepción, la Plaza Vieja, Casas Señoriales, Ermita de San Sebastián, Molino del Lugar y la Fundición de San Andrés, hasta llegar al Pabellón de Deportes de Adra, donde se ha llevado a cabo un desayuno saludable, a base de pan, aceite y fruta variada. Esta actividad pone de manifiesto los espacios al aire libre y zonas de esparcimiento, como el Sendero Urbano, que posee la ciudad de Adra para poder practicar deporte y tener una vida saludable, ya sea caminando o realizando cualquier tipo de actividad deportiva en los paseos marítimos y al aire libre.

La próxima actividad del 'Mes de la Salud' será el próximo martes, 17 de marzo, con una ruta urbana a pie por la barriada de Puente del Río, a las seis de la tarde y un taller de relajación de once a dos de la tarde en el Pabellón de Deportes de Adra.

Este 'Mes de la Salud' tiene como objetivo fomentar la práctica deportiva, sea donde sea y para todas las personas, en beneficio de una buena salud y una mejor calidad de vida y está encuadrada dentro del proyecto del Plan Local de Salud de Adra.