

PARQUES SALUDABLES PARA PERSONAS MAYORES PLAYAS DE VALÈNCIA



Parques de ocio y ejercicio físico 2015 (Extracto)

El uso de los parques está destinado a personas mayores, no debiendo ser usado por menores de 12 años (en este caso deberán ser siempre supervisados por una persona adulta responsable). Los aparatos de gimnasia no son juguetes y se recomienda leer las instrucciones antes del uso de cada parque. Deberá elegirse el aparato de gimnasia adecuado según su estado de salud y forma física. Se recomienda consultar al personal médico qué aparatos no están destinados a la rehabilitación.

Los parques saludables facilitan la mejora de la calidad de vida de las personas mayores; se convierten en lugares de encuentro y diversión para todas las personas. Son espacios únicos para pasear, conversar y mantener en forma el cuerpo y la mente.

Constan de diversos aparatos, instalados en cada parque, para realizar ejercicios y están dirigidos a personas mayores y adultos. Todos los elementos de gimnasia son diferentes y cada uno de ellos cumple los objetivos para el que ha sido diseñado. Los elementos de deporte son modelos diferentes y cada uno colabora al refuerzo y ayuda de diferentes músculos y articulaciones del organismo, siempre a través de la realización de ejercicios suaves y sencillos.

➤ **Parque Saludable Playa MALVA-ROSA:**

Está señalizado y ubicado en la pastilla de jardines en frente del Instituto Isabel de Villena (desde el restaurado módulo 10 al restaurado módulo 11) con una ocupación de 120 metros lineales.

➤ **Parque Saludable Playa CABANYAL:**

Este parque está ubicado en la pastilla de jardines del paseo marítimo entre la salida de las calles Columbretes y Pescadores, con una ocupación de 120 metros lineales.

➤ **Área Biosaludable Playa PINEDO:**

(En la arena; en mitad de la playa)

Consta de una estructura única de acero galvanizado que lleva incorporados diversos aparatos para realizar ejercicios musculares de forma moderada indicado exclusivamente para personas adultas.

➤ **Parque Saludable Playa L'ARBRE DEL GOS:**

Consiste en la instalación de seis aparatos independientes que conforman un parque saludable de personas mayores. Cada aparato sirve para realizar distintos ejercicios al aire libre de forma moderada.

Información más detallada: [Parques de Ocio y Ejercicio Físico \(2015\)](#)