



“2014, AÑO DE LOS TRATADOS DE TEOLOYUCAN”

Ecatepec de Morelos, Estado de México, 23 de junio de 2013.

ECATEPEC FOMENTA EL DEPORTE, LA SALUD Y LA CONVIVENCIA FAMILIAR

Más de cuatro mil ecatepequenses se dieron cita en la explanada municipal para iniciar el día ejercitando su cuerpo en beneficio de su salud, esto como parte del programa “Ecatepec te Queremos Sano, El Deporte es Salud” que el gobierno local realiza para fomentar la actividad física y la convivencia familiar.

Para iniciar esta mega clase los asistentes practicaron el free dance, rutina donde al bailar diferentes mezclas, permite realizar ejercicio cardiovascular, tonificar el cuerpo y quemar hasta 500 calorías por clase, desarrollo de flexibilidad, fuerza y coordinación corporal. Además relajaron su cuerpo con una clase de yoga y apreciaron una exhibición de belly dance, mejor conocida como la danza del vientre, mismo que combina movimientos de abdomen y cadera que ayudan a formar un vientre plano.

El presidente municipal Pablo Bedolla López, expresó que este tipo de actividades ayudan a impulsar el deporte y una vida saludable; asimismo mencionó que siendo Ecatepec el municipio más poblado de México, se encuentra en paz, en tranquilidad y trabajando para mejorar la relación entre la sociedad, con el fin de que tengamos mejores condiciones de vida.

Instructores del centro de acondicionamiento físico, Sport City Aragón, fueron quienes por más de una hora hicieron mover el cuerpo a niños, jóvenes y adultos que participaron en esta actividad que brinda un bienestar físico y emocional.

El gerente de este club deportivo Ramiro Padilla, agradeció las facilidades para realizar este trabajo en conjunto y entregó a Bedolla López un reconocimiento por fomentar el deporte, la salud y la convivencia familiar.

