



Andoaingo Udala

ANDOAINek KIROLETAKO 20 JARDUERA BAINO GEHIAGOTARAKO IZEN-EMATEA IREKITZEN DU

- Jarduera hauek 12 eta 16 urte bitarteko gazteentzat izango dira, helduentzako eta 65 urtetik gorakoentzat, zumba, aerobika, igeriketa, aquagym, yoga, hutsunea, hipopresiboak eta luzaketak egiteko jarduerak besteak beste.

Andoaingo Udalak irailaren 6ra arte Kirol Sailak antolatutako jarduera fisikoetan izena emateko aukera zabaldu du.

Jarduera fisikoetarako izen-ematea zabalik dago abuztuaren 26tik irailaren 6ra. Behin-behineko zerrendak irailaren 9an jakinaraziko dira eta egun berean erreklamazioak egin daitezke, hurrengo egunean, hau da, irailaren 10ean zozketa egingo baita, azken zerrendak irailaren 12an jakinaraziko direlako. Jardueren hasiera irailaren 18rako aurreikusten da eta igeriketa ikastaroak beranduago hasiko dira, urriaren 1ean hain zuzen ere.

Asteazkenean Andoaingo Arrate pilotalekuan egin zen prentsurrekoan, Andoaingo kirol zinegotziak, Oscar Mendok, esan zuen udaletxetik jarduera fisikoaren, kirolaren eta osasunaren aldeko apustua egin nahi dugula.

"Gure helburua andoaindar gehiago kirola egitera erakartzea da, gehienez ere jarduerak eskainiz andoaindar guztiek bizimodu aktibo eta osasuntsuagoa izan dezaten".

Mendok azaldu zuenez, aurtengo edizioan, jarduera fisiko baino gehiago daude: aquagym, zumba, spinning, aerobic eta stretching, yoga eta hipopresio ikastaroak, besteak beste, igeriketa ikastaroez gain.

Jarduera ez da helduei bakarrik zuzenduta, izan ere, 12-16 urte bitarteko gaztetxoei zuzenduta ere badago, spinning, zumba fit eta fitness-ean izen eman dezakete

Ikastaroen prezioa spinning, oreka eta kros prestakuntzarako 253 euro bitartekoa izango da, emakumezkoen korrika taldean parte hartzeko hilean 6,25 euro izango dira.

Kirol zinegotziak azpimarratu du igeriketa kanpaina, urtero eta hiru hilekoa izango dela abendura arte, baina gainontzeko jarduerak ikasturtean zehar luzatzen direla, irailetik maiatzera.

Aurtengo edizioan eskaintza hobetu egiten da GAP izeneko ikastaro berria sartuz. Helburua ipurmasail, sabeleko eta hanketako muskuluak tonifikatzea da. Jarduera, azken ikastaroaren amaieran irakatsi zen proba moduan, ikastaroaren eskaintzan integratzen da, izan duen arrakasta ikusita eta ostiraletan eskainiko da 10:15ean eta 17:15ean.

Azkenik, azpimarratu du oso garrantzitsua dela kiroletan emakumezkoen parte hartzea sustatzea eta bultzatzea, eta horregatik jakinarazi nahi dugu edizio honek emakumezkoen lasterketa taldea ere martxan jarriko duela. Andoainek, talde bat sortu du bertako emakumeek korrika egiteko, kirolean aritzeko, elkarrekin ibiltzeko eta bizitza osasuntsua izateko.

Andoain, 2019ko irailaren 4a