



Pro s4d

25 de abril

## Quedan 43 días

Pro s4d	Noticia de s4d	25 de abril
Fuente	<a href="https://s4d.es/medio_cudeyo-s4d/">https://s4d.es/medio_cudeyo-s4d/</a>	
	La Alcaldesa de Medio Cudeyo, María Higuera Cobo y el presidente del Clúster de la Industria de Defensa (CID), Carlos Besoy Esteban, han rubricado el Lunes 18 de abril de 2022, en las oficinas del Ayuntamiento cántabro situadas en la localidad de Solares, el acuerdo de colaboración de ambas partes, con la I Marcha Cívico-Militar Santander Four Days (S4D) que se celebra del 7 al 10 de junio en la Bahía de Santander.	
Observaciones	S4D es un evento sociodeportivo, cultural y turístico de gran envergadura que desestacionaliza la tradicional temporada de afluencia turística con proyección internacional	

Pro s4d	Planes de entrenamiento diario	25 de abril
Fuente	Persona de contacto: Sgto 1º IM (RV) Pereda	
	23 mayo. <b>Lunes</b> . Aparcamiento de Liencres - playa Valdearenas - ría y vuelta. 25 mayo. <b>Miércoles</b> . Aparcamiento Virgen del Mar - Pico de Peñacastillo y vuelta.	
Observaciones	Posible horario de la marcha de 20:30 a 22h	

Pro s4d	Planes de Entrenamiento semanal	25 de abril
Fuente	Persona de contacto: Sgto 1º IM (RV) Pereda	
	14 mayo. <b>Sábado</b> . Subida a Peña Cabarga desde Pámanes y vuelta. Si quieres <b>proponer</b> una marcha coméntalo en el grupo Pro s4d de Whatsapp.	
Observaciones		

Pro s4d	Consejo del día	25 de abril
Fuente	<a href="https://www.revistaoxigeno.es">https://www.revistaoxigeno.es</a>	
	« <b>Para no pasar sed:</b> conviene consultar antes los puntos de aprovisionamiento de agua (fuentes y bares/tiendas de pueblos) porque pocas veces resulta imprescindible o práctico cargar con toda el agua que puedes necesitar durante dos o tres días. Una buena manera de no “quedarse tirado” es calcular un mínimo de 2-3 litros de agua por cada jornada calurosa».	
Observaciones	7 consejos para largas caminatas	

Pro s4d	Valor del día	25 de abril
Fuente	Valores del Ejército de tierra	
	<b>El valor.</b> Acto de voluntad que lleva a afrontar racionalmente los riesgos y peligros derivados del cumplimiento del deber, superando el instinto de supervivencia. El valor es inherente al militar, que debe estar preparado para exponerse y hacer frente a los peligros extremos del combate y de cualquier situación de riesgo físico o moral. El militar tendrá presente que el valor es un principio al que nunca ha de faltar, aunque ello suponga sacrificios y aun la misma vida en el cumplimiento del deber. La valentía obliga a superar los riesgos, peligros y situaciones inesperadas, propias de la confrontación con el adversario.	
Observaciones	<a href="https://ejercito.defensa.gob.es/Galerias/Imagenes/EjercitoTierra/Personal/valores/Tarjeta-valores-ET.jpg">https://ejercito.defensa.gob.es/Galerias/Imagenes/EjercitoTierra/Personal/valores/Tarjeta-valores-ET.jpg</a>	

Pro s4d	RR.OO. de las FAS	25 de abril
Fuente	RD 96/2009, de 6 de febrero, por el que se aprueban las Reales Ordenanzas para las Fuerzas Armadas.	
	<b>Artículo 44. De la disciplina.</b> La disciplina, en cuanto conjunto de reglas para mantener el orden y la subordinación entre los miembros de las Fuerzas Armadas, es virtud fundamental del militar que obliga a todos por igual. La adhesión racional del militar a sus reglas garantiza la rectitud de conducta individual y colectiva y asegura el cumplimiento riguroso del deber. Es deber y responsabilidad del militar practicar, exigir y fortalecer la disciplina. <b>Artículo 45. Cumplimiento de órdenes.</b> Obedecerá las órdenes, que son los mandatos relativos al servicio que un militar da a un subordinado, en forma adecuada y dentro de las atribuciones que le correspondan, para que lleve a cabo u omita una actuación concreta. También deberá atender los requerimientos que reciba de un militar de empleo superior referentes a las disposiciones y normas generales de orden y comportamiento.	
Observaciones	TÍTULO II. De la disciplina.	

Pro s4d	Principio olímpico del día	25 de abril
Fuente	Los principios del Olimpismo que son activados por el Movimiento Olímpico	
	<b>No discriminación.</b> El Movimiento Olímpico lucha para garantizar que el deporte sea practicado sin ninguna forma de discriminación.	
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	25 de abril
Fuente	Objetivo 10: Reducir la desigualdad en y entre los países.	
	<b>10.7.</b> Facilitar la migración y la movilidad ordenadas, seguras, regulares y responsables de las personas, incluso mediante la aplicación de políticas migratorias planificadas y bien gestionadas	
Observaciones	Objetivo 10. Meta 7	