

MĚSTSKÁ ČÁST PRAHA 4



Tisková zpráva

V Praze 15. října 2021

Praha 4 vybuduje pět workoutových hřišť

Městská část Praha 4 vybuduje ještě v letošním roce pět stanovišť vybavených workoutovými prvky. Budou v areálech již existujících dětských hřišť v ulicích V Pláni, V Štíhlách, Jaurisova, Jílovská a Hvězdova. Rozhodla o tom Rada městské části.

„Máme dětská hřiště a senior parky, vybudování venkovních cvičeben pro lidi středního věku je logickým pokračování procesu, jehož cílem je dát našim obyvatelům další možnost pro aktivní trávení volného času a posilování fyzické zdatnosti a tím i psychické odolnosti,“ uvedl radní pro informatiku, bezpečnost a sport Jaroslav Míth (ODS).

Workoutová cvičení jsou v současné době velice oblíbenou volnočasovou aktivitou, kterou chce městská část vzhledem k jejímu společenskému přínosu podporovat. Ručkování, přitahování, cvičení dřepů a podobné cviky jsou pro lidské tělo naprosto přirozené a zdravé. Workoutová hřiště jsou místem tréninků, ale i platformou podporující zdravý životní styl a v neposlední řadě i významným interaktivním sociálním prvkem, místem pro setkávání sportovně založených lidí napříč generacemi.

„Cvičení ve veřejném prostoru je moderním trendem. Dnes je Praha 4 kromě fitness parků, senior parků a celé řady sportovišť provozovatelem pouze tří stanovišť pro workoutová cvičení. Při velikosti městské části je to podle mého názoru velmi málo. Už v příštím roce se ale můžeme těšit na větší workoutové hřiště, které vznikne při revitalizaci severního konce Roztylského náměstí,“ uvedl dále radní Jaroslav Míth.

Lokality pro nová workoutová stanoviště byly vybrány na základě požadavků občanů. Záměrně byly vybrány areály existujících dětských hřišť, která jsou umístěna v husté zástavbě a je tak u nich předpoklad jejich masového využití. Pro rodiče dětí tak vznikne možnost propojit návštěvu dětského hřiště s vlastní sportovní aktivitou.