

EN ALCOBENDAS, ENTRENAMOS TU SALUD

Medicina Deportiva es un servicio que brinda el Ayuntamiento de Alcobendas con el objetivo de mejorar la calidad de vida de los enfermos a través de la actividad física y el deporte. Ahora ponemos en marcha **ENTRENA TU SALUD**, dirigido a los pacientes de cáncer, diabetes y párkinson, en coordinación con los centros de salud, las asociaciones y el impulso de la Comunidad de Madrid:

- Actividad física y cáncer.
- Actividad física y diabetes.
- Cursos para enfermos de párkinson.
 - Charlas y conferencias.

Es un proyecto innovador que introduce el entrenamiento para abordar la enfermedad crónica y permite el acceso a la actividad física a las personas con estas patologías.

Y, además, dirigido a personas con diferentes patologías, se organizan:

- Cursos de acondicionamiento cardiovascular.
 - Talleres de espalda para niños y adultos.
 - Ejercicio físico adaptado para personas con discapacidad (también intelectual).
 - Osteoporosis.
 - Parto y posparto.

Durante el último curso, cerca de 2.400 personas se han beneficiado de este programa.

Si te interesa 😊 infórmate:

Servicio Municipal de Medicina Deportiva.
Ciudad Deportiva Valdelasfuentes. Alcobendas.

Teléfono: 91 658 71 10.

Se concertará cita médica.

Correo electrónico: medico.pmd@aytoalcobendas.org

@ALCBDS_Deportes