

# Radio Star Terrassa 100.5 Fm --- La Cultural de Terrassa

<http://www.radiostarerrassa.com/news.php?item.8151>

Página 1/1

---

## LA MÚSICA Y LA GIMNASIA TIENEN SU PROPIO RITMO

Director, Friday 18 February 2022 - 21:21:05

Es bien sabido que para mantenernos saludables nos va bien realizar algún tipo de ejercicio. Salir a caminar o correr puede ser una buena idea que beneficiará a nuestro organismo. El hacer ejercicio es recomendable para estar en forma porque hace quemar calorías, fortalece el cuerpo, despeja la mente y permite liberar el estrés.

Mientras caminas o corres la música te hará buena compañía y será una aliada que te motivará y te dará ese empujoncito necesario para llegar a tu destino. Además durante el camino te elevará el estado de ánimo, aumentará tu resistencia, reducirá tu esfuerzo, disminuirá tu fatiga y te distraerá del dolor.

Ya lo ves, el ejercicio físico y la música son una buena combinación. Así que la próxima vez que salgas a hacer un poco de deporte por las calles o por el campo, ponte los auriculares y sintoniza nuestra emisora. Esas maravillosas canciones que escuches te ayudarán a que el trayecto sea más placentero.

Disfrutaremos escuchando una canción que tiene un sorprendente desenlace. Un hombre le es infiel a su mujer y finalmente descubre que ella también le engaña con otro hombre. Sentiremos la que para mucha gente es la mejor canción del pop-rock español y a continuación escucharemos la versión que realizó un conocido cantante italiano.

Nos emocionaremos al oír una sentimental composición en la que un hombre se tiene que ir a la guerra y su mujer se queda muy triste porque no sabe si regresar. Entonces la preocupada esposa le pregunta si puede ir con él. También nos estremeceremos al escuchar un tema que nos relata la angustiada espera de un desesperado minero que queda atrapado bajo tierra.

EL TÚNEL DEL TIEMPO de RADIO STAR FM en el 100.5 del dial o en [radiostarerrassa.com](http://radiostarerrassa.com)

- Martes de 5 a 7 de la tarde.

- Domingo de 4 a 6 de la tarde. (Repetición)

Un programa realizado por Andrés Torres.

Presentado y dirigido por Juan Cabello.