

*

2023 – Año del Cuadragésimo Aniversario de la Recuperación de la Democracia

**CORRESPONDE
EXPTE. N° 0183/23**

VISTO:

La Calistenia, disciplina de entrenamiento físico realizado mediante el propio peso del cuerpo; y

CONSIDERANDO:

Que está demostrado que la actividad deportiva junto con una buena alimentación mejoran la calidad de vida, siendo éstos hábitos saludables.

Que esta actividad ha tomado un papel fundamental después de la pandemia.

Que durante el Covid 19, debido a la permanencia de la población en sus domicilios, esta actividad surgió como forma de entrenamiento, por la medida de distanciamiento social por no asistir a gimnasios o clubes.

Que la mencionada actividad, es una disciplina que se conoce con el nombre de “Calistenia”. Es un sistema de entrenamiento realizado con el propio peso del cuerpo, y los beneficios físicos se ven únicamente por ejercicios donde no hay otro elemento que el propio cuerpo.

Que esta disciplina permite mejorar el estado físico de forma global y general.

Que consiste en un conjunto de ejercicios funcionales que mejoran la movilidad, el equilibrio, la coordinación, la flexibilidad, capacidad cardiovascular y agilidad, es una disciplina donde conecta al cuerpo y la mente además de la definición muscular por la actividad física en sí.

Que es una actividad que se realiza al aire libre, lo que genera mayores beneficios en el estado de ánimo.

Que a nivel nacional e internacional, día a día, tiene mayor participación, y que sería muy propicio fomentarlo en nuestra localidad como opción deportiva.

Que crear un espacio de entrenamiento para la disciplina calistenia permitirá difundir y propiciar esta actividad.

Que la infraestructura necesaria para realizarla, es un circuito de entrenamiento para la realización de múltiples ejercicios basados en el uso del propio peso corporal, con el beneficio adicional de poder practicarse al aire libre y de forma gratuita que tiene como elemento fundamental, las paralelas.

Que sería un beneficioso espacio de deporte urbano.

Que de manera general, los parques de calistenia suelen estar formados por elementos y equipamientos como barras paralelas, jaulas de ejercicios, barras de flexiones, barras de equilibrio, bancos de salto entre otros.

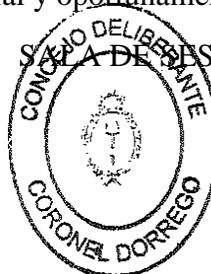
POR TODO ELLO, el HONORABLE CONCEJO DELIBERANTE, en uso de facultades que le son propias, dicta la siguiente:

RESOLUCIÓN:

ARTÍCULO 1º) Solicitar al Departamento Ejecutivo que mediante el área que ===== corresponde instale en espacios verdes, a considerar, un parque de entrenamiento para la disciplina calistenia.-

ARTÍCULO 2º) Comuníquese al Departamento Ejecutivo, demás que corresponda, ===== dése al Registro Oficial y oportunamente, archívese.-

María Alicia Jalle
SECRETARIA LEGISLATIVA
H. CONCEJO DELIBERANTE
REGISTRADA BAJO EL NÚMERO: 0060/23



SESIONES, 12 de octubre de 2023.-
Alejandro Gabriel Zorzano
PRESIDENTE
H. CONCEJO DELIBERANTE