

Coaches sporten 104 uur tegen hart- en vaatziekten

LEUVEN

De coaches van de Leuvense sportvereniging Harpa zullen deze week samen 104 uur sporten. Ze doen dat in het kader van Samen Altijd Warmer - een Leuven alternatief voor De Warmste Week - om aandacht te vragen voor hart- en vaatziekten.

Harpa vzw is een sportvereniging uit Leuven die hartpatiënten wil stimuleren tot gezonde lichaamsbeweging. Met een team van kinesitherapeuten en bewegingstherapeuten biedt de organisatie trainingen, fiets- en wandeltochten aan.

“Dagelijks overlijden in België 104 mensen ten gevolge van hart- en vaatziekten. Bij een deel ervan kan die vroegtijdige sterfte voorkomen worden door meer te sporten. Gezond sporten is niet alleen goed is voor je hart, maar ook

voor je hele lichaam en je immuunsysteem”, klinkt het.

Nog tot en met zondag zullen de coaches van Harpa samen 104 uur lang sporten. Alles wordt online bijgehouden om zo op het einde van de actie de winnaar te kennen. Het hele verloop is te volgen op de Facebookpagina van Harpa.

Sponsors

Mensen kunnen ook zelf deelnemen door de coaches uit te dagen sneller dan hen 104 uur te halen.

“Het is de bedoeling dat elke deelnemer zich laat sponsoren”, zegt drijvende kracht achter de actie Roselien Buys. “We hopen zo minstens 2.000 euro in te zamelen. Het is ook een manier om het gat te kunnen vullen door corona. Het is dus een sensibiliseringsactie en een geldinzameling ineen.”

(hsb)

nieuwsblad - 18 december 2020