

# DÍA DEL ENTRENADOR DEPORTIVO

8

DE MAYO

El día deportivo es la oportunidad en la cual nos reunimos estudiantes, padres y profesores para compartir juntos ese día; El deporte es crucial para la salud física y mental de las personas, así como para el desarrollo social.

El deporte debería de ser una actividad que todos deberíamos de hacer a diario como mínimo 15 o 20 minutos al día no porque sea una obligación sino por nuestro propio bien.

El deporte nos mantiene saludables, aunque con tanta tecnología hemos perdido el interés por hacer ejercicio por estar mucho tiempo con una pantalla lo que nos puede provocar problemas a futuro por falta de ejercicio.

Esto motivó a nuestro colegio a que toda la comunidad educativa del liceo la enseñanza se reuniera en la ciudadela deportiva para compartir juntos este día, disfrutando de diferentes actividades deportivas como partidos de fútbol, voleibol y carreras de atletismo.

Victoria Benjumea - 7<sup>o</sup>

