

## NOTA DE PRENSA

Desde la **Asociación de Gestores del Deporte de Castilla la Mancha (AGDCM)**, con el apoyo de la **Dirección Gral. De Deportes de la JCCM** y las cinco **Diputaciones Provinciales** y la colaboración de la **Universidad de Castilla La Mancha** y el **Colegio de Licenciados y Graduados en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte de nuestra Región (Colef de CLM)** ponemos en marcha una iniciativa con el objetivo principal de mantener activa a nuestra población.

Las continuas restricciones y cierres de las instalaciones y servicios deportivos provocados por la situación que vivimos por la pandemia COVID-19 han provocado un aumento de la inactividad en nuestros ciudadanos y por ello queremos seguir generando hábitos saludables en nuestros niños, mayores y la población en general.

El proyecto **“A Moverse”**, tiene por lo tanto el objetivo prioritario de generar movimiento, actividad físico-deportiva con el fin de mantener nuestro cuerpo y mente activos, minimizando las propiedades nocivas del sedentarismo.

Durante el mes de marzo, todas las personas que quieran participar de este evento virtual, generarán **“moves”** con su actividad diaria, cuanta más actividad más **“moves”**. Competirán contra sí mismos y con los demás participantes con un fin común **“Moverse por Castilla La Mancha”**, y cada uno lo hará por su provincia. ¿Qué provincia generará más moves?

El segundo objetivo tiene que ver con ser solidarios, cada participante **con su inscripción donará 2 euros** (inscripción 2,5€ – 9,5€ si quieres camiseta del evento) a los bancos de alimentos provinciales, consiguiendo además aportar su granito de arena para ayudar a los más desfavorecidos.

Inscripciones en [www.midorsal.com](http://www.midorsal.com)  
Información en [info@agdcm.es](mailto:info@agdcm.es)

**AGDCM**  
Contacto: [comunicacion@agdcm.es](mailto:comunicacion@agdcm.es)

