



## Primera Carrera Atlética en la CROC Oaxaca



Todo un éxito resultó la carrera atlética realizada por la Confederación Revolucionaria de Obreros y Campesinos CROC, para celebrar su 52 aniversario de labor sindical en el estado de Oaxaca.

Deportistas de tres generaciones dieron realce al evento atlético al igual que competidores del Estado de México, Tijuana, Kenia, Canadá, entre otros que se dieron cita en el parque el Llano para participar en alguna de las dos carreras que el día domingo se corrieron por la ciudad.

A las 8 de la mañana inició la competencia de los 5 y 10 kilómetros. Más de quinientos participantes se inscribieron y disfrutaron también de una caminata familiar. Dentro de su primera edición se tuvo como arranque y meta Frente a la Iglesia de Guadalupe, sitio en donde todos los participantes recibieron la camiseta oficial del evento y al finalizar todos se hicieron acreedores de una medalla conmemorativa del 52 aniversario de la CROC.

Al dar la señal de salida, David Aguilar Robles,

manifestó que el propósito principal es promover el acondicionamiento físico y la convivencia familiar, para un mejor rendimiento en las actividades cotidianas y personales de la población.

Cabe destacar que luego de la carrera se hizo entrega de los premios en efectivo y medallas a los ganadores de cada categoría, así como un merecido reconocimiento por su dedicación y entrega durante la justa deportiva.

Aguilar Robles refrendó su compromiso de seguir fomentando la cultura deportiva y espacios de activación física, de atender las necesidades que cada disciplina deportiva exige, para elevar las capacidades de los atletas y deportistas. Además informó que debido al éxito logrado con esta primera entrega y lo importante que es valorar a las personas por su capacidad, habilidad, destreza y, sobre todo, por el esfuerzo y dedicación que imprime en la sociedad en materia deportiva el próximo año se realizará la segunda edición de la carrera atlética y zumbatón.



## Mega clase de Zumba, CROC Oaxaca



Con una gran participación, se desarrolló con éxito el Zumbatón CROC 2014 en la explanada del paseo Juárez el Llano, que se organizó a fin de fomentar y promover el deporte en las familias y así celebrar un aniversario más de la Confederación Revolucionaria de Obreros y Campesinos.

La actividad se llevó a cabo en un ambiente completamente familiar y de manera divertida para las familias, quienes demostraron entusiasmo al participar en esta mega clase, que además promovió la actividad física. Con la intervención de más de once instructores y con la participación estelar de César Augusto Canseco Girón instructor calificado por la CONADE en Zumba, las personas bailaron por más de dos horas e hicieron ejercicio de manera entretenida ya que los sonidos de la música latina y el ejercicio cardiovascular son sus principales protagonistas, así que no hay forma de no divertirse mientras se realiza este ejercicio.

“Resulta muy satisfactorio ver la enorme cantidad de personas que asisten a estas clases. Bailar es un gran ejercicio, además de una forma de relajarse; y ésta es una actividad que combina ejercicio. Todo un sistema perfectamente bien estructurado que le da grandes beneficios a la salud” manifestó David Aguilar Robles secretario general de la CROC.

“Observamos que las personas se divierten mucho realizando esta actividad, al mismo tiempo que mejoran sus condiciones físicas y de peso. Esta es la propuesta deportiva que más repercusión ha causado nuestros compañeros croquistas, porque no sólo las mujeres participan, sino también hombres y niños. Saben que desde esta organización apoyamos el deporte e impulsamos a la sociedad a practicarlos por los múltiples beneficios que nos brindan”, puntualizó Aguilar Robles.

Reiteró que este tipo de actividades se llevan a cabo con la finalidad de promover la convivencia familiar y vecinal del lugar, ya que es uno de los sectores más grandes de la población donde es importante reforzar los valores familiares y fomentar la actividad física.

Asimismo, invitó a la población a acudir a alguno de los once espacios en los que se dan clases de Zumba en el municipio de Oaxaca de Juárez, totalmente gratuitos y acercarse a los Centros de Desarrollo Comunitario “Serafín Aguilar Franco” que se encuentran en Xoxocotlán y en el centro de la capital, también para que aprovechen los talleres y actividades deportivas que se realizan así como el disfrute de las actividades culturales que se organizan en estos centros sin costo alguno.