



Nord Milanese

Fitness nei parchi di Paderno e Bresso

PADERNO DUGNANO

Il fitness e il benessere psicofisico nei parchi pubblici, gratuitamente e all'aria aperta: nel Nord Milano stanno aumentando gli spazi Outdoor dove è possibile allenare i propri muscoli o eseguire gli esercizi di calisthenic in sicurezza e in tranquillità, grazie ai finanziamenti di Regione Lombardia. Come a Paderno Dugnano, nel cuore del frequentato «Parco Toti», in fondo a via Fausto Coppi. Oggi dalle 14.30 ci sarà l'inaugurazione della nuova area fitness circolare da 300 metri quadrati, con 9 piazzole: su 8 sono state posate altrettante macchine con attrezzi, di cui 4 inclusive e per le persone con disabilità, per gli allenamenti muscolari e aerobici; al centro è stata collocata, invece, una grande struttura a sbarre e ad anelli per le attività appunto di calisthenic. L'accesso al nuovo spazio è libero con l'invito, rivolto dal Comune ai cittadini, a un uso corretto e a prendersene cura. Dopo Paderno, anche Bresso avrà la sua. Venerdì ci sarà l'atteso taglio del nastro. Lo spazio fitness è stato sistemato nel centrale parco comunale di via Milano. Oltre alle installazioni, il Comune di Bresso metterà a disposizione degli sportivi anche un nuovo playground con un campo da basket.

Giuseppe Nava