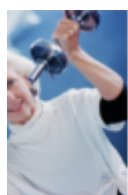


# Curso de deporte por Youtube dirigido por especialistas del Ayuntamiento de Madrid

escrito por DF Diario Feminista. | marzo 25, 2020



ntreñoencasa Madrid es Depo  
scriptores



#yoentrenoencasa Madrid es Deporte

3170 suscriptores

El canal “[#YoEntrenoEnCasa Madrid es Deporte](#)” de Youtube tiene la finalidad de difundir y emitir en directo clases de ejercicios físicos y recomendaciones para mantener la actividad física de la ciudadanía. Esta iniciativa está fomentada por el Ayuntamiento de Madrid.

Todos los contenidos que se van publicando y emitiendo en este canal están realizados por profesionales de los centros municipales de la capital española, como informa EFE. Son unos videos dirigidos a personas adultas, pero

también hay contenido para menores, con el fin de que se realicen entrenamientos funcionales, trabajo cardiovascular, retos para ejercitarse y disfrutar en familia, abdominales y clases de yoga o pilates, entre otros.