

Especial Mensual
Municipios Activos para una Provincia Activa

Urbanismo y Movilidad Activa. Deporte vinculado a espacios y comunidades sostenibles

Sigue su ejemplo: Conoce Almería caminando. Ayuntamiento de Almería



El concejal de Ciudad Activa, Movilidad Urbana y Deporte del Ayuntamiento de Almería, Antonio Jesús Casimiro, ha presentado un [nuevo programa](#) abierto a los vecinos y turistas que quieran conocer la historia de la ciudad a través de cinco senderos urbanos (...)

[+Info](#)

Sendero PR-A113. Recuperación denominación uso deportivo. Ayuntamiento de Dalías

Este recorrido es un eje vertebral histórico, en muchos de los puntos o tramos del trazado, del acceso a la Sierra de Gádor desde Dalías; además de ser un enlace más de los caminos históricos de comunicación con Berja y Roquetas de Mar (...)



Este recorrido es un eje vertebral histórico, en muchos de los puntos o tramos del trazado, del acceso a la Sierra de Gádor desde Dalías; además de ser un enlace más de los caminos históricos de comunicación con Berja y Roquetas de Mar (...)

[+Info](#)

Opinión: ¿Por qué realizar un plan de sostenibilidad? Ana Vallejo

FAGDE, como Federación de Asociaciones de Gestión del Deporte lanza un curso de formación online teórico-práctico: "Crea el Plan de Sostenibilidad de tu entidad deportiva: nivel 1" para facilitar a las personas interesadas una metodología sencilla (...)



[+Info](#)

Sigue su ejemplo: Barómetro de la bicicleta en Bizkaia

La Diputación Foral de Bizkaia ha elaborado un estudio con los objetivos de analizar el papel atribuido a las administraciones públicas en la promoción del uso de la bicicleta, analizar la percepción y los hábitos que tiene la ciudadanía de la bicicleta en su territorio (...)



[+Info](#)

17 de abril: Día de la Educación Física en la calle

El #DEFC2024 se dará cita el 17 de abril bajo el lema: Educación Física y Salud Mental. El evento nació en el año 2011 como una propuesta que utiliza las calles como punto de encuentro público para destacar los beneficios en la actual Educación Física (...)



[+Info](#)

Vía Verde del Valle del Almanzora



Itinerario de 39 Km sobre el antiguo ferrocarril Guadix-Almendricos. Discurre entre las antiguas estaciones de Hijate (Alcántar) y Olula del Río/Fines. En su recorrido por el término municipal de Serón se denomina [Via Verde del Hierro](#) (...)

[+Info](#)

Turismo con base deportiva. Deporte vinculado a la promoción del territorio

Skoda Titan Deserte en FITUR



La 4ª edición de este evento fue presentada en la Feria Internacional de Turismo 2024. La prueba de mountainbike andaluza se disputará entre el 5 y el 8 de octubre íntegramente en la provincia de Almería. El recorrido y los detalles deportivos de la carrera se darán a conocer en la presentación oficial del 16 de mayo (...)

[+Info](#)

Sigue su ejemplo: Almería avanza en su certificación como Active Running Cities

La Real Federación Española de Atletismo (RFEA) ha formalizado acuerdos estratégicos en el marco de FITUR con el ayuntamiento de Almería para su promoción como destinos de turismo deportivo (...)



[+Info](#)

III Circuito Municipal de Senderismo 2024. Ayuntamiento de Balanegra

Cuatro jornadas de senderismo programadas por el servicio de deporte de este ayuntamiento con frecuencia mensual, dese febrero a junio. Se han seleccionado rutas que discurren por parajes naturales (...)



[+Info](#)

IV Circuito de Senderos 2024. Ayuntamiento de Laujar de Andarax

Por cuarto año consecutivo se presentaba el Circuito de Senderos de Laujar de Andarax, Capital de La Alpujarra, Durante este 2024 se podrá disfrutar de siete senderos maravillosos para tener el privilegio de disfrutar de la naturaleza en buena compañía (...)



[+Info](#)

Descubre tu Provincia Activa. Los Almendros en Flor

Primera ruta de este proyecto en su edición de 2024. Un recorrido de 15 Kms. por el PR-A 15 Circular de Abruena, con salida desde el Área recreativa de La Roza. Se realizó con una climatología perfecta y se completaron las 30 plazas de esta convocatoria (...)



