

3-4 EKİM DÜNYA YÜRÜYÜŞ GÜNÜ

Günümüzde toplumun fiziksel aktivite konusunda bilgi düzeyinin yetersiz olması, fiziksel aktivitenin sağlık için öneminin yeterince anlaşılabilmesi ve giderek hareketsiz bir yaşam tarzının benimsenmesi, toplumda obezite, kalp-damar hastalıkları, hipertansiyon, diyabet, osteoporoz gibi kronik hastalıkların görülme sıklığını arttıran önemli nedenlerden biri olmuştur. Fiziksel hareketsizlik dünya genelindeki ölümlerin dördüncü önde gelen risk faktörü olarak belirlenmiştir.

Bu çerçevede, Bakanlığımızca yürütülen “Türkiye Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Hayat Programı” kapsamında sağlıklı yaşamın teşviki, obezitenin önlenmesi ve fiziksel aktivitenin desteklenmesi amacıyla yapılan etkinliklerden biri olan Dünya Yürüyüş Günü her yıl 3-4 Ekim’de kutlanmaktadır.

3- 4 Ekim Dünya Yürüyüş Günü dolayısıyla, hareketli yaşamın teşviki ve fiziksel aktivite alışkanlığı kazandırılması amacıyla, 03 Ekim 2017 Salı günü Sahil Dolgu Alanda sabah 07:00-07:30 saatleri arasında, spor uzmanı eşliğinde sabah sporu yapılmıştır.

İlki 03 Ekim 2017 Salı günü gerçekleştirilen spor faaliyetleri süresiz olarak her hafta Salı ve Perşembe günleri Sahil Dolgu Alanda gerçekleştirilecektir.



