

# Prensa Diario La Cuarta

## Semana del 26 de septiembre al 2 de octubre 2016

# La Cuarta

Miércoles 28 de septiembre de 2016

## Métale zumba en el fin del mundo

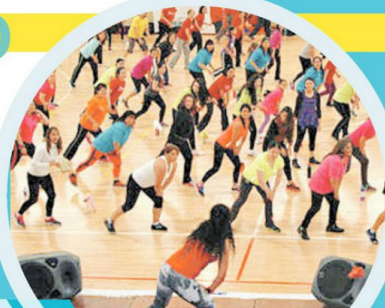
Un tremendo lote de chiquillas de las tierras pingüinas le sacó la lengua al frío y a las ganas de quedarse en casa, al lado de la estufa, y le dieron la bienvenida a la primavera a punta de dancing y actividad física.

Las entusiastas y alegres féminas se juntaron en el Gimnasio Fiscal de Punta Arenas, donde cantaron, bailaron y gozaron realizando distintas muestras artísticas y deportivas, como baile entretenido, zumba y pilates. Obviamente estas lolitas no nacieron sabiendo todos estos movimientos, sino que han estado practicando durante todo el año

en el programa Mujer y Deporte, que realiza el Ministerio del Deporte a través del Instituto Nacional de Deportes (IND). "Hace dos años que hago baile entretenido y me ha cambiado la vida. Me levanto cada día más contenta y mi familia lo ha notado, también he logrado bajar unos kilos y me siento hasta más bonita", tiró con la mansa sonrisa Mónica Contreras, de 53 añitos, durante el evento que contó con el apoyo del Servicio Nacional de la Mujer y la Equidad de Género (Sernameg) de Magallanes. Cache que el cocido estaba tan

entretenido que hasta la seremi del deporte de Magallanes, Alejandra Olate, se prendió, se dejó llevar por la música y mostró sus mejores pasos. "Las mujeres tienen una gran responsabilidad con sus familias ya que son ellas las primeras promotoras de buena salud, especialmente con los niños. Por eso tenemos un compromiso con

ellas y hemos puesto una gran cantidad de talleres para que puedan participar y mejorar su calidad de vida", señaló la autoridad. Ya saben chiquillas, los talleres que el programa Mujer y Deporte realiza en la región, son gratuitos y funcionan todo el año.



# 300

mujeres se reunieron en el Gimnasio Fiscal de Punta Arenas a puro pasarlo chanco, en un evento del programa Mujer y Deporte.

TODA LA INFORMACIÓN DE LOS PROGRAMAS DEPORTIVOS EN [WWW.IND.CL](http://WWW.IND.CL), [WWW.MINDEP.CL](http://WWW.MINDEP.CL) Y FACEBOOK Y TWITTER @MINDEPCHILE