



LA BIBLIOTECA DEL INEF CON LA 9ª SEMANA EUROPEA DEL DEPORTE



#BEACTIVE

SEMANA EUROPEA DEL DEPORTE

23 - 30 septiembre

2023





La campaña #BeActive 2023 se centra en 3 importantes pilares del deporte, que reflejan los cambios en nuestras sociedades:



- λ **Implicación:** Integra el deporte en tu día a día, clave para una vida feliz y equilibrada
- λ **Inclusión:** El deporte y la actividad física son para todos
- λ **Innovación:** La transformación en el deporte y la actividad física crean nuevas oportunidades de participación, compromiso y rendimiento



#BEACTIVE
EUROPEAN WEEK OF SPORT

La biblioteca del INEF quiere participar en esta iniciativa exponiendo algunos de nuestros libros relacionados con estos temas



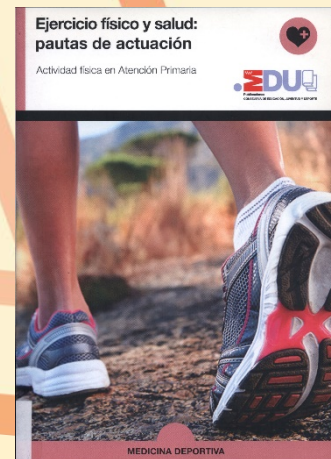
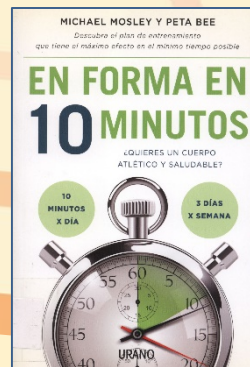
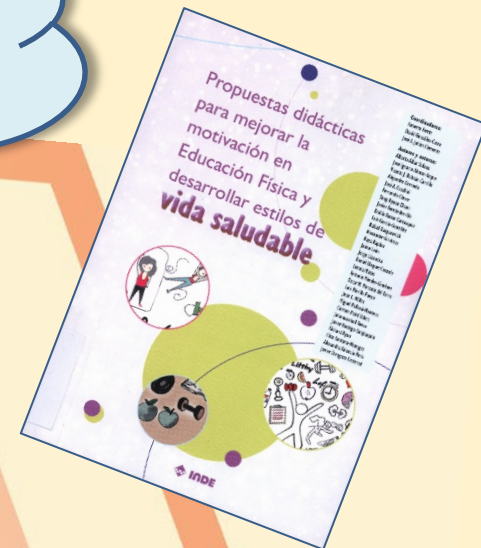
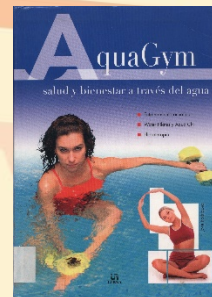
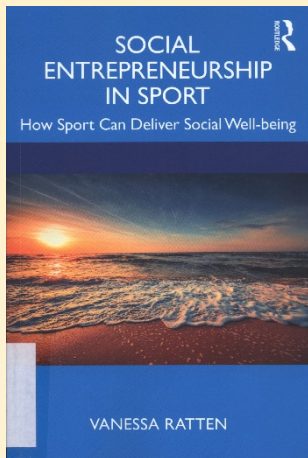
#BEACTIVE

SEMANA EUROPEA DEL DEPORTE

IMPLICACIÓN Y PARTICIPACIÓN



Estando involucrados en la actividad física y el deporte, nuestra salud mental y física se beneficia, nuestro nivel de energía aumenta y somos mucho más productivos y felices



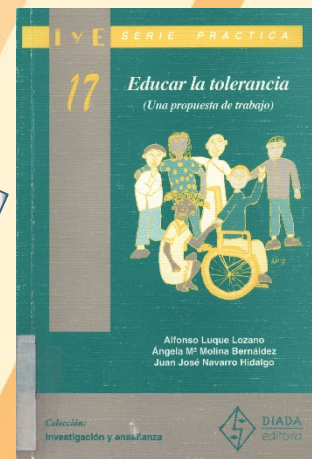
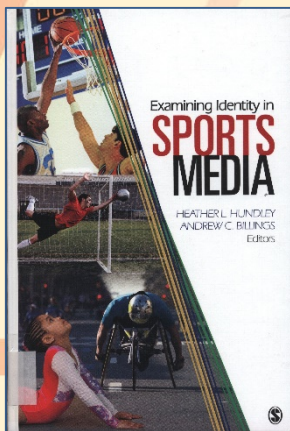
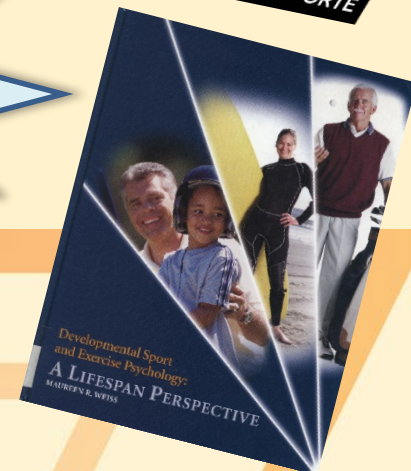
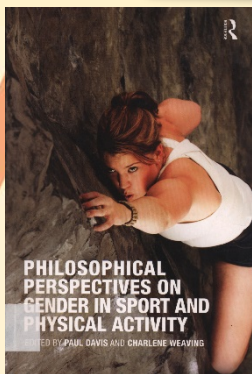
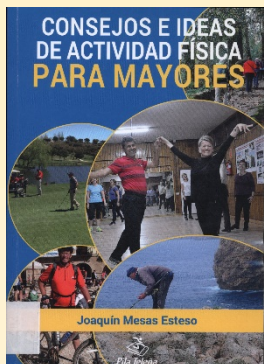


INCLUSIÓN

No importa el género, la edad, las habilidades, la religión, el origen étnico, la educación o la orientación sexual, la actividad física es para todos

#BEACTIVE

SEMANA EUROPEA DEL DEPORTE



#BEACTIVE

SEMANA EUROPEA DEL DEPORTE

INNOVACIÓN

La actividad física puede ser buena para nosotros, pero también para el planeta. Hay tantas formas nuevas de practicar deportes, aplicar principios ecológicos, usar espacios inusuales y descubrir métodos creativos que atraerán a más personas a un estilo de vida activo

