Comunicado de Prensa

Contacto: Amado Vega Velázquez
Director de Relaciones Públicas
amado.vega@medcentro.org

Todo listo para el fin de semana dedicado a la salud con el Med 5K® y el Med Bike Rally® 2025

Ponce, P.R. 11 de marzo de 2025 – Med Centro® anunció la celebración este fin de semana del Med 5K® y el evento de ciclismo Med Bike Rally® (MBR). Más de 5 mil participantes inscritos entre ciclistas, corredores y caminantes se darán cita en Ponce para participar de los eventos que Med Centro organizó con el objetivo de promover buenos hábitos de salud.

El **Med 5K®** está pautado para este **sábado, 15 de marzo de 2025** a las **5:00 pm**. Sobre 2 mil personas se inscribieron para participar del evento cuya ruta será a través de las avenidas Rafel Cordero Santiago y Santiago de los Caballeros en Ponce.

En tanto, el **Med Bike Rally®** (MBR) será el **domingo, 16 de marzo de 2025** a las **6:00 am.** Más de 3,000 ciclistas de todo Puerto Rico partirán temprano en la mañana desde Ponce en un recorrido que los llevará por las carreteras rurales de varios municipios del sur de la isla. Para esta decimotercera edición del MBR la ruta discurrirá por los pueblos de Ponce, Peñuelas, y Guayanilla.

"Med Centro® se complace en resaltar la importancia del ejercicio como medida de prevención en el cuidado de la salud. Es nuestro interés, como organización de salud primaria, ser un referente del bienestar integral del individuo y fomentar la actividad física como complemento para lograr una mejor calidad de vida.", indicó el drector ejecutivo de Med Centro®, Allan Cintrón Salichs.

El Med 5 K®, el sábado en la tarde, marca el inicio del fin de semana de actividades saludables de Med Centro. Será la tercera ocasión que se realizará el evento. Previamente se celebró en 2016 y 2017. El Med 5 K® consiste en una carrera de 5 kilómetros de distancia en la que los participantes podrán correr o caminar el trayecto hasta completarlo.

Se premiará a los tres primeros lugares en arribar a la meta del Med 5K®, tanto en la categoría femenina como en la rama masculina. Además, se otorgarán medallas de participación a los primeros 800 en cruzar la llegada. Habrá música y animación con el dj Jorge Enrique Live y el destacado periodista ponceño Luis José Moura.

El domingo el MBR reunirá tanto ciclistas principiantes como experimentados. Este evento se diferencia de una bicicletada tradicional ya que, aunque no es competitivo, es de alto rendimiento, por lo que los ciclistas deben acudir listos para completar el recorrido. Habrá un solo pelotón de salida que combinará tanto "mountain bikes" como bicicletas camellas y "ebikes". Al llegar a la Plaza del Pescador Desaparecido en Guayanilla los ciclistas se dividirán. Los ciclistas avanzados recorrerán el tramo largo con una distancia de 44 millas. Mientras, para los debutantes o aquellos con menos experiencia en eventos de ciclismo, la distancia será de 34 millas aproximadamente. A lo largo del trayecto habrá oasis y paradas de descanso. Varias millas antes de la llegada todos los ciclistas se reagruparán y regresarán juntos a la meta ubicada en Med Centro®.

Desde sus inicios, ambos eventos tienen como objetivo impactar de forma positiva la salud y estimular a las personas a que incorporen la actividad física a su rutina diaria como método para prevenir condiciones que afectan su calidad de vida.

"El Med Bike Rally® y el Med 5K® son eventos con los que se proyecta promover un mensaje de cuidado de salud preventivo. Como centro de salud primaria, ambos son parte de nuestra respuesta institucional a la problemática observada en la salud física y mental de la población, creada por estilos de vida sedentarios", indicó Cintrón Salichs.

Gran cierre y recibimiento a los ciclistas

El Med Bike Rally® culminará con el recibimiento a los ciclistas, desde las 11:30 am, en los predios de Med Centro, localizado en la avenida Hostos de Ponce. La entrada es gratis y abierta al público en general. Los ciclistas inscritos que completen la ruta y crucen la meta recibirán una medalla de participación. El cierre de la actividad será con música a cargo de la agrupación The Comebacks Band y el sorteo de siete bicicletas Trek entre los participantes inscritos que estén presentes y completen el recorrido de la ruta. La animación estará a cargo de **Saudy Rivera**.

Coordinación con la policía y municipios

Cómo preámbulo a los eventos, el comité organizador se reunió con la Policía – estatal y municipal – así como con representantes de los tres municipios. Se dialogó sobre la logística y los planes de seguridad. Además, la Policía articuló sus planes de trabajo y cierres de calles necesarios para la seguridad de los participantes.

Sobre Med Centro®

Med Centro® es una organización de base comunitaria dedicada a ofrecer servicios de salud primaria. Ofrece cuidado médico a toda la gama de poblaciones incluyendo trabajadores agrícolas, personas de residenciales públicos, personas sin hogar, población escolar y pacientes de VIH.

Su sede es el centro principal, localizado en la avenida Hostos en Ponce. La red de servicios se extiende a los centros satélites de Med Centro® localizados en Coamo, Juana Díaz, Villalba, Peñuelas, El Tuque - Ponce y Cantera - Ponce. Más información en el 787-843-9393.

# # #