

El super fondista Ricardo Abad llega a Cáceres tras 14.852,6 KM recorridos



Redacción DEX

Este domingo 18 de septiembre, Ricardo Abad animará a los cacereños a superar retos y a correr con él a través de la iniciativa "Nos gusta la gente que supera retos" La iniciativa pretende impulsar el desarrollo de "retos" que mejoren la salud a través del control del peso



Ricardo Abad

Durante el próximo domingo 18 de septiembre, Ricardo Abad correrá, en Cáceres, su maratón 353 del total de 500 maratones consecutivos que conforman su reto. Así, las personas que lo deseen, podrán acercarse a las 10:00h al Ayuntamiento de Cáceres donde tendrán la posibilidad de

conocer, animar o acompañar unos kilómetros a Ricardo Abad, embajador de la primera edición de esta iniciativa, quien realizará su maratón desde la Plaza de Toros, siguiendo por las calles Escampleros, Belchite y Veracruz para llegar a una pequeña carretera local que atraviesa por un puente la Ronda de Cáceres para volver de nuevo al punto de partida.

"Nos gusta la gente que supera retos" es una iniciativa impulsada por la empresa especializada en el tratamiento de la obesidad y el sobrepeso, PronoKal[®] que ayuda al desarrollo de proyectos que mejoren la salud de la población, con una dotación económica anual para el reto escogido. En esta primera edición, el proyecto escogido ha sido el de Ricardo Abad, quien a lo largo de este año y parte de 2012, recorrerá España para dar a conocer la campaña y animar a la población a participar.

Ricardo Abad es un navarro de 40 años que ha sido escogido por su reto de correr 500 maratones en 500 días para promover la práctica de actividad física entre la población como hábito de vida saludable.

A lo largo de esta iniciativa, el corredor anima a la población a conocer su reto, correr con él y participar en la campaña presentando sus propios retos en la página web www.pronokal.com, en la sección concreta de la iniciativa, donde encontrarán las características específicas que deben tener los Retos.

Los retos pueden ser presentados por personas o colectivos que tengan como objetivo mejorar la salud a través del control de peso con proyectos de investigación, educación, sensibilización sobre el tema, Ejercicio Físico, Nutrición / alimentación y medicina.

Motivación y Retos para todos

Además, en 7 ciudades españolas y una portuguesa se desarrollaran actividades también relacionadas con la mejora de la salud para la población. Actualmente, ya se han visitado las ciudades de Sevilla (26 de mayo) y Pamplona (16 de junio) y el calendario previsto para las siguientes es:

- 15 de septiembre – Santiago de Compostela
- 1 de octubre – Madrid
- 10 de noviembre – Valencia
- 15 de diciembre – Lisboa
- 26 de enero 2012 – Canarias
- 12 de febrero 2012 – Barcelona

En estas ciudades se desarrolla el **circuito de actividades "Cuida tu salud"** relacionadas con la mejora de la salud de la población que consisten en: **taller de asesoramiento dietético, taller de actividad física y el Mural de los Retos**. Además quien lo desee podrá presentar de forma presencial su candidatura oficial en el Buzón de los Retos.

Acerca de PronoKal® - www.pronokal.com

El Método PronoKal® llega a España en el 2004 de la mano de Protein Supplies S.L., empresa con sede en Barcelona y oficinas en Barcelona, Madrid y Valencia, con un equipo humano formado por más de 180 personas. **Este método personalizado se realiza bajo estricto control médico y está basado en un protocolo científico de más de treinta años de aplicación.** A día de hoy ya son más de 200.000 pacientes tratados con el Método PronoKal®.

En su plantilla se encuentran **dietistas-nutricionistas, que dan soporte al paciente durante todo el proceso de pérdida de peso**, delegados de visita médica y personal administrativo. Además, como colaboradores fijos cuenta con especialistas en actividad física, en apoyo emocional, así como expertos en cocina que aportan ideas creativas y fáciles para realizar menús saludables. El Método PronoKal®, que sólo puede ser prescrito por médicos especialmente formados, cuenta actualmente con más de 1.500 médicos prescriptores en España.

Otro de los pilares básicos de Protein Supplies S.L. es la formación continuada de los profesionales que se relacionan con la empresa. Por ello ofrece tanto a sus empleados como a los médicos prescriptores un programa de actualizaciones sobre el método con el fin de aumentar y actualizar los conocimientos en relación al Método PronoKal® y a la Dieta Proteinada. **La compañía está llevando a cabo, además, diferentes estudios científicos cuyo objetivo es evaluar la tolerabilidad, seguridad y eficacia del método, cuyos resultados preliminares están siendo muy positivos y presentados en los principales foros científicos del país.**

The screenshot shows the website **digitalextremadura.com** with the date **Viernes, 16 septiembre 2011**. The main article is titled **El super fondista Ricardo Abad llega a Cáceres tras 14.852,6 KM recorridos**. The article text reads: "Este domingo 18 de septiembre, Ricardo Abad animará a los cacereños a superar retos y a correr con él a través de la iniciativa 'Nos gusta la gente que supera retos'. La iniciativa pretende impulsar el desarrollo de 'retos' que mejoren la salud a través del control del peso". There is a photo of Ricardo Abad and a caption: "Durante el próximo domingo 18 de septiembre." The right sidebar features sports news from **as.com**, including "Posible penalti de Iborra al Real Madrid", "Liga BBVA, Jornada 4. Levante 1-0 Real Madrid", "Serie A, Jornada 3. Siena 0-1 Juventus", and "Serie A, Jornada 3. Udinese 2-0".

