



## NOTA DE PREMSA

---

### Els fisioterapeutes urgellencs, amb La Marató de TV3

---

El proper diumenge 14 de desembre, el Grup d'Interès de Fisioterapeutes de l'Alt Urgell del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya, col·labora, per segon any consecutiu, amb La Marató de TV3, que enguany està dedicada a les malalties del cor.

Els fisioterapeutes urgellencs han organitzat una activitat que tindrà com a objectiu donar a conèixer, de forma individualitzada, quin tipus d'exercici físic és el més adequat per a cada persona.

L'activitat, que començarà a les 11.00 h a Sala Parquet del Pavelló Poliesportiu Municipal de La Seu d'Urgell, s'iniciarà amb una entrevista personal i amb la recollida de dades de salut de cada persona, per, tot seguit, explicar-los aquells consells que cal tenir en compte a l'hora de realitzar activitat física de forma saludable. Per finalitzar, els fisioterapeutes urgellencs elaboraran un pla d'exercici personalitzat per a cadascú.

Amb aquesta iniciativa, el Grup d'Interès de Fisioterapeutes de l'Alt Urgell del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya vol recordar que els fisioterapeutes són els professionals sanitaris autoritzats per a la prescripció d'activitat física i saludable, i que cada persona té unes especificitats que determinen quin és el tipus i la quantitat d'activitat física que necessita per portar una vida el més saludable possible.



**Col·legi  
de Fisioterapeutes  
de Catalunya**

**Àrea de Comunicació i Relacions Institucionals**  
C/ Segle XX, 78 – 08032 Barcelona  
Tel. 93 207 50 29 / Fax. 93 207 70 22  
[www.fisioterapeutes.cat/comunicacio](http://www.fisioterapeutes.cat/comunicacio)