

# La Clínica de Neurociencias diseña un plan de medicina deportiva para El Plantío

El programa potencia la practica del golf como medida para combatir la ansiedad y el estrés

## ■ EJERCICIOS

### ● Anaeróbicos y aeróbicos.

Entrenamiento de fuerza y potencia muscular y ejercicios cardiovasculares

### ● Fitness o Idoneidad física.

Resistencia y movilidad.

### ● Flexibilidad y elasticidad.

Entrenamiento articular y musculoflendinosos.

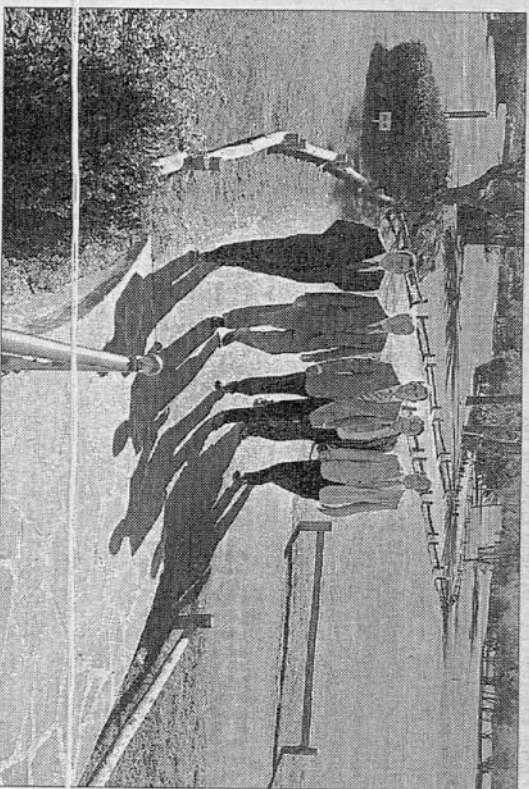
### ● Nutrición.

Programas de hipertrofia y aumento de la masa muscular magra. Planes de reducción de la masa grasa.

## A. Q. ■ ALCANTE

El campo de golf El Plantío y la Clínica Médica de Neurociencias de Alicante (CMN) han firmado un convenio, pionero en España, para "garantizar a los socios una cobertura médica con los métodos más modernos", señala Pedro Antón, director de la CMN. Además, el acuerdo sirve para "ofrecer un asesoramiento a la gente que practica el golf y a los que se inician en este deporte", puntualiza Antón.

Para Manuel Ferry, director del campo de golf El Plantío, "queremos que nuestros usuarios tengan la atención de los mejores profesionales de la medicina deportiva". Asimismo, Ferry señaló que "en la ac-



Responsables de El Plantío y de la CMN, ayer, antes de firmar el convenio. /R. MILAN

tualidad la practica del golf se está extendiendo a todas las edades, incluso tenemos un federado que tiene más de 90 años", puntualizó Ferry.

Desde el contexto de la medicina deportiva, Antón recordó que "practicar el golf ayuda a combatir la ansiedad y el estrés en el que vivimos sumergidos". Por eso, Antón subrayó "la importancia de complementar el deporte y la salud". En

este sentido, Julián Álvarez, médico de medicina deportiva de la CMN, destacó "la filosofía innovadora para tener salud mientras se disfruta haciendo deporte".

Para el director médico del CMN, José Vicente Sánchez, "el convenio supone la convergencia de la línea turismo-deporte-salud, como futuro proyecto de riqueza de la provincia de Alicante", señaló Sánchez.