

NOTA DE PRENSA

548 personas han participado esta primavera en sesiones de marcha nórdica con el Ayuntamiento de Pamplona

Se ha cubierto el 97,86% de las plazas previstas para esta estación, superando en 144 personas la asistencia de todo el año pasado

588 personas han participado en las marchas nórdicas de primavera del Ayuntamiento de Pamplona, una cifra de participación que es la más alta de los últimos cinco años en los paseos de esta estación. Esta primavera se han cubierto el 97,86% de las plazas, y en números absolutos, se ha superado en 144 personas la suma global de asistencia de las dos tandas del año pasado.

En los 11 años que este programa municipal lleva en funcionamiento el Consistorio ha ofertado más de 4.001 plazas en esta modalidad de ejercicio físico siguiendo las propuestas de la 'Carta de Toronto para la actividad física'. Ese documento internacional aboga, por un lado, por crear infraestructuras urbanas (como los gimnasios al aire libre) que permitan un acceso equitativo y seguro para la actividad física recreativa y favorezcan el hábito de caminar, y por otro, trabajar con enfoques comunitarios que movilicen a sectores de la sociedad y sus recursos.

Concretamente esta primavera, entre el 4 de abril y el 27 de junio, el Ayuntamiento de Pamplona ha ofrecido 13 marchas en miércoles (iniciación o actividad física moderada) y 8 en sábado para actividad física intensa, con recorridos más largos. En todos los casos los paseos eran guiados por monitoras especializadas, previa sesión de calentamiento y explicación del correcto y eficaz uso de los bastones que caracterizan este tipo de marcha. Al final del recorrido se proponían, además, ejercicios de estiramiento.

La oferta de plazas ha ido creciendo en estos años pero la demandada depende también de factores no siempre controlables. Como ejemplo, por número de plazas cubiertas en relación a la oferta, en 2016 había 781 plazas disponibles en el conjunto primavera y otoño y la media de ocupación fue superior al 96%; sin embargo, el tiempo más irregular hizo que la ocupación media de plazas en ambas temporadas de 2017 fuera del 56,2%.

En esta década larga de programa las marchas nórdicas, bien para la población en general, bien exclusivamente para personas mayores, se han combinado a estos paseos con la





divulgación de la práctica deportiva en los gimnasios al aire libre (circuitos de aparatos en la vía pública) que se han ido colocando en distintas zonas de la ciudad.

DATOS DEL PROGRAMA MUNICIPAL DE MARCHAS NÓRDICAS (ÚLTIMOS 5 AÑOS)

Año	Periodo	Nº plazas ofertadas	Nº personas asisten	% personas
2014	primavera	112	112	100
2015	primavera	112	112	100
2016	primavera	456	427	93,6
2016	otoño	325	321	98,7
2017	primavera	195	103	52,8
2017	otoño	504	301	59,7
2018	primavera	588	548	97,86

Pamplona, 29 de junio de 2018

