

Servicios. Cerca de 20.000 ciudadanos son usuarios de las nueve instalaciones polideportivas de la ciudad que ofrecen más de 90

DEPORTE PARA

REDACCIÓN: CRISTINA SÁNCHEZ/ FOTOS: GABRIEL CAZADO

Son las seis de la tarde de un jueves. Falta un cuarto de hora para empezar la clase de Zumba en el Polideportivo del Centre y ya no cabe nadie más en la sala. Las clases de la mañana han tenido que trasladarse al pabellón polideportivo para poder acoger a más abonados. Y es que una de las actividades que hoy causan furor para mantenerse en forma: una disciplina *fitness* de origen colombiano que combina movimientos de baile con rutinas aeróbicas para mantener un cuerpo saludable y flexible.

Las clases de Zumba son novedad esta temporada en varios polideportivos, igual que las sesiones de Cx-Worx (entrenamiento y ejercicios dinámicos realizados con gomas elásticas), Body Pump (entrenamiento con una barra y discos de pesos variados), bailes de salón y *hip-hop*, que se imparten en varios equipamientos.

También en el Polideportivo de les Planes acaba de ponerse en marcha Gonnafit, una práctica deportiva en grupo y al aire libre, y en el Sergio Manzano, en L'Hospitalet Nord y en el Tennis L'Hospitalet se

Si en el siglo pasado hacer deporte era una afición, hoy la actividad física se considera una práctica recomendable, o más bien necesaria, para una vida saludable. L'Hospitalet cuenta con una completa red de instalaciones a disposición de la ciudadanía

POLIDEPORTIVO DEL GORNAL

La red de equipamientos deportivos municipales de la ciudad se completará a principios de año con la apertura del nuevo Polideportivo del Gornal. La instalación contará con una piscina cubierta climatizada, zona de aguas (hidromasajes, baño de vapor y sauna), una pista polideportiva cubierta, una sala de gimnasia y tres espacios polivalentes que pueden transformarse en cinco salas.

Para ir calentando motores, durante la segunda quincena de octubre se pondrá en marcha una página web en la que los vecinos podrán, de momento, hacer una primera preinscripción *on line*. Además, encontrarán información sobre las actividades previstas, las promociones disponibles y respuestas a las preguntas más frecuentes.

Preinscripción: www.pmgornal-h.cat



Zumba, Cx-Worx, Body Pump, bailes de salón, 'hip-hop' y deporte al aire libre, las últimas incorporaciones

han estrenado clases de pádel para niños y adultos.

Estas nuevas disciplinas forman parte de las 90 actividades semanales que ofrecen los nueve

equipamientos municipales de la ciudad, en los que practican deporte cerca de 20.000 abonados.

Son tanto hombres (55%) como mujeres (45%) y la mayoría, el 63%, tienen entre 26 y 60 años. Los siguientes en asistencia son los jóvenes de 16 a 25 años, el 25% de los abonados. Pero como hay actividades para todos, los pequeños (5%) y los mayores (7%) también tienen su espacio.

Volvemos a la clase de Zumba del Polideportivo del Centre, donde podemos encontrar perfiles de usuarios muy diversos. Desde que empezaron las clases, Ana Goriz no se ha perdido una. Tiene 30 años y es vecina del barrio. "Soy usuaria del polideportivo desde junio del año pasado. He hecho un poco de todo y ahora hago Zumba porque me gusta mucho bailar. Hay que programar más actividades como

Las actividades acuáticas, la natación para bebés y las nuevas disciplinas son lo más solicitado

esta, divertidas y que enganchen".

Sin embargo, para Matilde Carmo, de 69 años, es su primera clase, aunque ha hecho algún ensayo. "Me he apuntado para probar, porque me



Mitjans de comunicació de L'Hospitalet

FETS AQUÍ,
de la mateixa pasta que tu.



www.lhdigital.cat



[@lhdigitalh](https://twitter.com/lhdigitalh)

[f lhdigital](https://facebook.com/lhdigital)

0 actividades semanales adaptadas a todas las edades para facilitar la práctica de la actividad física y promover la salud

A TOD@S EN L'H



De izquierda a derecha: sesión de Cx-Worx en el Polideportivo del Centre; práctica infantil de fútbol en la Zona Deportiva de la Feixa Llarga, en la pasada Diada de l'Esport Escolar; y clase de Body Pump en las Piscines Municipals



ABONOS Y PROMOCIONES

Para acceder a los polideportivos municipales de la ciudad existe una amplia oferta de abonos según la edad del titular (niño, joven, adulto, mayor de 65 años o discapacitado) y según si tiene acceso total, por días o franjas horarias (por ejemplo, si solo acude en horario de mañana o de viernes a domingo). Los familiares de abonados y las familias numerosas también disponen de descuentos.

Además, en diferentes periodos del año se realizan campañas y promociones especiales. Por ejemplo, este octubre se está premiando la fidelidad de los abonados de los polideportivos del Centre y Sanfeliu, y de las Piscines Municipals con un obsequio. Además, si traen un nuevo socio tendrán descuentos. Algunos polideportivos también ofrecen tiquets para días puntuales y abonos de 10 entradas durante un año.

gusta todo. Soy socia del polideportivo desde el primer día, me gusta el trato de los monitores, las instalaciones, todo". Los hombres no se quedan atrás, como Abel Reyes, de 39 años, que ha vuelto al Polideportivo del Centre en cuanto programaron Zumba. "Antes iba a otros gimnasios, porque todo lo que sea bailar me gusta y, cuando vi que lo ofrecían aquí, volví".

Pese a incorporar las nuevas

tendencias, los polideportivos no han dejado de lado las actividades más clásicas –yoga, aeróbic, fitness, ciclismo indoor, etcétera– o las destinadas a colectivos específicos –natación para bebés, natación para personas con necesidades especiales, programas de deporte para *gent gran*–. También organizan citas sociodeportivas, como circuitos de *running* y caminadas, y las actividades acuáticas

que son, junto a las novedades, las que tienen mayor demanda.

El concejal de Juventud y Deportes, Cristian Alcázar, destaca la importancia de la oferta deportiva en la ciudad, con nueve instalaciones polideportivas a las que a principios de año se incorporará una décima, el Polideportivo del Gornal. "La oferta deportiva de calidad es una prioridad para el Gobierno municipal. En estos años hemos

ido construyendo infraestructuras, mejorando los mecanismos de gestión y control, y hoy tenemos una oferta amplia y a la altura de la privada, con una gestión de proximidad a los abonados y adaptada a los nuevos tiempos", afirma.

Alcázar cifra en 10 millones de euros anuales, inversiones a parte, el presupuesto destinado a deportes en la ciudad. Sobre este tema, el presidente de las Nuevas Gene-

raciones del PP, Xavi Jiménez, ha denunciado que tres de los polideportivos municipales cerraron 2013 con un déficit del 50% y que habría que ofrecer más promociones para los jóvenes. El concejal de Deportes responde que estas cifras no son ciertas y que Jiménez no ha contado los ingresos de estas instalaciones durante los seis meses de 2013 en que los gestionó La Farga. ■

CONCURSA AMB NOSALTRES

Envia'ns o comparteix a les xarxes socials abans del 3 de novembre la teva millor recepta de pasta o la teva millor fotografia amb ulleres de pasta 'made in L'H' i podràs guanyar un sopar per a quatre persones al restaurant italià De Angelis o un abonament de 100 euros a l'òptica Opticalia. (+ info: www.lhdigital.cat)

Correu electrònic: lhdigital@lhcomunicacio.cat
Facebook: www.facebook.com/lhdigital
Twitter: #concurspastalh

