

viernes 21 de julio de 2023

La Laguna inaugura un parque de calistenia en la zona de Taco

Las nuevas instalaciones poseen unas dimensiones totales de 12,75 x 10,20 metros



Calistenia

El Complejo Deportivo Parque Las Torres de Taco, en el municipio de La Laguna, aumenta su oferta de instalaciones deportivas incluyendo un nuevo parque de calistenia, que se suma a las pistas de pádel, cancha de baloncesto y campo de fútbol sala, entre otras.

El presidente del Organismo Autónomo de Deportes, Badel Albelo, inauguró esta semana unas instalaciones que dotan a este complejo deportivo de uno de los equipamientos más demandados en el municipio. Asimismo, el concejal de Deportes aseguró que “este nuevo parque de calistenia ofrece la posibilidad de realizar ejercicio para todos los niveles y edades”. La adaptación de las instalaciones es uno de los puntos clave más destacables de este proyecto, “que no está

pensado, únicamente, para deportistas profesionales”, añadió.

Este espacio para la calistenia tiene unas dimensiones totales de 12,75 x 10,20 metros, reuniendo así las condiciones perimetrales de seguridad de cada grupo de barras. El pavimento colocado corresponde a caucho con un espesor aproximado de 5 a 7 centímetros. Todo el circuito se encuentra delimitado con un bordillo de hormigón, para perimetrar la zona de calistenia del resto del complejo deportivo.

El equipamiento de estas instalaciones reúne una gran variedad de elementos para entrenar, entre las que se encuentran: paralelas triples, doble banco de abdominales, espaldera vertical, doble escalera horizontal, ocho barras de dominadas, anillas con cadenas y barras de dominadas que cuentan con inclinación. Asimismo, se han incorporado dos barras libres para practicar freestyle.

Próximamente, se proporcionará en cada zona de la instalación un esquema y un código QR que estará enlazado a un tutorial donde un monitor explicará cómo se realiza cada ejercicio y las diferentes variaciones que tiene cada uno.