



## Holmes Place – Fit Family i la Setmana del Cor

## Maig 2008

### Holmes Place – Fit Family i la Setmana del Cor

Amb motiu de la celebració de la XXIV Setmana del Cor, la *Fundación Española del Corazón*, organitzadora de l'acte, va contactar amb Holmes Place per aconseguir un acord de col·laboració i poder participar, d'aquesta manera, amb un acte de gran transcendència.

### Les Activitats

En aquesta edició de la Setmana del Cor, Holmes Place va participar en 2 actuacions.

Per una banda, es va organitzar una activitat esportiva a l'aire lliure. En la qual, una dels nostres tècnics (Angel Bedia-LAM) estaria al càrrec de desenvolupar una sessió de Tai Chi pel públic assistent. Desafortunadament, el clima no va acompanyar i es va haver de suspendre.

L'altre activitat que s'havia planejat, va involucrar al nostre Regional Fitness Manager, Álvaro García, que es va encarregar de dur a terme una xerrada pels assistents. El tema central va ser l'exercici físic i els beneficis que aporta al sistema cardiovascular.



