



Pro s4d

17 de abril

## Quedan 51 días

| Pro s4d   | Noticia de s4d  | 17 de abril |
|---|---|-------------|
| Fuente  | <a href="http://www.invictusgames2020.nl">www.invictusgames2020.nl</a>                                |             |
| <b>Los Invictus Games The Hague 2020</b> , presentados por Jaguar Land Rover, reunirán a más de 500 competidores de 20 países para competir en una serie de deportes adaptados. Los eventos se llevarán a cabo en toda la ciudad en el transcurso de una semana. Para obtener más información sobre Invictus Games The Hague 2020. Los <b>Juegos Invictus</b> en La Haya se llevan a cabo entre el <b>16 y el 22 de abril</b> . |   |             |
| Observaciones   | <a href="https://www.youtube.com/watch?v=JATYrg0Tiao">https://www.youtube.com/watch?v=JATYrg0Tiao</a> |             |

| Pro s4d  | Planes de entrenamiento diario              | 17 de abril |
|--|---|-------------|
| Fuente   | Persona de contacto: Sgto 1º IM (RV) Pereda |             |
| 2 mayo. <b>Lunes</b> . Aparcamiento Racing – Faro - Cueto y vuelta<br>4 mayo. <b>Miércoles</b> . Aparcamiento Racing - Parque de Las Llamas - La Albericia y vuelta. |   |             |
| Observaciones  | Posible horario de la marcha de 20:30 a 22h |             |

| Pro s4d  | Planes de Entrenamiento semanal             | 17 de abril |
|--|---|-------------|
| Fuente   | Persona de contacto: Sgto 1º IM (RV) Pereda |             |
| El sábado pasado se hizo la marcha de la Ruta del Cares.<br>Si quieres <b>proponer</b> una marcha coméntalo en el grupo Pro s4d de Whatsapp. |   |             |
| Observaciones  |   |             |

| Pro s4d  | Consejo del día   | 17 de abril |
|--|---|-------------|
| Fuente   | <a href="https://www.sportssantander.es/blog/consejos-y-curiosidades/consejos-para-fiestas">https://www.sportssantander.es/blog/consejos-y-curiosidades/consejos-para-fiestas</a> |             |
| « <b>Cuidado con el alcohol</b> . El exceso de alcohol puede acabar afectando a la salud después de unos días de fiesta. Tomar una copa de vino o de cava no es malo. Pero el consumo abusivo de alcohol puede ser nefasto. Ah, y si coges el coche, ni una gota». |   |             |
| Observaciones  | Consejos para las fiestas   |             |

| Pro s4d  | Valor del día   | 17 de abril |
|--|---|-------------|
| Fuente   | Valores del Ejército de tierra  |             |
| <b>Disciplina:</b> Asumir y practicar racionalmente, por sentido del deber, las reglas del Ejército, para garantizar el cumplimiento de la misión.<br>La disciplina es, en primer lugar, la disposición del militar para obedecer con diligencia y exactitud las órdenes de sus superiores.<br>Al mismo tiempo, la disciplina obliga al que imparte las órdenes a mandar con firmeza y responsabilidad, asumiendo las consecuencias de sus decisiones, velando por la moral y la seguridad de sus subordinados y siendo él mismo modelo de disciplina. |   |             |
| Observaciones  | Una persona valiosa es aquella que vive de acuerdo con los valores en los que cree. Cada persona vale lo que valen sus valores y la manera cómo los vive. |             |

| Pro s4d   | RR.OO. de las FAS   | 17 de abril |
|---|---|-------------|
| Fuente  | RD 96/2009, de 6 de febrero, por el que se aprueban las Reales Ordenanzas para las Fuerzas Armadas. |             |
| <b>Artículo 28. Conducto reglamentario.</b> Para asuntos del servicio se relacionará con superiores y subordinados por conducto regular según la estructura jerárquica de las Fuerzas Armadas, que será el conducto reglamentario, salvo en los casos que esté establecido uno específico para dirigirse al órgano competente para resolver.<br><b>Artículo 29. Acatamiento y transmisión de la decisión.</b> Antes de que su jefe haya tomado una decisión, podrá proponerle cuantas sugerencias estime adecuadas; pero una vez adoptada, la aceptará y defenderá como si fuera propia, desarrollándola y transmitiéndola con fidelidad, claridad y oportunidad para lograr su correcta ejecución. |   |             |
| Observaciones   | CAPÍTULO II. Normas de actuación.   |             |

| Pro s4d  | Principio olímpico del día   | 17 de abril |
|--|--|-------------|
| Fuente   | Los principios del Olimpismo que son activados por el Movimiento Olímpico  |             |
| <b>Humanismo.</b> Las actividades del Movimiento Olímpico colocan a la gente en el centro de su atención garantizando que la práctica del deporte permanezca como un derecho humano. |  |             |
| Observaciones  | S4D aspira a convertirse en el primer evento de su categoría acreditado con el Sello Evento Deportivo Sostenible del Comité Olímpico Español (COE) |             |

| Pro s4d  | Meta ODS del día   | 17 de abril |
|--|--|-------------|
| Fuente   | ODS 1 meta 5.  |             |
| <b>1.5</b> Para 2030, fomentar la resiliencia de los pobres y las personas que se encuentran en situaciones vulnerables y reducir su exposición y vulnerabilidad a los fenómenos extremos relacionados con el clima y a otros desastres económicos, sociales y ambientales |  |             |
| Observaciones  | <b>Objetivo 1:</b> Poner fin a la pobreza en todas sus formas en todo el mundo |             |

Los participantes que apoyamos Santander cuatro días somos **Pro s4d**

Deseamos que s4d sea una fiesta que discurra a través del arco de la bahía.