ZONA DE JUEGO, OCIO Y EJERCICIO FISICO

PARA NIÑOS, JÓVENES, ADULTOS Y MAYORES

EN NUESTRAS PLAYAS

1. PLAYA DE MALVARROSA.-

a. PARQUES INFANTILES EN EL PASEO

Son juegos en los que se conjugan varias actividades simultáneamente. Forman complejos lúdicos donde pueden jugar a la vez un buen número de niños. Estos complejos son muy útiles en zonas de gran afluencia. Forman construcciones muy atrayentes que despiertan la curiosidad del niño y le incita a su uso.

Barcos Pirata

I.- (Entre Rest ALMAR, y La Herradura)

II.- frente C.P. V. Blasco Ibáñez

Torreta

III.- Junto a Pans&Company

b. PARQUE SALUDABLE

Ubicado en la pastilla de jardines frente al Instituto Isabel de Villena.

Los parques saludables facilitan la mejora de la calidad de vida de las personas mayores; se convierten en lugares de encuentro y diversión para todos. Son espacios únicos para pasear, conversar y mantener en forma el cuerpo y la mente. Constan de 5 aparatos, instalados en cada parque, para realizar ejercicios y están dirigidos a personas mayores y adultos. Todos los elementos de gimnasia son diferentes y cada uno de ellos cumple los objetivos para el que ha sido diseñado.

Los elementos de deporte son modelos diferentes y cada uno colaborara al refuerzo y ayuda de diferentes músculos y articulaciones del organismo, siempre a través de la realización de ejercicios suaves y sencillos:

Aparato **Huracán**: Fortalece la función Cardiaca y pulmonar. Mejora la coordinación y estabilidad de las piernas.

Aparato **Alisio**: Fortalece la musculatura abdominal y lumbar. Favorece la flexibilidad de la columna vertebral. Ayuda a mejorar la figura.

Aparato **Poniente**: Favorece la función cardiaca y muscular, mejora la coordinación entre brazos y piernas. Fortalece la musculatura de las piernas, brazos y abdomen.

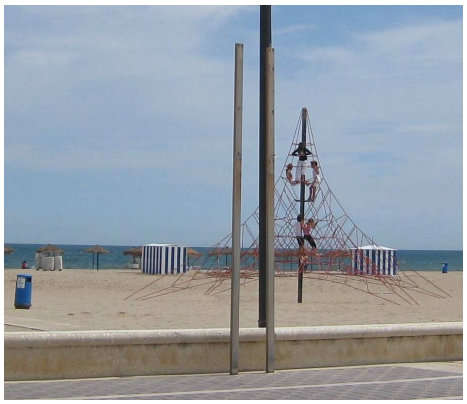
Aparato **Tornado**: favorece la función cardíaca y muscular. Mejora la coordinación entre brazos y piernas. Fortalece la musculatura de brazos, piernas y cintura

Aparato **Remolino**: favorece la función cardiaca y muscular, mejora la flexibilidad de hombros codos y muñecas. Fortalece la musculatura de los hombros.

c. JUEGOS EN LA ARENA

Juegos de Trepa y Equilibrio

Los ejercicios de trepa y equilibrio obligan a controlar al niño el peso del cuerpo, desarrollando la capacidad motora y la seguridad en los movimientos.



Frente Rest La Herradura

frente Posta Malvarrosa 1

Entre Rest Isabel y La alegría de la Huerta

d. JUEGO MACRO SPORT CON MASTILES.-

Ubicados en la Playa de Malvarrosa (desde Restaurante Casa Zaragoza hasta el columnario de la explanada de la escultura de los delfines) Esta zona multiesport consta de los elementos siguientes:

10 áreas de voley playa
1 área de fútbol playa
6 canastas basket
1 Área en forma
1 cartel indicativo
12 mástiles con bandera

Estas áreas deportivas son de libre acceso y gratuitas

2. PLAYA DE CABANYAL.-

a. PARQUES INFANTILES EN EL PASEO

I. PARQUE INFANTIL ADAPTADO A NIÑOS CON DISCAPACITACION VISUAL

Junto a la escultura de los delfines en el paseo marítimo de Malvarrosa/Cabañal.-

Diseñado específicamente (Hipopótamo) de características redondeadas y exageración en sus formas (ojos, orejas, boca) con una altura máxima de 1,20 a 1,40 m para que el niño pueda con sus manos describir el animalito que esta tocando. Tiene acceso por una escalera y salida por tobogán y barra redondeada

II. .- Barco Pirata pasado el Rest Els Angels, en los jardines

III. ZONA JUEGO MULTIPLE INFANTIL

Son juegos en los que se conjugan varias actividades simultáneamente. Formando un complejos lúdico donde pueden jugar a la vez un buen número de niños. Estos complejos son muy útiles en zonas de gran afluencia. Forman construcciones muy atrayentes que despiertan la curiosidad del niño y le incita a su uso

IV. PARQUE SALUDABLE

Este parque esta ubicado en la pastilla de jardines del paseo marítimo entre la salida de las calles Columbretes y Pescadores.

Los parques saludables facilitan la mejora de la calidad de vida de las personas mayores; se convierten en lugares de encuentro y diversión para todos. Son espacios únicos para pasear, conversar y mantener en forma el cuerpo y la mente. Consta de varios aparatos, para realizar ejercicios y están dirigidos a personas mayores y adultos.

Los elementos de deporte son modelos diferentes y cada uno colaborara al refuerzo y ayuda de diferentes músculos y articulaciones del organismo, siempre a través de la realización de ejercicios suaves y sencillos:

Aparato **Huracán**: Fortalece la función Cardiaca y pulmonar. Mejora la coordinación y estabilidad de las piernas.

