

Los corredores de la Ciudad tienen un espacio donde entrenar y adquirir las herramientas necesarias para poder desarrollar la actividad del Running dentro de un marco de bienestar y control. Días, horarios y lugares de las prácticas.

Buenos Aires impulsa el deporte, las actividades al aire libre y la vida sana. Por eso, año tras año se aumentaron la cantidad de carreras organizadas en la Ciudad, lo que permitió que más personas puedan disfrutan de correr por Buenos Aires.

El Gobierno porteño, a través de la Subsecretaría de Deportes, implementa el programa Buenos Aires Corre, que se desarrolla en el Parque Saavedra, Banff, Puerto Madero, Palermo Golf, Facultad de Derecho, Plaza Arenales, Lugano, Rosedal, Parque Centenario, Chacabuco.

En las clases, profesores experimentados guían a los participantes en entradas en calor, elongación, ejercicios de acondicionamiento físico general (abdominales, espinales, correctivos de postura, trabajos de fuerza de brazos y piernas con pesas y mancuernas) y entrenamiento específico.

Luego, se arman pequeños grupos para caminar, trotar o correr, de acuerdo al nivel de cada uno, teniendo en cuenta que la actividad puede ser realizada tanto por un corredor veterano como por aquellos que recién se inician.

De esta manera, los corredores de la Ciudad tienen un espacio donde entrenar y adquirir las herramientas necesarias para poder desarrollar la actividad del Running dentro de un marco de bienestar y control.

El Running en la Ciudad se potenció en los últimos años y fue creciendo hasta alcanzar un récord histórico de personas que se sumaron a esta actividad, posicionando a Buenos Aires como la capital del Running en la región. Durante estos últimos años, más de 500 mil corredores pudieron participar de más de 100 carreras de calle.

