

## **Segunda edición de las Jornadas '¡Come sano, haz deporte!' para promocionar la dieta mediterránea**

**Niños y adultos podrán participar en las actividades deportivas que se organizan en la explanada multifuncional Madrid Río, próxima al Matadero. Se practicarán diversas modalidades deportivas de fútbol, voleibol, baloncesto 3x3, bádminton, patinaje en línea "freestyle", tenis de mesa y gimnasia rítmica. Las actividades forman parte de la campaña #mediterraneamos 2016 de promoción de la Dieta Mediterránea**

El Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente organiza, por segundo año consecutivo, las Jornadas de Alimentación y Deporte, bajo el lema "¡Come sano, haz deporte!" que tendrán lugar los días 1 y 2 de octubre en la explanada multifuncional de Madrid Río, próxima al centro creativo Matadero.

En más de 4.000 m<sup>2</sup> se desarrollarán diversas modalidades deportivas de fútbol, voleibol, baloncesto 3x3, bádminton, patinaje en línea "freestyle", tenis de mesa y gimnasia rítmica. Todas estas actividades serán gratuitas y contarán con el asesoramiento de monitores y entrenadores federados.

Se habilitará una zona de inscripción y precalentamiento donde los participantes, una vez registrados, recibirán una sesión preparatoria de 10 minutos en la que conocerán más sobre los beneficios para la salud que proporcionan la Dieta Mediterránea y la práctica de actividad física.

Los participantes podrán también conocer su Índice de Masa Corporal (IMC), así como la alimentación que más se ajusta a sus necesidades, gracias a los expertos que allí se darán cita.

Dirigida al público en general, tanto niños y jóvenes como adultos, la iniciativa forma parte de la 4ª edición de la campaña #mediterraneamos, que busca el fomento de la alimentación variada y la práctica de actividad física diaria y moderada, siguiendo el estilo de vida propio de la Dieta Mediterránea.

### **Campaña #Mediterraneamos**

Durante este cuarto año de la campaña #mediterraneamos, además de las "Jornadas de Alimentación y Deporte", también han desarrollado acciones promocionales como campamentos, talleres en colegios o campeonatos deportivos escolares nacionales. La presente edición de estas Jornadas 2016 cuenta con la colaboración de Asociación Española de Fabricantes de Zumos (ASOZUMOS).

Lugar: Explanada multifuncional de Madrid Río, próxima al centro creativo Matadero, Madrid.

Horario:

sábado 1, de 11:00 a 19:00 h

domingo 2, de 11:00 a 15:00 h.

Para más información

[www.alimentacion.es](http://www.alimentacion.es)

<http://www.alimentacion.es/es/campanas/mediterraneamos/jornadas-alimentacion-y-deporte-2016/default.aspx>

Redes Sociales y canales

Twitter: [@Alimentacion\\_es](https://twitter.com/Alimentacion_es)

Facebook: <https://www.facebook.com/magramagob>

Instagram: [@mediterraneamos](https://www.instagram.com/mediterraneamos)

Youtube: <https://www.youtube.com/user/magramagob>

Periscope: [@alimentacion\\_es](https://www.periscope.tv/@alimentacion_es)

El contenido de este comunicado fue publicado primero en la web de CEDEX

#### **Datos de contacto:**

Nota de prensa publicada en:

Categorías: [Gastronomía](#) [Madrid](#) [Infantil](#) [Industria Alimentaria](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>