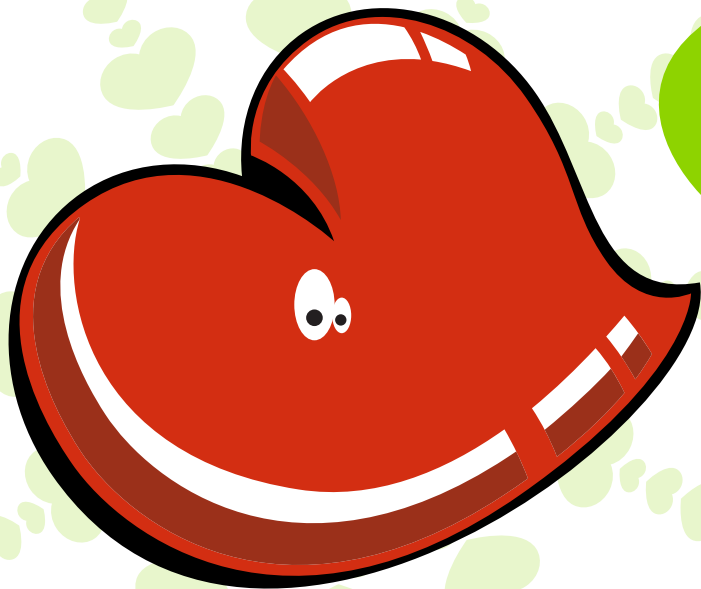


Ten a tu

# CORAZÓN CONTENTO

Domingo 23 de mayo 2010

3ª Marcha de 8 km. por Pozuelo de Alarcón



Abierto a todos los públicos  
Dirigido especialmente  
a personas con enfermedades  
cardiovasculares u obesidad



Ayuntamiento de  
**POZUELO  
DE ALARCÓN**

Con solo caminar un rato todos los días tendremos un corazón contento. Con la iniciativa de hacer 8 kilómetros andando por Pozuelo de Alarcón se pretende promover la marcha como medida preventiva y terapéutica de las enfermedades cardiovasculares, obesidad, hipertensión, pacientes con colesterol alto, etc.

## PARTICIPANTES

Abierto a todos los públicos.

Dirigido especialmente a personas con enfermedades cardiovasculares u obesidad y, en general, a aquellas personas que caminen con frecuencia.

## CARRERA

- ♥ **Fecha:** 23 de mayo a las 11:00 horas.
- ♥ **Salida:** Parque Isaac Albéniz (Pozuelo de Alarcón).
- ♥ **Meta:** Casa de la Cultura (Camino de las Huertas)
- ♥ **Recorrido:** Por el parque hasta la Plaza de la Constitución, se sigue por la Avda. Juan XXIII, calle Italia hasta el polideportivo Carlos Ruiz y vuelta por las mismas calles al Camino de las Huertas.

**CATEGORÍAS:** Se dividen en dos grupos: PACIENTES Y SANOS

- ♥ **Infantil:** Hasta 14 años
- ♥ **Junior:** de 14 a 35 años
- ♥ **Senior:** 35 a 69 años
- ♥ **Mayores:** más de 70 años

## PREMIOS

En cada categoría se entregarán medallas a los ganadores y diplomas a todos los participantes.

## CONTROLES / SERVICIOS SANITARIOS Y DE APOYO

A lo largo del recorrido se realizarán controles por parte de los Servicios Sanitarios para atender a los participantes que muestren signos de fatiga, sudoración excesiva, etc.

