

## «Έστησαν» γυμναστήριο για ηλικιωμένους σε καφενείο χωριού της Επαρχίας Πάφου

[Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Αθλητισμός και άσκηση](#)



Όσο εσύ είσαι κολλημένος στην καρέκλα του γραφείου σου και δεν μετακινείσαι ούτε για νερό, στο χωριό Αμαργέτη της επαρχίας Πάφου μια ομάδα ηλικιωμένων κατοίκων του χωριού, αποφάσισαν να ξεσκουριάσουν γυμνάζοντας το σώμα τους.



Στο πλαίσιο τους προγράμματος «Αθλητισμός για Όλους» του Κυπριακού Οργανισμού Αθλητισμού, η κοινότητα του χωριού μετέτρεψε το ΣΚΕ Αμαργέτης σε ένα μίνι γυμναστήριο θέλοντας να γυμνάσει τα άτομα τρίτης ηλικίας που διαμένουν στο χωριό.





Σύμφωνα με το ρεπορτάζ της τοπικής σελίδας «Pafosnet», το πρόγραμμα άθλησης των 12 ηλικιωμένων μελών του Κέντρου Ενηλίκων Αμαργέτης, είναι ένα από τα δύο προγράμματα που «τρέχουν» εδώ και δύο χρόνια στην κοινότητα και σκοπό έχει να βάλει τους ηλικιωμένους σε ένα πρόγραμμα εκγύμνασης για τη βελτίωση της υγείας και της διάθεσής τους.





Όπως αναφέρει το ρεπορτάζ, τα 12 μέλη του Κέντρου Ενηλίκων, όπως ήταν φυσικό στο άκουσμα του προγράμματος εκγύμνασης ήταν κάπως επιφυλακτικά, ωστόσο με το που έφτασε ο γυμναστής στο χωριό και τους έδειξε τις ασκήσεις που θα κάνουν, έδειξαν να ενθουσιάζονται.

Πηγή: [city.sigmalive.com](http://city.sigmalive.com)