

jueves 26 de agosto de 2021

El Área de Deportes ofrecerá 90 actividades dirigidas a la semana desde el próximo 6 de septiembre con el propósito de seguir animando a conseguir una vida saludable

La sala de musculación y la piscina cubierta abrirán el 1 de septiembre, mientras que las actividades dirigidas en sí arrancarán el día 6 en un horario que se iniciará a las 08:00 horas y concluirá en torno a las 21:00 horas. Las inscripciones pueden realizarse ya a través de deportes.antequera.es y tendrán unos precios acordes a la actividad elegida, aunque también se ofrece el pack completo que ofrece el Bono Deporte por 28 y 23 euros al mes.



El teniente de alcalde delegado de Deportes del Ayuntamiento de Antequera, Juan Rosas, informa del inicio de las actividades colectivas dirigidas de la nueva temporada 2021/2022 tanto en lo que respecta a las salas multidisciplinares del Pabellón Polideportivo Fernando Argüelles como en la Piscina Cubierta Municipal.

En dicha piscina municipal cubierta se va a seguir con una apuesta ya iniciada el año pasado como son las clases individualizadas a mayores, respondiendo así a la demanda existente en el colectivo de personas mayores de 16 años que no

tienen la suficiente capacitación técnica como para hacer nado libre. Se trata de clases de natación para adultos con sólo 1 ó 2 personas para que aprendan rápido y para facilitar el acceso a los mismos.

A partir de ahí, habrá una amplia variedad de horas para nado libre, habiendo también aquagym y crosswater, aprovechando la franja horaria inicial de la mañana y la última de la noche. En cuanto a las actividades dirigidas en el pabellón, serán 4 los monitores que se encargarán de las mismas en el mes de septiembre a los que se sumarán un quinto en el mes de octubre, momento en el que también se llevarán a cabo el ciclo de actividades dirigidas en las pedanías.

Las clases que va a haber en septiembre será una continuidad del año pasado, en el que hubo muchas novedades. Así, se ofrecen disciplinas como espalda sana, bodyjump, x-core, fitness, pilates, fitness dance, gap, recharge, x-pump o corext. La gran novedad con respecto al año pasado será la implantación de clases de cross training a las 8 de la mañana para aquellas personas que o bien trabajan por la tarde o bien quieren empezar el día haciendo deporte a primera hora.

"Tenemos una amplia gama de actividades dirigidas, en las que estaremos de lunes a viernes de 8 de la mañana a nueve de la noche. En total, más de 90 actividades que espero que sean del agrado de todos los deportistas", manifiesta al respecto Juan Rosas.

Para poder apuntarse a estas actividades dirigidas, hay dos formas: mediante un bono o pagándolas de forma unitaria. Las inscripciones se realizarán, como el año pasado, a través de la página web **deportes.antequera.es**, debiendo constar como usuario registrado del área o habilitándose el mismo en el acto a través de la respectiva inscripción; aquellas personas que sólo quieren hacer uso de la sala de musculación, podrán hacerlo con su bono específico por 18 euros, o la sesión dirigida de manera individual.

Las que quieran hacerlo en el nado libre, también de forma individualizada por 18 euros o de forma conjunta con el bono deporte que engloba sala de musculación, nado libre y actividades dirigidas. En el caso del Bono Deporte, se ofrece además uno con horario completo por 28 euros y un segundo reducido por 23 euros en horario de 8 a 15 horas. Además, habrá descuentos especiales para familias numerosas, para personas con discapacidad, para carnet joven, para familias con valor adquisitivo bajo (por debajo del IPREM) y para personas mayores de 65 años.

