

Ibagué, 22 de mayo de 2025

Comunicado de prensa 852

¿Lo sabías? Ibagué le apuesta a fortalecer el entrenamiento funcional

Este tipo de actividades consolidan a la ciudad como la ‘Casa del deporte en Colombia’, también en nuevos estilos y conceptos.

Con el apoyo de la Alcaldía y el Instituto Municipal para el Deporte y la Recreación se realizó el Campeonato Radikal Fest, certamen que reunió a los mejores deportistas de la ciudad en el entrenamiento funcional, una actividad con gran acogida.

Dichos trabajos se enfocan en mejorar la capacidad del cuerpo para realizar movimientos y actividades cotidianas de manera eficiente y segura que implica una serie de ejercicios y movimientos naturales involucrando fuerza muscular y de las articulaciones.

El escenario habilitado fue el Parque Multifuncional de la calle 60 administrado por el Imdri y que reunió 310 deportistas en las categorías intermedios, novatos y avanzados, tanto en sencillo y duplas, en las ramas femenina y masculina.

“Esto es un impacto muy positivo, ya que las personas que asistieron ven en el deporte una nueva alternativa, pero lo mejor, es ayudar a contrarrestar el sedentarismo y los hábitos diarios que muchas veces no contribuyen a una excelente salud”, dijo Andrés Cárdenas, coordinador del evento.

Este tipo de actividades se ha vuelto bastante común en los barrios y comunas de la ciudad; por tal razón, se ha venido apoyando desde los programas misionales del Imdri para hacer el acompañamiento respectivo en los procesos.