Temes del Pou | | Actualitzat el 01/06/2021 a les 10:29

Taula rodona sobre crossfit i escalada, al Casino

El passat 2 de juny es va fer una taula rodona, dins del cicle "Temes del Pou", a la Sala d'Actes del Centre Cultural del Casino, sobre el tema "El crossfit i l'escalada triomfen a Manresa".



El debat va comptar amb la intervenció de **Miquel Fernández**, copropietari del centre de crossfit Room 5, i **Adrià Zamora**, cofundador del centre d'escalada El Pati Vertical. Durant l'acte es va presentar la revista **El Pou de la gallina** de juny, que dedica el tema central a l'èxit del crossfit i l'escalada a la ciutat, en els darrers anys. D'altra banda, el personatge entrevistat a fons és el manresà **Jacint Felip Almuzara**, periodista esportiu a Ràdio 4, la Cadena Ser, Canal Plus, RTVE i el diari *Sport*.

El món de l'esport local obre els braços a dues tendències que han arribat per quedar-se: el crossfit i l'escalada. La companyonia, la desconnexió i l'evolució física són els trets característics que tenen en comú aquestes disciplines. L'exercici és imprescindible en un estil de vida saludable, però no es pot oblidar la importància de la socialització i la salut mental.



Portada del número 376.