

# Participará BCS en la activación de la semana mueve



FOTO: INSUDE

**La Paz, Baja California Sur (BCS).** El Instituto Sudcaliforniano del Deporte (INSUDE) informó por medio de un boletín de prensa que se invita a la población del Estado a ser parte de la décima edición de la **Semana Mueve**, actividad que a través de la **Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte (CONADE)** promueven a nivel mundial la **Asociación Internacional de Deportes y Cultura (ISCA)** en Dinamarca y el **Servicio Social Do Comercio (SESC SP)** con el apoyo de la **UNESCO**.

De acuerdo al boletín, la **Semana Mueve** tendrá lugar del 17 al 25 de septiembre en lo largo y ancho del estado donde se busca promover la práctica del deporte para lograr una sociedad más activa y saludable, así lo dio a conocer la subdirectora de Cultura Física y Deporte del **INSUDE**, Rocío Madrid Peña.

Madrid Peña enfatizó que la Semana Mueve tendrá 5 ejes temáticos para la promoción de actividad física y deporte que son Mueve Zen, que abarca las actividades de concentración, movimiento y control respiratorio; Mueve Gimnasio, donde se incluyen clases, entrenamientos, acondicionamiento y musculación; Mueve Deportes, refiriéndose a la práctica de algún deporte individual o colectivo.

Mueve Agua también es uno de los 5 ejes temáticos de la actividad, donde se incluyen las actividades físicas y deportivas en medios acuáticos; el último eje es Mueve Niño-Adulto Mayor, refiriéndose a las actividades lúdico deportivas en todas las edades.

La subdirectora finalizó invitando a todos los interesados comunicarse al teléfono 6121224712 o al correo electrónico [culturafisica@insude.gob.mx](mailto:culturafisica@insude.gob.mx) para recibir más información, concluyó el boletín de prensa.