Aparato **Alisio**: Fortalece la musculatura abdominal y lumbar. Favorece la flexibilidad de la columna vertebral. Ayuda a mejorar la figura.

Aparato **Poniente**: Favorece la función cardiaca y muscular, mejora la coordinación entre brazos y piernas. Fortalece la musculatura de las piernas, brazos y abdomen.

Aparato **Tornado**: favorece la función cardiaca y muscular. Mejora la coordinación entre brazos y piernas. Fortalece la musculatura de brazos, piernas y cintura

Aparato **Remolino**: favorece la función cardiaca y muscular, mejora la flexibilidad de hombros codos y muñecas. Fortalece la musculatura de los hombros.

Aparato **Garbí:** favorece la coordinación general de brazos. Mejora la flexibilidad de hombros, codos y muñecas. Facilita la rehabilitación de los hombros.

Aparato **Tifón**: mejora la coordinación general y el sistema digestivo. Ejercita la columna vertebral y la cadera. Favorece la función cardiaca, muscular y circulatoria

Aparato **Monzón**: Fortalece las articulaciones inferiores, caderas, rodillas y tobillos. Mejora la flexibilidad y estabilidad de piernas.

b. JUEGOS EN LA ARENA

Juego de red junto Biblioteca de la Playa "BIBLIOMAR"

3. PLAYA DE PINEDO.-

a. PARQUES INFANTILES

Constan de una estructura única que ampara un complejo de zona de juegos infantiles.

Junto paseo peatonal

Frente Cruz de Pinedo

Frente Rest. LLar D´Empar

Frente Rest El Velero

b. AREA BIOSALUDABLE (en arena en mitad de la playa)

Consta de una estructura única de acero galvanizado que lleva incorporados diversos aparatos para realizar ejercicios musculares de forma moderada indicado exclusivamente a los adultos.

4. PLAYA L' ARBRE DEL GOS

a. PARQUES INFANTILES

Situados en la zona lúdica entre el paseo marítimo y la zona de Parking.

b. PARQUE SALUDABLE EN LA PLAYA ARBRE DEL GOS I

Consiste en la instalación de ocho aparatos independientes que conforman un parque saludable de mayores. Cada aparato sirve para realizar distintos ejercicios al aire libre de forma moderada

ÁREA DE
JUEGOS DE
EJERCICIO FÍSICO

ÁREA DE
JUEGOS DE
EJERCICIO FÍSICO

5. PLAYA DEL SALER

a. PARQUE INFANTIL (EN ARENA) PLAYA SALER PUEBLO

Consta de una estructura única que ampara un complejo de zona de juegos infantiles.

Características de materiales: estructura de madera laminada tratada en autoclave nivel IV, Tableros de PLAY-TEC (polietileno), toboganes en poliester reforzado con fibra de vidrio, anclajes y tornilleria en acero galvanizado en caliente, y tapones protectores de nylon. Ocupación 63 m2.

Está ubicado en la playa de Saler pueblo, en la arena frente al restaurante “La Dehesa Jose Luis”.

b. EJERCITADORES MUSCULARES EN PLAYA SALER PUEBLO

La bonanza de nuestro clima durante todas las épocas del año, permiten que nuestras playas sean visitadas tanto en verano como en otoño, primavera e invierno. Después de realizados los paseos marítimos peatonales en las playas del Saler, estos son zonas de visita con diferentes alternativas, siendo la deportiva una de las mas atractivas, por ello resulta de interés la instalación en la zona mas céntrica de la playa del Saler, junto al paseo marítimo, de un “circuito de footing”, formado por diferentes aparatos destinados

fundamentalmente a jóvenes, estos ejercitadores musculares del circuito serán una propuesta de promoción de la salud y ejercicios al aire libre.

Consiste en un conjunto de aparatos destinados a ejercicios musculares para gente joven que engloba el llamado circuito de footing. (Banco abdominales, barras fijas, flexiones, pórticos de anillas, doble escalera trepa, barra de equilibrio, banco sentadillas, escalera fija dos alturas, panel informativo del circuito, estructura biosaludable, espaldera doble, estructura de trepa de madera.

Ocupación aproximada 250 m^2

c. PARQUE SALUDABLE PLAYA SALER PUEBLO

Situado junto al paseo marítimo, detrás del restaurante “La Dehesa José Luís” para que las personas mayores puedan optar a realizar ejercicios físicos al aire libre moderados a su edad.

El parque está diseñado para personas adultas, cada aparato lleva una placa con su descripción técnica

GARBI: favorece la coordinación general de brazos. Mejora la flexibilidad de hombros, codos y muñecas. Facilita la rehabilitación de los hombros.

TRAMONTANA: Mejora la flexibilidad y agilidad de hombro y codo. Fortalece la musculatura de brazos, pechos, hombros y espalda.

PONIENTE: Favorece la función cardiaca y muscular. Mejora la coordinación entre brazos y piernas. Fortalece la musculatura de piernas, brazos y abdomen.

TORNADO: favorece la función cardiaca y muscular. Mejora la coordinación entre brazos y piernas. Fortalece la musculatura de brazos, piernas y cintura

d. JUEGO INFANTIL.- INSTALADO EN SALER 3 (junto Arroceria Duna)

6. PLAYA DE RECATI- PERELLONET

a. PARQUE INFANTIL (EN ARENA)

Junto a la gola del Perellonet

Frente posta Recati1 (Rest Chimo)

b. PARQUE UBICADO FRENTE A LA POSTA RECATI2 (apartamentos Diana).