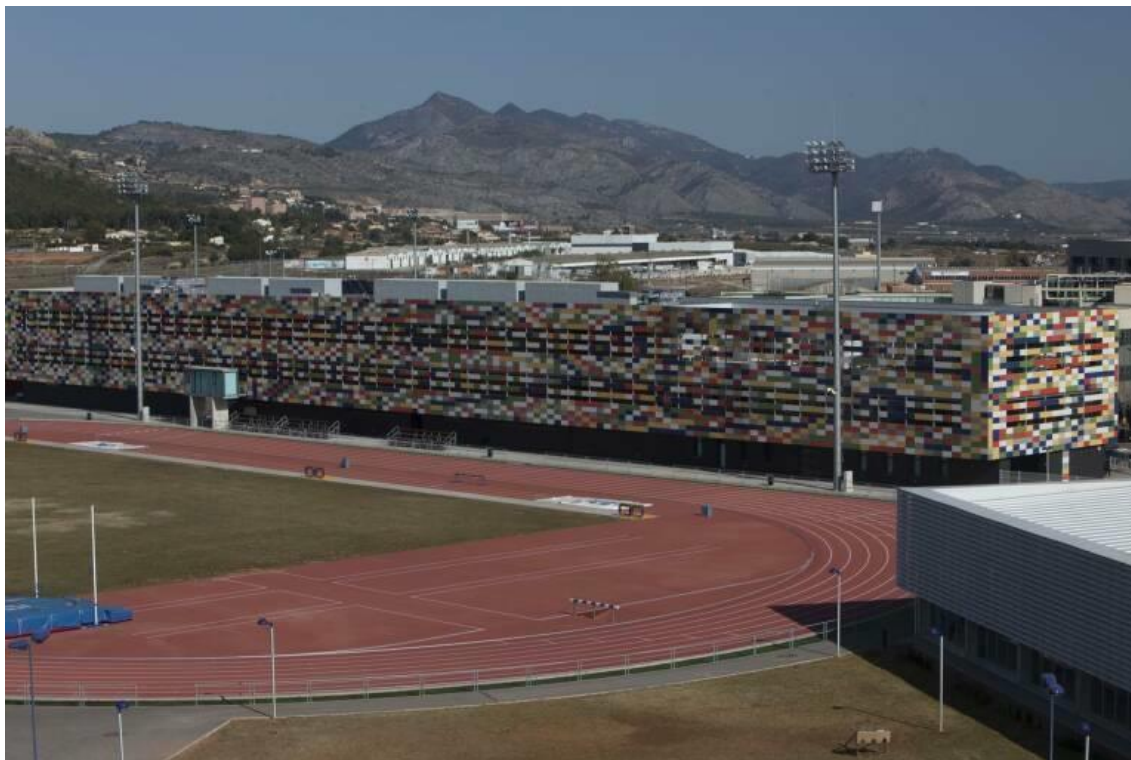


La UJI se suma a la Semana Europea del Deporte con actividades gratuitas



24/09/2022 -

CASTELLÓ. La UJI se suma del 23 al 30 de septiembre a la Semana Europea del Deporte a través de una serie de actividades que ha programado el Servicio de Deportes para cualquier persona interesada y de manera gratuita.

La Semana Europea del Deporte, iniciativa de la Comisión Europea para combatir el sedentarismo, se volverá a celebrar de forma simultánea en todos los países miembros de la UE y otros del resto del continente que se han ido sumando desde 2015, hasta llegar a adherirse 41 países en la edición de 2021.

El objetivo es implicar a todos los estamentos sociales para que realicen una o varias acciones que fomenten la actividad física y buenos hábitos alimentarios entre la población. En esta edición de 2022, Año Europeo de la Juventud, después de dos años de severas restricciones en la práctica deportiva en recintos cerrados, el objetivo es que la Semana Europea del Deporte de España vuelva a batir los registros de participación en las actividades promovidas por las entidades relacionadas con el deporte en la lucha contra la lacra de la obesidad y el

sedentarismo crecientes, a favor de una vida saludable basada en el ejercicio físico y la alimentación adecuada.

Entre las actividades planificadas en la UJI destacan el reparto de fruta entre la gente que participe en la Semana, compilación de bibliografía deportiva, matinales de pádel no competitivo, entrenamientos magistrales con deportistas de élite UJI, jornadas deportivas de rapel, surf, orientación, etcétera.