

Olot ja té el primer parc de cal·listènia

L'Ajuntament l'està instal·lant a les Mores i atén una demanda ciutadana



Un detall dels treballs que s'estan duent a terme al parc de les Mores d'Olot per instal·lar-hi els aparells de cal·listènia J.C.

L'Ajuntament d'Olot està duent a terme la instal·lació del circuit de cal·listènia, d'accés gratuït, de la ciutat, al parc de les Mores. Tindrà barres de paral·leles, barres inclinades per a usuaris amb mobilitat reduïda, jocs de bastons d'equilibri i complex street workout amb deu pals perquè puguin participar-hi vuit usuaris simultàniament. El circuit de cal·listènia serveix per a l'entrenament de totes les capacitats físiques mitjançant el pes corporal i s'hi poden incorporar diferents acrobàcies.

En els últims anys hi ha hagut una important expansió i consolidació d'aquests tipus d'instal·lacions i s'ha demostrat la seva utilitat i ús per a la pràctica d'activitat física saludable i a l'aire lliure.

L'equipament, que ha costat 24.000 euros, s'ha ideat amb el suport

del Grup Cal·listènia Olot i tindrà 108 metres quadrats; paviment de cautxú continu i previst per a la pràctica de l'esport a tots els nivells. A més, es construeix amb colors greda i verd amb la voluntat d'integrar-lo en l'entorn natural. Per facilitar el seu ús, també s'hi col·locarà un cartell explicatiu vinculat a un codi QR on s'explica cada element, la musculatura que es treballa a cada exercici a través de vídeos explicatius per al nivell inicial, mitjà i avançat.

Publicat a:

-El Punt Avui. Girona 26-07-2022, Pàgina 22

Font del document:

<http://www.elpuntavui.cat/societat/article/12-infraestructures/2171681-olot-ja-te-el-primer-parc-de-cal-listenia.html>