

MARATÓN CONSEJO: Una actividad abierta a la comunidad



Dr. Ricardo Miguel Muiña

Gerente Coordinador de Servicios a los Profesionales del CPCECABA

consejo

Profesional de Ciencias
Económicas de la Ciudad

Fuente: Revista Consejo Año V – Nº 22 – Mayo 2012 – ISSN 1851-6610



En los últimos años, el Consejo desarrolló un programa de trabajo haciendo foco en la salud profesional. Así nacieron los programas de prevención, el chequeo médico gratuito, las campañas de vacunación, los consultorios médicos, la farmacia Consejo Salud y muchas otras iniciativas que hoy son realidad para beneficio del matriculado y su grupo familiar.

Como parte de este programa, el deporte no podía estar ausente, razón por la cual, desde 2008, tiene lugar la Maratón Consejo. Se trata de una carrera de calle como las que habitualmente se hacen en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires.

El domingo 10/06/12 se realizará la 5ª actividad de este tipo, organizada por el Consejo con la colaboración del Club de Corredores. Del evento participan más de 2.000 personas entre matriculados, familiares, amigos y público en general, los que lucirán una remera especialmente confeccionada para el evento.

Los inscriptos pueden participar caminando o corriendo las distancias de 3 km. o 10 km. Ese domingo, los presentes compartirán aproximadamente 2 horas al aire libre, en los bosques de Palermo, generándose así un clima de gran camaradería, vida saludable, deporte y alegría. Un locutor profesional conducirá el evento, y a las 9:00 comenzará el precalentamiento a cargo de profesores de gimnasia.

A las 9:30, la cuenta regresiva realizada por todos los participantes indicará que se acerca la largada. El recorrido estará señalizado y personal contratado se ocupará de la orientación y seguridad de los participantes.

El Consejo Salud aportará sus ambulancias y el personal médico necesario para resolver cualquier situación médica que pudiera presentarse. También estarán presentes maestras del Consejo, quienes se ocuparán de los más chiquitos en un espacio preparado al efecto.

Al final de la competencia se premiará a los mejores 3 tiempos de damas y caballeros en categoría General y Matriculados. También recibirán un reconocimiento los participantes con capacidades especiales y la categoría de mamás con bebés en cochecito.

Este año nos acompañarán los chicos de la Fundación Cecilia Baccigalupo, que de esta forma se suman a la alegría de este día especial.

Para los que quieran hacer su primera experiencia en este tipo de actividades al aire libre, les recordamos que es conveniente ir preparándose con anticipación. Para el día de la carrera conviene estar bien descansado, alimentarse e hidratarse siguiendo las recomendaciones de los especialistas, y efectuar una adecuada elongación muscular.

Nuestra tradicional Maratón conjuga en una sola actividad salud, deporte, recreación e integración social para el bienestar de los matriculados y la comunidad.