[+Info](#)

XXXVII Clásica de Almería. Almería se proyecta como paraíso del ciclismo mundial



La Diputación de Almería continúa reforzando el destino deportivo y turístico de la provincia. Se presentó en el Patio de Luces de la Institución Provincial una de las pruebas de mayor nivel del mundo de su categoría y de cuantas se celebran en la provincia como es La Clásica de Almería, que este año celebra su edición número 37 (...)

[+Info](#)

Be Active. Deporte vinculado a la salud de la ciudadanía

Plan de Prescripción de Ejercicio Físico "Andalucía en forma". Junta de Andalucía

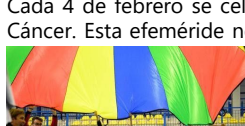


El consejero de Turismo, Cultura y Deporte, Arturo Bernal, ha anunciado en el Parlamento que los médicos empezarán a prescribir el ejercicio físico en municipios de las ocho provincias la próxima primavera, activando así una de las líneas estratégicas de este plan (...)

[+Info](#)

El ejercicio pautado por especialistas ayuda a reducir casi un 40% ciertos tipos de cáncer

Cada 4 de febrero se celebra el Día Mundial contra el Cáncer. Esta efeméride nos recuerda la importancia de la prevención y del desarrollo de la investigación para la mejora de su tratamiento y posterior recuperación. Aquí, el ejercicio físico pautado por especialistas tiene mucho que decir (...)



[+Info](#)

Investigación: 5 meses de ejercicio reduce riesgo cardiovascular en los niños obesos

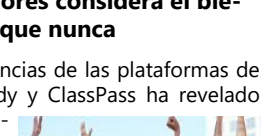
Un estudio liderado por investigadores del departamento de Educación Física y Deportiva de la Universidad de Granada ha demostrado que los escolares que practicaron ejercicio durante 5 meses redujeron el riesgo cardiovascular. El trabajo fue publicado en la revista JAMA Network Open (...)



[+Info](#)

El 80% de los consumidores considera el bienestar más importante que nunca

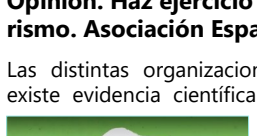
Un nuevo estudio de tendencias de las plataformas de gestión de fitness Mindbody y ClassPass ha revelado que el bienestar sigue influyendo en el comportamiento del consumidor. El estudio encontró que, sobre todos los demás entrenamientos, Pilates dominó como el más popular del año (...)



[+Info](#)

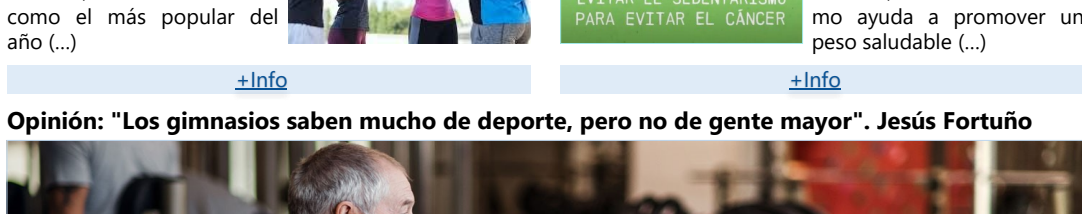
Opinión. Haz ejercicio para evitar el sedentarismo. Asociación Española contra el cáncer

Las distintas organizaciones mundiales afirman que existe evidencia científica sólida de que mantenerse físicamente activo disminuye el riesgo de padecer cáncer, concretamente reduce el riesgo de cáncer de colon, de mama y de endometrio. Además, evitar el sedentarismo ayuda a sedentarismo un peso saludable (...)



[+Info](#)

Opinión: "Los gimnasios saben mucho de deporte, pero no de gente mayor". Jesús Fortuño



Según indica el profesor de Blanquerna, el cliente de más de 65 años, actualmente, se está adaptando a la oferta de los gimnasios porque puede. Sin embargo, dentro de un tiempo esto será al revés porque, si no, este público cada vez más mayoritario quedará fuera (...)

[+Info](#)

#BEACTIVE Almería

DIPUTACIÓN DE ALMERÍA

DEPORTE PARA TODOS ENTRE TODOS Y PARA siempre

Municipios Activos

Conoce #BEACTIVE de la Diputación de Almería: