Pirineus TV 07/05/21

PUIGCERDÀ LLANÇA DOS REPTES: PEDALAR 280KM O CÓRRER 42KM EN 23 DIES

L'Àrea d'Esports de l'ajuntament de Puigcerdà anima tots els i les esportistes de la comarca a unir-se als reptes que proposen a través de la plataforma Strava. Aquests consisteixen en pedalar 280 quilòmetres o córrer 42 quilòmetres en 23 dies. Cada participant pot assolir el repte que vulgui i com vulgui, sempre adaptant l'esforç en el seu estat de forma.

L'objectiu de la iniciativa és fomentar l'activitat esportiva i que aquesta es faci d'una manera segura. Per això, l'ajuntament puigcerdanenc compta amb la col·laboració de l'hospital de Cerdanya, concretament dels professionals de la Unitat de Medicina de l'Esport, l'única unitat d'aquestes característiques que hi ha a la regió sanitària de l'Alt Pirineu i l'Aran.
Totes les persones participants que hagin formalitzat la inscripció abans del 16 de maig i hagin assolit el repte, participaran en un sorteig de dues inscripcions per la marxa cicloturista Tres Nacions i dues proves d'esforç en aquesta unitat de medicina esportiva.

Des del centre sanitari recomanen que abans de fer una activitat esportiva es faci una revisió com ara una prova d'esforç.

Una setantena d'esportistes d'alt rendiment es sotmeten a aquest tipus de proves a la Unitat de Medicina de l'Esport de l'Hospital cerdà, a més d'esportistes de seleccions catalanes, espanyoles i andorranes. També hi venen esportistes amateurs i persones que formen part d'algun programa de salut, com ara els d'obesitat.

Pel que fa als participants als reptes Strava de Puigcerdà, tenen fins al 23 d'aquest mes per completar-los.

Parlen al vídeo: XEVI SALVADOR, TÈCNIC ESPORTS AJUNTAMENT PUIGCERDÀ - ORIOL BARCELÓ, RESPONSABLE UNITAT MEDICINA ESPORTIVA HOSPITAL CERDANYA