

KITINVAPARIN KUNTOSALIN JA LIIKUNTATILOJEN TILAAHAASTEISIIN RATKAISU

Kuntosaliharjoittelu tekee hyvää niin keholle kuin mielelle ja on kaikille iästä ja sukupuolesta riippumatta hyödyllistä ja terveellistä. Kuntosaliharjoittelu parantaa tasapainoa ja lisää lihasmassaa. Kehonhallinta paranee ja ihminen pysyy paremmin pystyssä, joten loukkaantumiseriski pienenee. Kuntosaliharjoittelu vähentää niska- ja hartiasseudun kipuja, alentaa verenpainetta ja lisää verisuonten elinikää sekä vähentää riskiä sairastua sydän- ja verisuonisairauksiin. Myös riski sairastua tyyppin 2 diabetekseen pienenee ja yleensäkin sairastuminen elintasosairauksiin pysyy paremmin kurissa. Lisäksi luut vahvistuvat ja kestävät kovempaa rasitusta sekä riski luukatoon sairastumisesta pienenee. Ikääntyvälle väestölle se voi tarkoittaa ilman apuvälineellä liikkumista tai pärjäämistä omillaan ilman laitospaikkaa. Jopa eliniän odotus voi nousta.

Kitinvaparissa on hyvät puitteet monipuoliselle liikuntaharrastukselle, ja kävijämäärät ovat edelleen nousussa niin uimahallissa, kuntosalilla kuin ohjatussa liikunnassakin. Kuntosalilla on käynyt tämän vuoden syyskuun loppuun mennessä 31 914 kävijää. Vuonna 2017 kävijöitä oli koko vuonna 31 638. Kävijämäärät ovat koronavuosien jälkeen nousussa. Kävijämäärien nousun myötä myös tulot nousevat.

Investointeja tarvitaan, että jatkossakin pystytään vastaamaan tasapuolisesti kaikkien asiakasryhmien hyvinvointia ja terveyttä edistäviin liikuntaharrastuksiin. Liikuntatilat ovat liian pieniä ja kuntosalissa on tilaasteita. Kuntosalilla on viikoittain noin 13 ohjattua ryhmää. Ryhmille olisi tarvetta enemmänkin, mutta tilaa ei voida koko ajan käyttää ohjauksiin. Myös koulut ja maaseutuakatemia käyttävät tiloja. Kuntosali on 230 m² ja sijaitsee kellarissa. Kuntosalille kulku ei ole esteetön eikä tila ole saavutettava. Muista liikuntatiloista ei voida tinkiä tilaa, koska kaikille tiloille on tarvetta.

Esitämme, että Kitinvaparin kuntosali ja liikuntatilat kunnostetaan ja laajennetaan niin, että ne vastaavat kaikkien kuntalaisten tarpeisiin tasapuolisesti. Vaihtoehtoisesti voidaan harkita ostopalveluina paikallisilta yksityisiltä firmoilta tiloja ja toimintaa.

KANNUKSESSA 30.10.2023

Sanna-Kaisa Göös
Sanna-Kaisa Göös
Keskustan valtuustoryhmä

Sirkka Juusele
SIRKKA JUUSELA-PEKKARINEN
Jeamme Loka
HANNELE LOKA
mi
Ari Tiittanen

Harri Mäki-Petäjä
HARRI MÄKI-PETÄJÄ

Juha Venola
Juha Venola
Veijo Herasniemi