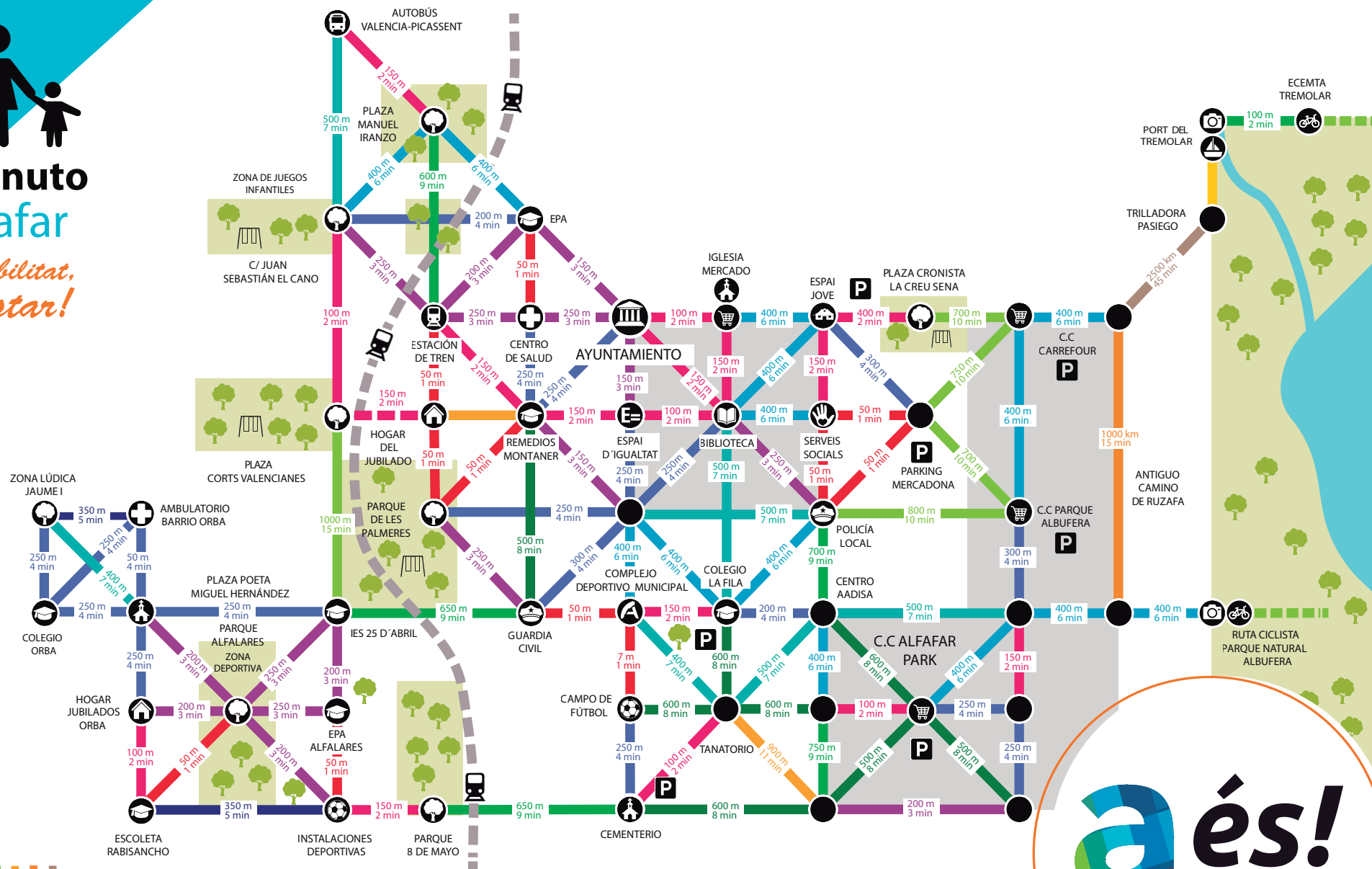




metrominuto Alfajar

La teua mobilitat,
el teu benestar!



DISTANCIA Y TIEMPOS CAMINANDO POR LA CIUDAD

Los tiempos aproximados han sido calculados sobre la base de 4 km/h de media.

Fíjate en el color del trayecto, en la distancia y en el tiempo que te llevará recorrerlo.

Las distancias entre los puntos están señaladas en número. Las líneas no son proporcionales.

LEYENDA

Escuela	Lugares de Interés	Tren	Biblioteca
Religioso	Policía	Parking	Zona verde
Salud	C. Comercial	Ruta Bici	Hogar del jubilado
Bus	Ayuntamiento	I. Deportivas	

a és!
Mobilitat



Ajuntament d'ALFARAR

¿Qué es el *Metrominuto*?

Se trata de un mapa que mide distancias entre varios puntos de Alfafar y los tiempos medios que se tarda en desplazarse entre ellos.

Objetivo:

Poder desplazarte por Alfafar sin necesidad de utilizar un vehículo a motor, reforzando nuestra salud y colaborando con el medio ambiente. Ayudando a reducir el CO₂ disminuyendo así el cambio climático.

Alfafar és Sostenible

- Menos humos en nuestro municipio.
- Menor contaminación acústica.
- Promoción de la salud entre los y las alfafarenses.
- A más promoción de la cultura de caminar, mayor seguridad vial.
- Mejora de la calidad de vida.
- Servir de ejemplo a la población más joven.

¿Sabías qué...?

Andar con frecuencia mejora la capacidad del **corazón** para bombear sangre, favoreciendo la oxigenación muscular y mejorando la circulación sanguínea.

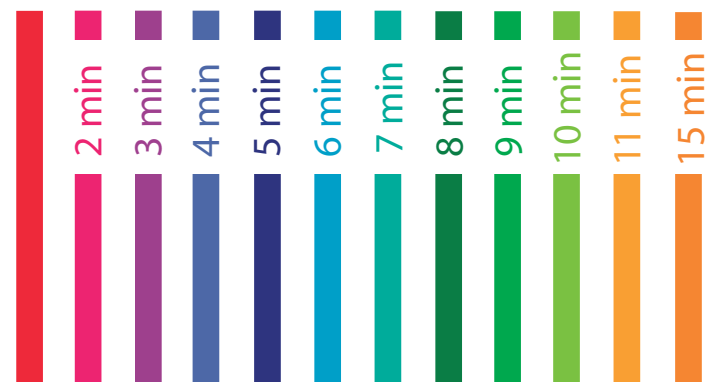
Caminar es un ejercicio que nos permite disfrutar de vistas y paisajes, por lo que es una actividad perfecta para **relajarse** y liberar tensiones.

Un paseo de 20 minutos puede favorecer a mejorar funciones básicas como la atención, la **memoria** y el procesamiento de la información.

RECOMENDACIÓN: Crear el hábito de andar unos 2 km diarios favorece de forma gratificante el estado de salud.



metrominuto
Alfafar



*La teua mobilitat,
el teu benestar!*



Ajuntament d' ALFAR