## INSCRIPCIONES HASTA EL 19 DE MAYO

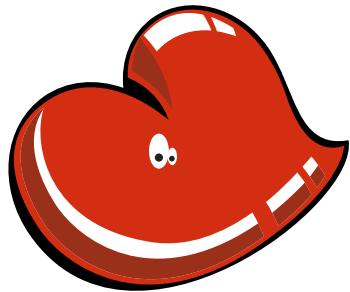
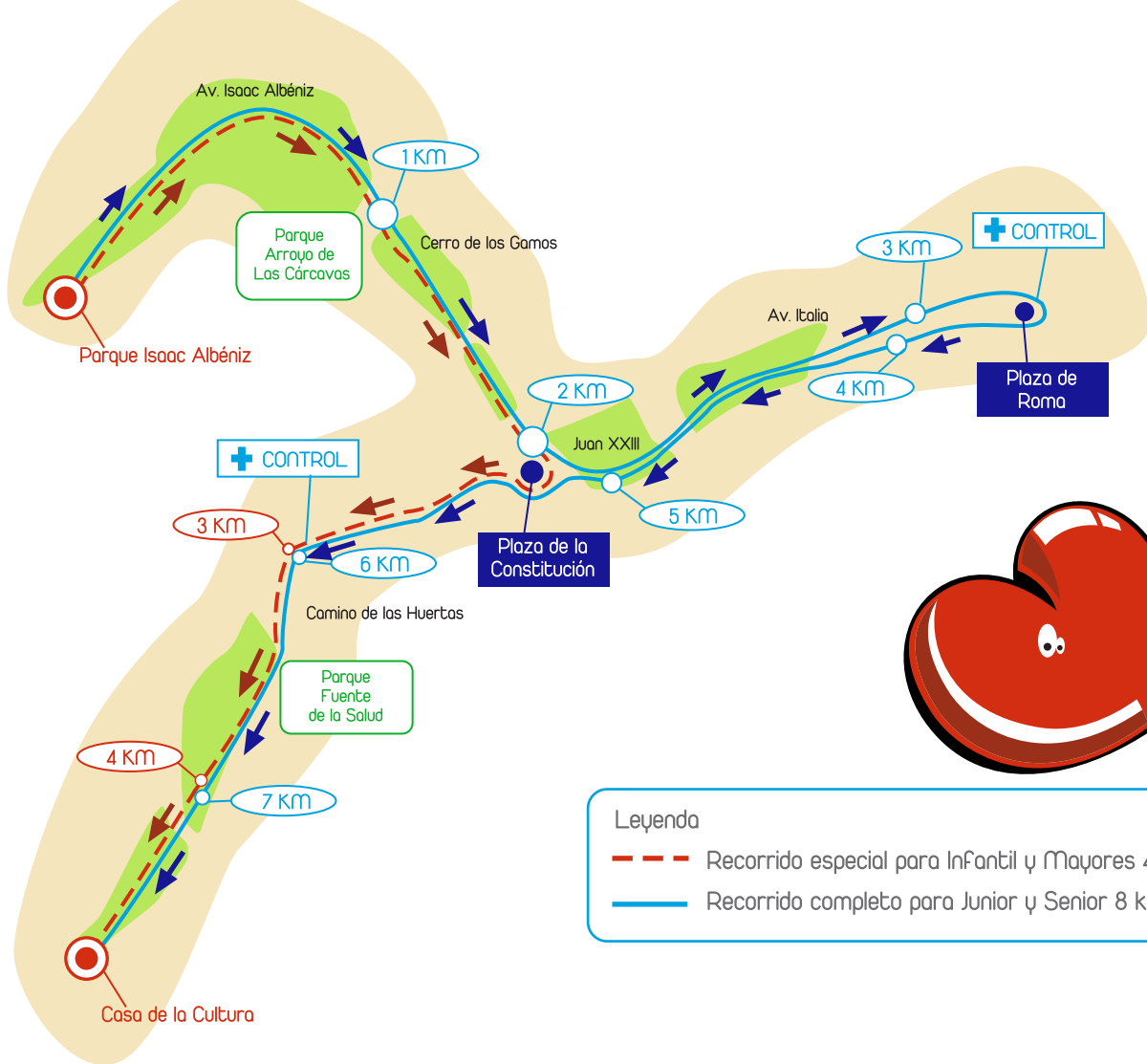
**Por mail:** la hoja de inscripción se puede descargar de [www.pozuelodealarcon.es](http://www.pozuelodealarcon.es) y de [www.marchapozuelo.org](http://www.marchapozuelo.org) y enviar a [c.sanidad@pozuelodealarcon.org](mailto:c.sanidad@pozuelodealarcon.org)

**Presencial:** en la Concejalía de Sanidad, Camino de Alarcón, 6 (junto al Centro de Salud San Juan de la Cruz)

Tel: 91 799 26 93

**Imprescindible presentar el DNI el día de la carrera.**

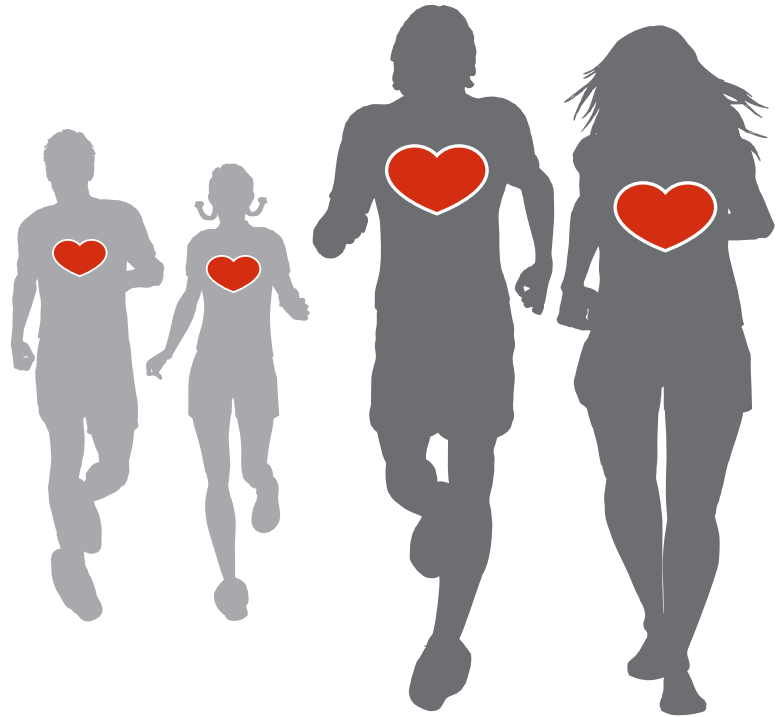
**NOTAS:** Recorrido especial de 4 km para niños (menores de 14 años) y mayores de 70 años. Se recomienda aparcar el vehículo cerca de la meta .



**Leyenda**

- Recorrido especial para Infantil y Mayores 4 km
- Recorrido completo para Junior y Senior 8 km

[www.marchapozuelo.org](http://www.marchapozuelo.org)



Ayuntamiento de  
**POZUELO  
DE ALARCÓN**