En Laudio/ Llodio , 19 de Agosto de 2021

Los Centros Deportivos y de Salud Privados de Llodio vuelven a unir fuerzas e invitan al pueblo de Laudio a participar en los actos que se han organizado el 11 de Septiembre de 2021 con la colaboración del Ayuntamiento de Llodio.

Es una buena oportunidad de visibilizar la actividad física como Salud, en todas sus modalidades. Una sociedad físicamente activa es más saludable que otra sedentaria, ya que el ejercicio les sitúa en mejores condiciones para afrontar cualquier enfermedad.

Estamos orgullosos de poder posibilitar una gran variedad de actividades deportivas a los ciudadanos durante todo el año, y ser un motor más en la mejora de la salud.

No somos ajenos a los decretos de actualización y determinación de medidas de prevención para contener la propagación de infecciones causadas por el SARS-CoV-2, y por ello, en esta ocasión solo podremos sacar a la calle unas pocas actividades, pero estamos seguros que deleitarán a todo aquél que se quiera acercar.

Para este primer evento conjunto, se ha pensado en lo siguiente:

- Durante la mañana (10:00 – 13:30) en el parque de Lamuza, se acercará el yoga a la gente, para que puedan practicarlo. En caso de lluvia, se trasladará al “Casino”.

  Habrá 2 sesiones de hora y media de duración, disfrutando del entorno del parque y realizando técnicas de respiración, relajación, posturas de yoga, …

- En el barrio de Ugarte, a partir de las 11:00 horas, los laudioarras podrán ser espectadores de la reunión de varios deportistas que se cruzarán en modo exhibición en diferentes modalidades de kick boxing. Un buen momento para conocer y disfrutar de este deporte de contacto.

- Durante todo el día, en el Polideportivo de La Granja, se podrá asistir a la primera competición de CrossFit organizada en Llodio y asistirán cerca de 90 atletas de Euskadi y de comunidades tales como Castilla la Mancha, Madrid o Barcelona. La competición estará dividida en categorías individual masculino y femenino y de parejas. Las fases de la competición se realizarán a las 10:00, 13:00, 17:00 y la final será a las 20:00 horas.

Estamos seguros que no será el único evento que realizaremos en el curso 2021/2022.

Nota: Acorde al nuevo Decreto 35/2021 de 23 de julio, del Lehendakari con las nuevas medidas aprobadas frente al Covid19, se deberá realizar inscripción previa escribiendo a akozaiaraldea@gmail.com

#KirolaOsasunaDA
ARABA FITNESS
CROSSFIT GOROBEL
KIDEN

#DeporteEsSalud
CHOCK DEE GYM
LAUDIO WELLNESS
SATYA YOGA ESKOLA

GANBARA YOGA
KAIZEN GYM

LAUDIO
WELLNESS

KA
改善
ZEN
GYM
UGARTE 13
BEHEKO SOLAIRUA 4
LAUDIO

Kiden
CENTRO INTEGRAL DE SALUD Y DEPORTE

satya
YOGA
ESKOLA