



Deporte

## EL JARDÍN BOTÁNICO HISTÓRICO LA CONCEPCIÓN ACOGE ESTE SÁBADO UNA JORNADA DE YOGA Y QIGONG

La actividad es gratuita y permitirá disfrutar de estas disciplinas físico-mentales bajo el cenador de las glicinias, una de las zonas más reconocidas del espacio

20/03/2024.- El Jardín Botánico-Histórico La Concepción acoge el sábado, 23 de marzo, dos actividades de yoga y una de qigong organizadas por el Área de Deporte del Ayuntamiento de Málaga. La acción tendrá lugar en el cenador de las glicinias, una de las zonas más emblemáticas de este espacio.

Los concejales de Deporte y de Sostenibilidad medioambiental del Ayuntamiento de Málaga, Borja Vivas y Penélope Gómez, respectivamente, han mantenido contactos con el presidente de la Asociación Instituto Andaluz del Yoga, Joaquín García Weil, y la presidenta de la Asociación Española de Qigong Deportivo (AEQD), Ángela Roa, los colaboradores del evento.

La actividad “Yoga en el Jardín” celebra su tercera edición y ofrecerá dos turnos para disfrutar de esta disciplina de origen hindú. El primero de ellos se denomina “Yoga energético” comenzará a las 10:45 horas y finalizará a las 12:15 horas. La llegada de los participantes será a las 10:30 horas. La segunda de ellas, llamada “Yoga relajo y sensaciones”, dará comienzo a las 12:30 horas (llegada a las 12:15 horas) y acabará a las 14:00 horas. Los asistentes podrán disfrutar de unos momentos de música en vivo a cargo de Marcelo Thanh. El acceso a la actividad requiere inscripción previa en este enlace: <https://deporte.malaga.eu/agenda-deportiva/detalle-de-la-agenda/Yoga-en-El-Jardin-00002/>

“Qigong en el Jardín” es la novedad para este año, con una sesión a las 09:45 horas y hasta las 10:30 horas. Esta actividad, nacida en China, se basa en movimientos lentos y suaves que activan el organismo y que fortalecen el cuerpo con su práctica constante. Fueron desarrollados para mantener y mejorar la salud, evitar enfermedades y conseguir un cuerpo longevo y ágil. El acceso a la actividad requiere inscripción previa en este enlace (<https://deporte.malaga.eu/agenda-deportiva/detalle-de-la-agenda/Qigong-en-El-Jardin/>). Por último, el Área de Deporte ha ofertado 50 plazas para cada una de las actividades.

### DISCIPLINA CON TRADICIÓN

El yoga es disciplina muy vinculada a las actividades municipales con diferentes programas se desarrollan a lo largo del año y que incluyen esta práctica. Para el



desarrollo de esta propuesta es fundamental la colaboración entre el Jardín Botánico - Histórico La Concepción y el Área de Deporte. El éxito de participación los años anteriores ha dado continuidad a este programa y llevándolo a espacios singulares como el de esta edición. El yoga tendrá su continuidad con la cita anual en el programa “Deporte en Feria” en el mes de julio y con el “Yoga en el Castillo (Gibralfaro)” en octubre.