

El Parque del Oeste estrena un espacio de entrenamiento al aire libre

Estas instalaciones se suman a la de Huelin, en el Paseo Marítimo Antonio Banderas y la del parque situado en el paseo marítimo Pablo Ruiz Picasso

la opinión 15.01.2020 | 13:44



Nuevas instalaciones deportivas Parque del Oeste. L.O.

El **Parque del Oeste** cuenta ya con un nuevo **espacio deportivo** para entrenar en la calle, también conocido como 'Cross Training'. El espacio dispone de aparatos de última generación en este tipo de instalaciones de práctica de ejercicio al aire libre. También cuenta con códigos QR para posibilitar al usuario, entre otras cosas, crear sus propias tablas de ejercicios.

La concejala de Servicios Operativos y responsable de LIMPOSAM, **Teresa Porras**, y el concejal del Distrito Carretera de Cádiz,

Luis Verde

, han inaugurado esta mañana la nueva instalación ubicada en el área deportiva de este parque de la ciudad, adyacente a la **calle Francisco de Padilla**.

Con este ya son tres las instalaciones deportivas al aire libre con tecnología incorporada ya que a la que hoy se inaugura se suma la de

Huelin, en el Paseo Marítimo Antonio Banderas

, a la altura de la Glorieta Antonio Molina y la del parque situado en el paseo marítimo **Pablo Ruiz Picasso (frente al Morlaco)**.

Todo ello ha supuesto una inversión municipal que rondan los **300.000 euros**.

Estos aparatos deportivos de **Cross Training** en las instalaciones del **Parque del Oeste de Málaga** tienen el objetivo de mejorar la oferta dentro de las instalaciones además de promover la actividad deportiva mediante nuevas tendencias. Este suministro e instalación se ha realizado a través del procedimiento abierto convocado por la **Empresa de Limpiezas Municipales y Parque del Oeste, S.A.M**. La adjudicación del contrato se otorgó a la empresa Juegos Kompan S.A. por un total de 39.776,16 euros IVA no incluido.

Esta instalación deportiva de **Cross Training** está formada por una serie de anillas ergonómicas a distintas alturas para adaptarse a todos los tipos de ejercicio, campanas magnéticas con especial diseño para ajustar la intensidad del ejercicio al usuario así como **evitar caídas y barras horizontales** sustentada en sus extremos por las patas verticales de la estructura general, de la cual cuelga un entramado de cuerdas en forma de cuadrícula a modo de escalera con separaciones de diferentes medidas. Además de un conjunto de steps a distintas alturas.

Todos los aparatos contienen un código QR vinculado a una **App gratuita**, para ayudar a los usuarios de todas las edades y distintos niveles de condición física. El usuario a través de la App podrá:

Acceder desde el **código QR** instalado en cada aparato, a toda la tipología de ejercicios que podrá realizar con éste, y observar como ejecutar el ejercicio en un vídeo animado, de manera que se podrá observar en movimiento la posición ideal a adoptar y así evitar lesiones.

- Regístrate en esta App y de esta manera, comunicarse con el resto de usuarios de área deportiva.
- Crear tablas de ejercicio, en función de la musculatura que quiera trabajar y tiempo de que disponga.
- Marcarse objetivos, y la App le irá dando reportes conforme se vaya acercando al objetivo, para aumentar su motivación.
- Registrar su entrenamiento y compartirlo en las redes sociales.

Esta estación de **Cross Training** se encuentra ubicada próxima al resto de instalaciones deportivas del parque, en concreto junto al área de juego de petanca, adyacente a **calle Francisco de Padilla**.

Fuente: <https://www.laopiniondemalaga.es/malaga/2020/01/15/parque-oeste-estrena-espacio-entrenamiento/1138772.html>