



HELDUENTZAKO PARKEA, DENONTZAKO OSASUNA

Nagusi askok ez dute soinketarik egin nahi, soinketan aritzea, egin dezaketeen gauza osasungarrietariko bat dela, jakin arren.

Horretarako, arrazoi mardoska izan daitezke: Batzuek soinketa min egin diezaioketeen beldur dira; beste batzuek, gimnasio batean apuntatu behar dutela edo ekipo berezi bat behar dutela uste dute eta hauen kostua kezkatzen zaie. Horrez gain, badira soinketa egiteak lotsa ematen diotenak, gazteentzako edo korrika egin dezaketeentzako gauza delakoan.

Egia esateko, nagusi guztiek osasungarri eta arriskurik gabeko jarduera fisikoren bat egin dezakete, inolako gasturik aurre egin beharrik gabe.

Nagusientzako parkeak, udal ekipamendu bezala, edonork haize zabalean soinketan aritzea bultzatzen du. Gure parkeak, helduentzat eskuraerraz eta erosoak izan daitezten, hiribarnean eta joan etorri ugariako eremuetan kokatuak izateko, pentsatuta daude.

Helduentzako parkearen beste kokapen hobezina umeentzako parke baten ondoan da, batzuek zein besteek haize zabalean eta elkarrekin soinketa egiteaz goza dezaten.

