

Ostrov brzy ožije fit stezkou s tréninkovými cvičebními prvky

Na Ostrově přibudou nové tréninkové cvičební prvky. Vedení města se rozhodlo opravit a obnovit původní fit stezku v parku Ostrov a nabídnout obyvatelům města kvalitní prostředí pro zlepšení fyzické kondice. Právě v těchto dnech firma osazovala u stezky v parku konstrukce na cvičení. Jen si ještě musíme dva týdny počkat, až vyraje beton, v němž jsou jednotlivé konstrukce upevněny. Pak budeme moci fit stezku k cvičení využívat.

„Víme, že park na Ostrově hojně využívají běžci ke svým tréninkům, rozhodli jsme se proto rozšířit možnosti sportovního vyžití v této lokalitě a obnovit a opravit stávající nefunkční stezku. Ve spolupráci s odborníky z Fitness Professional Academy, kteří nám pomohli vybrat moderní cvičební prvky, jsme vytvořili okruh, který bude vhodný nejen pro běžný kondiční trénink, ale také pro trénink CrossFit, přípravu na OCR závody (např. Spartan Race), či silovou přípravu kondičních běžců,“ řekl k fit stezce místostarosta Bořek Černý.

Sportovci na Ostrově nově naleznou dvojitou hrazdu, šikmý žebřík, tzv. monkeybar (pro procvičení stability a zpevnění celého těla), lavičku s bradly, posilovací jump lavici, klopenou a rovnou lavici a samostatné bradlo. V parku bylo připravené ukotvení a nyní došlo k instalaci cvičebních prvků. Používat stezku však můžeme až po dostatečném vyžrání betonového základu včetně vytvrzení kotvicích segmentů. Stezka musí projít bezpečnostní kontrolou, do té doby budou instalované prvky zajištěny páskou.

Oprava vyšla radnici na zhruba dvě stě tisíc korun. „Souběžně pracujeme na výrobě informačního panelu. Na něm bude popsáno, jak jednotlivé prvky správně používat. Až to epidemická situace dovolí, připravíme v rámci slavnostního otevření stezky speciální sportovní akci, kde vyškolení trenéři veřejnosti předvedou, jak zde trénovat,“ přislíbil místostarosta Bořek Černý. Cvičební prvky budou vhodné pro dospělé i mládež od zhruba dvanácti let.

4. 2. 2021 v Nymburce