
Olimpiades Físico-Cognitives del Pla de l'Estany



El passat divendres dia 4 d'octubre una cinquantena de persones de diferents poblacions del Pla de l'Estany van participar en les II Olimpiades Físico Cognitives organitzades pel Servei Fem Companyia del Consell Comarcal del Pla de l'Estany i el Consell Esportiu del Pla de l'Estany.

Per segon any consecutiu es va celebrar aquesta jornada que a través de l'activitat física i cognitiva pretén ser un punt d'unió i germanor amb totes les poblacions de la Comarca i potenciar l'envelliment actiu, al mateix temps que es donen a conèixer les activitats realitzades des del

servei Fem Companyia del Consell Comarcal del Pla de l'Estany i la dinamització dels Parcs Urbans de Salut del Programa de Dipsalut executats pel Consell Esportiu del Pla de l'Estany.

La jornada va consistir en 5 proves que combinaven les habilitats físiques dels seus participants amb les cognitives, d'aquesta manera es fomenten hàbits saludables pel col·lectiu que incideixen directament sobre el seu embelliment actiu. Un cop realitzades les proves es van fer entrega dels premis a les poblacions guanyadores.

Amb aquesta activitat es pretén fomentar l'esperit competitiu, per tal de treballar valors tan importants com l'esforç i l'autosuperació, i al mateix temps incidir en la motivació dels participants. El més important de la jornada per part dels organitzadors és que tothom gaudeixi i passi un matí saludable coneixent i relacionant-se amb les diferents poblacions.

Jornada

De 04 d'octubre del 2019

Destinataris

Per a tota la població major de 60 anys de la Comarca del Pla de l'Estany

Horari

De les 09:30 a les 12:00 h

Activitats i desenvolupament de la jornada

- A les 09:30 h estaven convocats els participants a la zona del Parc de Salut de la Draga on es va fer una benvinguda per part del Conseller d'Esports del Consell Comarcal Xavier Cros.
- Un cop realitzada la benvinguda i la presentació de les activitats es va procedir a extreure els quadrants de les poblacions que anirien juntes per "competir" de manera sana a les activitats.
- Sílvia Mairal del Servei Fem Companyia va entregar una plantilla plastificada amb l'escut identificador de cada població on els participants obtenien una puntuació pels punts de la part cognitiva i una per la puntuació de l'apartat esportiva. La suma d'aquestes puntuacions al finalitzar la competició seria la que s'utilitzaria per fer l'entrega de premis.

- A les 10.10 h van començar les diferents activitats, on es van realitzar diferents activitats com les del Parc Urbà de Salut. En aquesta estació es varen treballar diferents exercicis de mobilitat articular de treball cardiovascular i també es va treballar la força; habilitat motriu cada vegada més reconeguda científicament per prevenir diferents patologies relacionades amb l'envelliment. Al mateix temps es va treballar la memòria a través d'unes imatges de persones amb els seus noms que els participants havien de recordar i relacionar les cares i els noms al final del circuit.
- Altres activitats que es van realitzar van ser petanca amb record de paraules, punteria amb cercles i suma de xifres, circuit d'habilitat amb composició d'imatges i bitlles catalanes amb composició de paraules.
- Les activitats tenien una durada de 15 min per estació on es feien dues rotacions i es tenia un temps previs per l'explicació de la prova als participants.
- Aproximadament a les 11.00h es va fer una parada per descansar i fer un esmorzar saludable a base de fruita.
- Seguidament van seguir les rotacions de les activitats i a les 11.55 h es va fer el recompte de punts per tal de reconèixer la població que havia tingut més encerts en els dos apartats.
- A les 12.00 h aproximadament Angie Lladó Sidera consellera del Consell Comarcal va fer el lliurament de premis als representants de les poblacions guanyadores

Participació i Classificació

POBLACIÓ	PARTICIPANTS	PUNTUACIÓ	CLASSIFICACIÓ
PALOL DE REWARDIT	8	29	1r CLASSIFICAT
CAMÓS	10	28	2n CLASSIFICAT
PORQUERES	9	24	3r CLASSIFICAT
BANYOLES	9	24	4rt CLASSIFICAT
SERINYÀ	7	20	5è CLASSIFICAT
CORNELLÀ DEL TERRI	3	20	6è CLASSIFICAT
FONTCOBERTA	6	19	7è CLASSIFICAT

Entitats organitzadores

Servei Fem Companyia de l'Àrea de Benestar Social del Consell Comarcal del Pla de l'Estany, Consell Esportiu del Pla de l'Estany

Col·labora

Consell Consultiu de la Gent Gran
Ajuntament de Banyoles

Imatges

