

En Vallenar se vivió gran jornada de exhibición de artes marciales

El Departamento de Deportes de la Municipalidad de Vallenar, junto con el profesor Mario Vega, organizó una exitosa exhibición de artes marciales en el estadio techado de la comuna, con el objetivo de dar a conocer esta disciplina entre la comunidad y promover sus beneficios para la salud física y mental.

Dicha actividad reunió a vecinos de todas las edades, quienes pudieron disfrutar de una jornada dedicada al aprendizaje y la práctica de las artes marciales, un deporte que no solo contribuye al desarrollo físico, sino también al crecimiento personal.

La exhibición contó con la participación de destacados maestros de artes marciales, entre ellos Cristian Guzmán, de Coquimbo, y Manuel Bahamondes, de Tierra Amarilla, quienes fueron invitados a compartir sus conocimientos y técnicas.

Así, cada uno de ellos realizó diversas demostraciones, incluyendo rompimientos de tablas y combates de distintas disciplinas, permitiendo a los asistentes conocer de cerca el esfuerzo, el entrenamiento y la precisión que caracterizan a esta práctica deportiva.

A través de esta actividad, los organizadores destacaron que las artes marciales promueven valores fundamentales como la perseverancia, la disciplina y el respeto, tanto hacia uno mismo como hacia los demás.

Durante el evento, los maestros y el profesor



Mario Vega compartieron con los espectadores no solo técnicas de combate y defensa personal, sino también enseñanzas relacionadas con la importancia del autocontrol, la paciencia y el esfuerzo continuo, valores que resultan esenciales para el desarrollo integral de los practicantes.

El Departamento de Deportes de Vallenar subrayó que este tipo de actividades son una excelente oportunidad para acercar a la comunidad a distintas disciplinas deportivas y fomentar la participación activa de niños, jóvenes y adul-

tos. Señalaron que quieren seguir promoviendo actividades que no solo brinden entretenimiento, sino que también permitan a la comunidad conocer alternativas para un estilo de vida saludable y enriquecedor.

