

Seae lanza un nuevo método de ejercicio acuático: el Wetness

Palco23
16 nov 2015 - 16:19

Existen innovadoras máquinas para hacer ejercicio, pero también hay novedosos métodos sin ellas para trabajar el cuerpo. La empresa catalana de gestión de instalaciones deportivas Seae ha lanzado al mercado una nueva forma de practicar deporte bajo el agua. Se trata del Wetness, que propone aspectos renovadores a los ejercicios acuáticos basados en tres áreas de alcance.

La primera es la práctica deportiva de entrenamiento. Igual que existe el **fitness** aquí también se trabaja para ganar musculatura o tonificar, pero más allá de la natación se incluyen clases con plataformas y cuerdas. Además, existen alguna modalidades que fusionan la actividad de correr dentro del agua.

En segundo lugar, se encuentra la academia, que contempla la formación de la natación desde una óptica que huye de la enseñanza repetitiva al plantear una preparación pedagógica. En esta disciplina se pueden encontrar cursos a partir de los 6 meses de edad hasta personas de la tercera edad.

Y en tercer lugar también hay espacio para los programas acuáticos para prevenir las lesiones igual que para rehabilitaciones de atletas de otras facetas deportivas. De entre su oferta se incluyen desde actividades cardiovasculares y musculares hasta personas diagnosticadas con fibromiálgia o mujeres embarazadas.

Con estas propuestas, Seae busca renovarse en el ámbito de las piscinas municipales, que es donde más está presente en las comarcas de Catalunya como el Baix Llobregat, Vallès, Garraf, y Maresme. La compañía, que cuenta con 30 años de funcionamiento, trabaja en 29 centros deportivos y presta sus servicios a 200.000 usuarios cada año.