



Ajuntament de
Montornès del Vallès
Departament de Mitjans de Comunicació

Data: 6 d'octubre de 2021

CONVOCATÒRIA DE PREMSA

Presentació del nou servei "Poolbike" al CEM Les Vernedes

Aquest dijous, 7 d'octubre, a les 10 h a la piscina coberta del CEM Les Vernedes (Gran Vial, 3), es presentarà el "Poolbike" un nou servei d'entrenament cardiovascular aquàtic amb bicicleta i el·líptica. L'acte comptarà amb la presència de la regidora de Gent Gran, Natalia Segura.

El Complex Esportiu Municipal Les Vernedes continua innovant i ampliant el ventall d'opcions al conjunt d'abonats/des. Aquests dies, el Complex ha posat a disposició de les persones usuàries un nou servei d'entrenament cardiovascular a la piscina coberta.

Es tracta del "Poolbike" que ofereix l'oportunitat de fer exercici a la piscina en bicicleta o el·líptica preparades per funcionar a l'aigua. Aquesta activitat està recomanada per a les persones amb problemes físics o sobrepès, donat que el medi aquàtic proporciona resistència contínua i cap impacte articular.

Per accedir al nou servei d'entrenament cardiovascular, que es practica de manera individual i no dirigida, cal fer reserva prèvia a través de l'app del CEM o del web del Complex (www.cemlesvernedes.cat).

Nota: Després de la presentació, hi haurà una demostració de la nova activitat a la piscina perquè els mitjans puguin fer fotografies o gravar imatges.