

MOCIÓN DE LOS CONCEJALES D. PEDRO JESÚS ESPADA GUIJARRO Y D. RAMÓN MUÑOZ ÁLVAREZ AL PLENO ORDINARIO DE JULIO PARA LA APERTURA DE LA SALA DE MUSCULACIÓN LOS MESES DE AGOSTO

MOCIÓN

Exposición de motivos.

Una de las reivindicaciones más demandadas de los vecinos, desde hace años, es la falta de servicio en la sala de musculación en el polideportivo municipal durante todo el mes de agosto.

Es totalmente inaceptable que en un municipio de más de 14.000 habitantes sus instalaciones dejen de prestar un servicio municipal durante todo un mes, siempre que se puedan hacer en condiciones que no afecten a la salud de los vecinos por las altas temperaturas.

Y este no debería ser el caso, pues dichas instalaciones cuentan con un sistema de climatización que permite realizar actividades de ejercicio intenso en el interior de las instalaciones. Sin contar que la temperatura en nuestro municipio es más suave en el mes de agosto que en pleno mes de julio.

Por lo tanto, las altas temperaturas no deben suponer un problema para la realización de ese servicio.

En una sesión de pleno ordinaria, una de las respuestas fue la de falta de personal por la empresa que tiene actualmente la concesión, y este otro argumento es motivo más que suficiente para señalar la mala gestión de las concejalías de Deportes desde 2015, año desde que tenemos conocimiento de la gestión municipal.

Y es que, desde el año 2015, las distintas empresas que han obtenido dicha concesión de explotación de la sala de musculación del polideportivo municipal, no han prestado ese servicio en los meses de agosto, por lo tanto, quiere decir que desde las distintas concejalías de Deportes no se ha exigido dicho servicio, recortando en un servicio básico y fundamental para los vecinos de Velilla como es el entrenamiento de fuerza y cardiovascular.

Un mes sin entrenar reduce tu capacidad aeróbica y comienza a disminuir el tono muscular. Sin embargo, el principal cambio es la pérdida de fuerza y glucógeno, lo que reduce tu resistencia.

Los efectos principales de un parón de 30 días son:

- Pérdida de condición: La capacidad aeróbica (VO2 máx) decae notablemente, por lo que te fatigarás antes.
- Degradación muscular: Los músculos se atrofian levemente y pierden firmeza, aunque los núcleos celulares se conservan.

- Adaptación a la vuelta: Al retomar, debes reducir las cargas al 50-70% para evitar sobrecargas y lesiones, ya que los tendones tardan en readaptarse.

Todo esto se ve agravado, lógicamente, por una edad avanzada, por lo que debemos tratar este asunto con la urgencia que merece para evitar perjudicar, aún más, a la población más longeva de nuestro municipio y que realiza estas actividades en la sala musculación del polideportivo municipal.

Por todo lo expuesto anteriormente, los concejales D. Pedro Jesús Espada Guijarro y D. Ramón Muñoz Álvarez, proponen al Pleno el siguiente ACUERDO:

ACUERDO

- Que desde la concejalía de Deportes se inicien los trámites oportunos para la apertura de la sala de musculación durante los meses de agosto.
- Que, a poder ser, se realice a partir de este mes de agosto de 2026.

En Velilla de San Antonio, a 6 de julio de 2026.