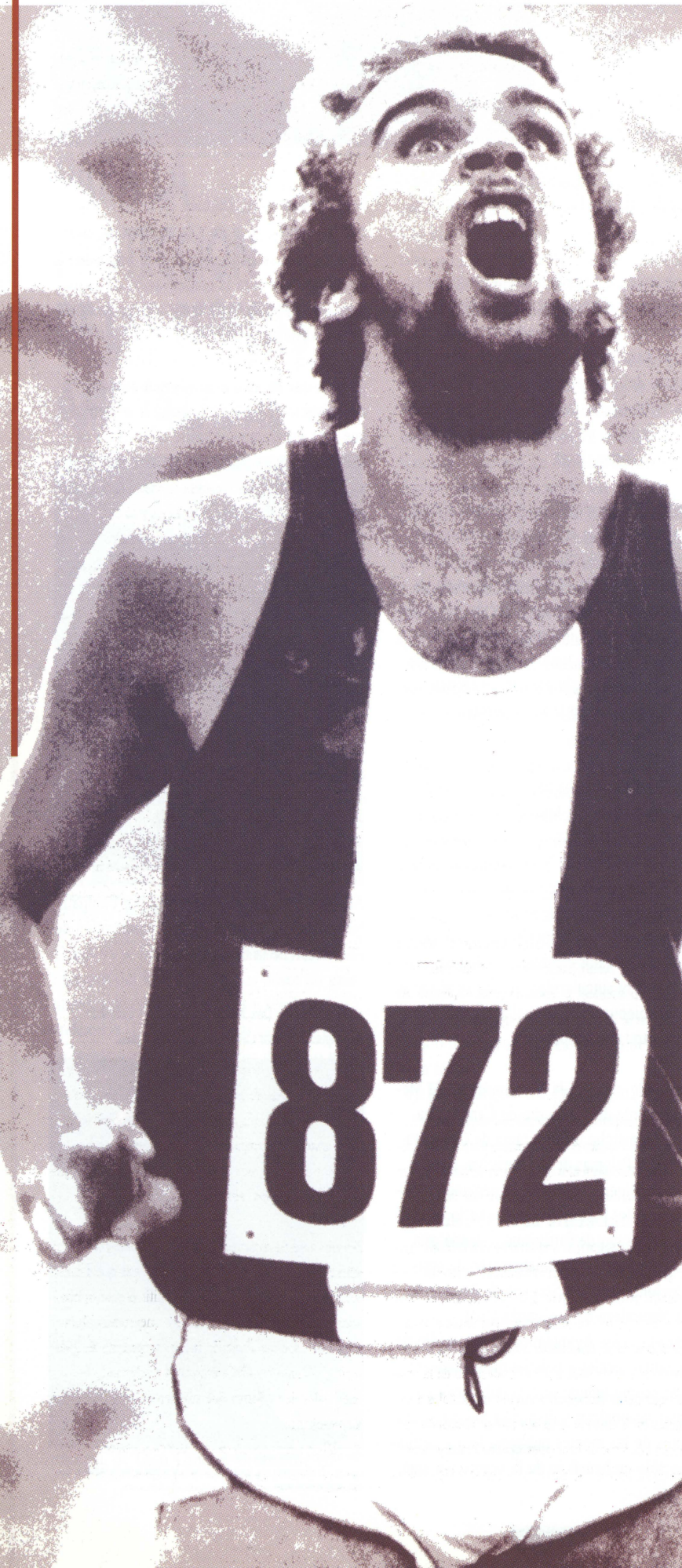


# Hay que estar en forma. (I): La Formación Física, una asignatura pendiente.



Se han venido desarrollando en estos últimos meses y dentro del Plan de Formación, las actividades que contempla el Curso de Formación Física.

Lo primero que hay que resaltar, según indican los profesores del Instituto Nacional de Educación Física (I.N.E.F.), que han impartido el Curso, es la excelente predisposición y ánimo con la que han asistido al mismo los trabajadores de Medio Ambiente. El alto nivel de interés manifestado y la preocupación por saber cómo estamos físicamente es, ya de entrada, enormemente positivo.

El primer objetivo y fundamental era hacer el diagnóstico de cada uno de los trabajadores, a través de pruebas sencillas y participativas para conocer: la potencia muscular de piernas y de brazos, la flexibilidad, la velocidad, la capacidad de resistencia, etc. que junto a los datos de edad, estatura y peso nos permiten con total fiabilidad evaluar en qué condiciones físicas está cada trabajador en este momento.

Una vez terminado el citado curso en todas las islas, disponemos ya de los resultados que nos permiten adelantar la forma física de los trabajadores de Medio Ambiente. La realidad fría de los datos indica la necesidad de que a partir de este momento se plantee tomar medidas para mejorarla, tanto a nivel individual como colectivo.

Las peticiones que ya han realizado algunos trabajadores a sus ayuntamientos, solicitando las canchas municipales o de los colegios, para poder disfrutar haciendo deporte por la tarde es una buena iniciativa a seguir.

Además, la Viceconsejería va a implantar un programa de formación física permanente, para lo cual próximamente se firmará un convenio con el I.N.E.F. de la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria.