

# W Jaworzu będą ćwiczyć na powietrzu

Data publikacji: 28.08.2015 11:00

Trzepaki, ławki, murki- to wszystko wykorzystać można do ćwiczeń i poprawienia sprawności fizycznej. W jaworzańskim Street Workout Parku na powierzchni 14x16 m o wiele więcej urządzeń, dzięki którym zbudujesz kondycję.

□

Już wkrótce, w niedzielę, 6 września 2015 roku o godzinie 18.00 na terenie pomiędzy Tężnią Zdrojową a kompleksem sportowo-rekreacyjnym przy ul. Koralewej w Jaworzu odbędzie się oficjalne otwarcie strefy Street Workoutu. W programie przewidziano m.in. pokaz grupy Street Workout Bielsko-Biała oraz ogólnodostępny trening Street Workout dla wszystkich zainteresowanych.

**- Street Workout, czyli forma aktywności fizycznej polegająca na wykorzystywaniu elementów tzw. "małej architektury" (np. trzepaki, ławki, murki itp.) do wykonywania ćwiczeń na świeżym powietrzu, z roku na rok cieszy się coraz większą popularnością** - informują nas pracownicy Urzędu Gminy Jaworze.

Od tego lata Street Workout można uprawiać również w Jaworzu, bowiem w pobliżu Tężni Zdrojowej oraz kompleksu sportowo-rekreacyjnego przy ul. Koralewej, Gmina Jaworze zrealizowała inwestycję związaną z wykonaniem profesjonalnego Street Workout Parku. **- W ramach przedsięwzięcia zainstalowano takie urządzenia do ćwiczeń, jak drabinki, drążki, poręcze, kółka gimnastyczne czy też ławeczki. Nie zapomniano również o osobach niepełnosprawnych, przygotowując dla nich specjalne stanowiska. Powierzchnia jaworzańskiego Street Workout Parku wynosi 14x16 m, a komfort korzystania z urządzeń zwiększa zastosowanie mat gumowych, łagodzących ewentualne upadki użytkowników parku** - podają pracownicy Urzędu Gminy Jaworze.

vdka