



Evropský zemědělský fond pro rozvoj venkova: Evropa investuje do venkovských oblastí

TISKOVÁ ZPRÁVA 23. 9. 2013

Venkovní tělocvična na hřišti v Podeřístích otevřena

Dne 13.9.2013 byla slavnostně otevřena venkovní tělocvična na hřišti v Podeřístích. Tělocvična se ihned těšila velkému zájmu. V dalším týdnu ve dnech 20. a 21.9.2013 se u příležitosti venkovního aerobiku žen opět sešlo spousta návštěvnic a po aerobním cvičení ještě využilo venkovní tělocvičnu.

Byly zde nainstalovány celkem tři venkovní fitness stroje pro dospělé upevněné na jednom stojanu. Konkrétně se jedná o stroj běžec, který zvyšuje pohyblivost horních i dolních končetin a zlepšuje ohebnost kloubů, dále stroj chodec, který zvyšuje pohyblivost spodních končetin, zlepšuje koordinaci a rovnováhu těla, zvyšuje kapacitu srdce a plic a posiluje nohy a hýžděové svaly. A třetím strojem je tzv. dřepkin, který slouží k rozvoji svalů horních končetin a zvyšování kardiopulmonální kapacity.



Tělocvična byla vybudována z projektu spolupráce Zdraví nás baví, který realizují MAS Rozkvět zahrady jižních Čech, MAS Blanský les - Netolicko a MAS Vodňanská ryba, který je financován z programu Leader. Díky projektu vznikne v obcích a městech regionu spolupráce na Lhenicku, Vodňansku, Netolicku, Českobudějovicku a Písecku síť 22 venkovních tělocvičen.

Přijďte si sem zacvičit i vy!

PROJEKT SPOLUPRÁCE **ZDRAVÍ NÁS BAVÍ** JE SPOLUFINANCOVÁN EVROPSKOU UNÍ Z EVROPSKÉHO ZEMĚDĚLSKÉHO FONDU PRO ROZVOJ VENKOVA V RÁMCI OPATŘENÍ IV.2.1. REALIZACE PROJEKTŮ SPOLUPRÁCE PROGRAMU ROZVOJE VENKOVA.