

La Setmana de la Gent Gran comença amb exercici físic



Una quinzena de sobonhns i sobonhnes han participat a l'activitat física del parc Lappset. F.

Estany

Una quinzena de persones s'han apuntat aquest dilluns a la primera de les activitats de la Setmana de la Gent Gran. A partir de les 9 del matí, dirigits pel profes Viladrich, tècnic de la regidoria d'Esports, un grup de persones s'han trobat al parc Lappset del parc de l'Hort del Bisbe per participar en una activitat física a conèixer les noves instal·lacions lúdiques ubicades en aquest indret de Solsona. És un parc avalat pel Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya, molt similar al instal·lat al pati exterior de la Residència, però que és apte per a totes les edats, també per a infants i joves. Entre altres elements, hi ha un banc amb obertures d'espatlles, una escala de dits, un seient mòbil i barres de diversos tipus. A banda de conèixer les possibilitats d'aquest equipament, els participants a han realitzat diversos exercicis d'escalfament i d'elasticitat de les articulacions.