

# ASISA prepara a un grupo de corredores para la Maratón de Amsterdam

- La compañía ayuda a 26 empleados y clientes a entrenar para el reto mientras cuidan su salud con ayuda de profesionales especializados

---

***Pie de foto:** Durante los meses previos a TCS Amsterdam Marathon los corredores realizarán diferentes entrenamientos asesorados por especialistas de ASISA.*

---

**Madrid, 1 de agosto de 2019.-** ASISA ha puesto en marcha un programa de entrenamiento para un grupo de 26 corredores que se preparan para disputar la TCS Amsterdam Marathon, que se disputará en la ciudad holandesa el próximo 20 de octubre.

El programa, en el que participan empleados de la compañía y clientes, tiene como objetivo facilitar a los corredores la mejor preparación física para la carrera cuidando aspectos esenciales de su salud. Para ello, ASISA ha puesto a su disposición un equipo de profesionales médicos especializados en diferentes áreas que les asesoran en todo lo que puedan necesitar en su preparación para el reto.

Además, todos los participantes en el reto han realizado diferentes test de esfuerzo para garantizar que están en una condición física adecuada que les permita competir sin riesgo para su salud. Igualmente, ASISA les ha facilitado acceso a un test de nutrigenética con el objetivo de adaptar su nutrición a sus necesidades personales y cuentan con una nutricionista que les asesora en todo lo relacionado con la alimentación.

Por otro lado, los 26 corredores reciben asesoramiento para desarrollar un entrenamiento personalizado y adaptado a sus capacidades, horarios y condición física, y formación para mejorar sus técnicas de carrera y evitar lesiones durante la preparación y la prueba en Ámsterdam. La mitad de ellos se preparan para la maratón y la otra mitad, para la media maratón.

## **Una prueba rápida y atractiva**

La maratón de Ámsterdam es la sexta más rápida del mundo y se ha consolidado entre las pruebas internacionales más relevantes por el elevado número de asistentes, el nivel de sus participantes y su atractivo recorrido, que comienza y termina en el Estadio Olímpico y transcurre por las principales zonas turísticas de la ciudad, incluyendo el Rijksmuseum, la ribera del Amstel y el Vondelpark.

Con esta iniciativa, ASISA refuerza su compromiso con el fomento de hábitos de vida saludable y el cuidado de la salud de los deportistas, tanto profesionales como aficionados, y recuerda la necesidad de realizar chequeos y pruebas físicas y médicas antes de afrontar la práctica deportiva.

## **Para más información**

David Fernández  
Responsable de Comunicación Corporativa de ASISA  
Tel: 91 595 75 34  
[david.fernandezfernandez@asisa.es](mailto:david.fernandezfernandez@asisa.es)

Adriana Ibarquen / Javier Giner

Burson Cohn & Wolfe

Tel: 91 531 42 67

[adriana.ibarguen@bcw-global.com](mailto:adriana.ibarguen@bcw-global.com) / [javier.giner@bcw-global.com](mailto:javier.giner@bcw-global.com)