

## MOCIÓN QUE PRESENTA EL GRUPO MUNICIPAL DE CIUDADANOS DE REUS (Cs) EN EL PLENO DEL 19 DE FEBRERO DE 2021 PARA CONSTRUIR UN PARQUE DE CALISTENIA EN REUS

### EXPOSICIÓN DE MOTIVOS:

Desde el Grupo Municipal de Ciutadans apostamos por el deporte y estamos convencidos de que, además de transmitir valores y ser una herramienta de cohesión social, realizar deporte es una fuente de salud. Asimismo, estamos decididos en mejorar la calidad deportiva de la ciudad, diversificando y reforzando los deportes minoritarios. El principal objetivo de dicha moción es promover la práctica deportiva como base de una buena salud.

La palabra calistenia proviene del griego “*kallos*” que significa belleza y “*sthenos*” que significa fuerza. Suele referirse a los ejercicios que sólo utilizan la fuerza corporal sin usar ningún tipo de material. En un principio se trató de una disciplina que se usaba como calentamiento previo a los ejercicios de alta intensidad, pero fue paulatinamente ganando en importancia hasta ser mucho más que eso.

El “*Street Workout*” es una práctica deportiva que nació en Estados Unidos, concretamente en el barrio neoyorquino de Brooklyn, y que está en alza en España. Cada vez más cuenta en nuestro país con un mayor número de aficionados, llegándose a crear una Asociación Española de Calistenia. Se trata de un deporte cuya aceptación va en aumento especialmente entre los jóvenes, aunque lo practican personas de todas las edades, que buscan a través del deporte mantener una vida sana y saludable. Se basa en la práctica de ejercicios de calistenia desarrollados en barras de metal.

Son muchos los ayuntamientos de nuestro país que van creando instalaciones en espacios públicos, especialmente en parques, y que permiten la práctica gratuita de esta disciplina que muchos consideran como la base de un modo de vida activo y saludable. En nuestro entorno ya hay municipios como Tarragona, Cambrils, Salou, El Morell, Torredembarra, etc. que cuentan con este tipo de instalaciones al aire libre y por tanto es una anomalía que la ciudad de Reus no disponga de tal equipamiento.

La calistenia es un sistema de ejercicios físicos con el propio peso corporal; en el sistema el interés está en los movimientos de grupos musculares más que en la potencia y el

esfuerzo. Gracias a su énfasis en los movimientos musculares, ayuda a mejorar la postura corporal, reforzando las articulaciones, siendo por tanto un método eficaz para prevenir lesiones y futuras dolencias físicas. Con esta modalidad deportiva se consigue una mejora de la musculatura, la agilidad, la fuerza física y la flexibilidad. Además, se trata de un deporte que puede practicar cualquier persona, independientemente de su forma física o edad, puesto que los ejercicios se adaptan en intensidad y dificultad a las capacidades de cada individuo.

El virus que causa la COVID-19 se contagia de forma primaria de persona a persona entre aquellos que están en contacto cercano. El virus se trasmite a través de gotitas respiratorias que se liberan en el aire al hablar, toser, respirar, o estornudar. En algunas situaciones, especialmente en lugares cerrados con poca ventilación, el virus que causa la COVID-19 puede propagarse cuando una persona está expuesta a pequeñas gotitas o aerosoles que permanecen en el aire durante varios minutos u horas.

La calistenia es un deporte que se realiza en el exterior por lo que el aire fresco se está moviendo constantemente, y dispersa estas gotitas. Estar al aire libre también ofrece otros beneficios. Estimula el estado de ánimo, ayuda contra el estrés y la luz del sol favorece la producción de vitamina D en nuestro organismo.

La construcción de un recinto específico para practicar esta modalidad deportiva en Reus ayudaría a mejorar la salud de la ciudad, fomentando los hábitos de vida saludables. En conclusión, se trata de un deporte apto para todos, gratuito e inclusivo, por lo que creemos que es perfecto para implementar en nuestra ciudad.

Estos recintos sólo requieren de estructuras principalmente metálicas, conectando tubos de metal en forma vertical u horizontal, formando ángulos de 90° entre ellos para crear la base que los mantiene en pie, así como de un suelo de caucho que absorba los saltos o posibles caídas. Los Parques de Calistenia pueden tener diferentes formas, tamaños y secciones, las cuales ayudan a la realización de diferentes tipos de ejercicios, además de tener la posibilidad de disponer de estructuras adaptadas a personas con movilidad reducida o que requieran de silla de ruedas. Son recintos que adaptan su construcción al entorno, siendo estructuras que permiten amplia flexibilidad en su concepción y no requieren de una infraestructura de alto coste.

Valoraríamos positivamente que el equipo de gobierno estudiase la construcción de dicho equipamiento en la ciudad, ya que respondería a la promoción del deporte y de un ocio alternativo para los jóvenes de Reus.

Por todo lo anterior, el Grupo Municipal de Ciudadanos de Reus propone adoptar los siguientes

### **ACUERDOS:**

**Primero.** Que el Ayuntamiento de Reus estudie la viabilidad de construir un recinto o parque de calistenia lo más completo posible y con suelo de caucho, accesible para personas con movilidad reducida y que sirva para potenciar esta disciplina deportiva en nuestra ciudad.

**Segundo.** Que, en caso de ser aprobado el proyecto, sea notificada esta resolución al Consejo Municipal de Deportes y a la Federación Española de Street Workout y Calistenia (FESWC).

**Tercero.** Que, en caso de ser aprobado el proyecto, se realicen acciones de comunicación con el objetivo de aumentar el conocimiento de este deporte en nuestra ciudad, especialmente entre los más jóvenes, utilizando medios propios: redes sociales municipales, notas de prensa, difusión a través del Consejo Municipal de Deportes, web municipal, etc.

Reus, 15 de febrero de 2021

**Ricardo López**

Concejal del Grupo Municipal de *Ciudadanos de Reus* (Cs) en el Ayuntamiento de Reus