

MAHAI TENISA GUZTIONTZAKO OSASUN BIDE BAT BEZALA

Gizarte erantzule guztien buruan aurkitzen da bizi osasuntsu baten kontzeptua eta hori lortzeko tresna nagusitzat hartzen da jarduera fisikoa.

Mahai Tenisak onura asko ematen dizkie kirol hau praktikatzen dutenei, ez bakarrik fisikoaren aldetik, baizik eta beste ikuspuntu askotatik. (Honi buruzko artikulu batzuk eranstean dira).

Sozialki gizarteratze kirol bat da, non genero arazoak orain dela asko gaindituak izan ziren.

Lehiaketa eta entrenamendu gehienetan, adin, genero edo gaitasun ezberdinetan inolako mugarik ez duten pertsonak hartzen dute parte. Pertsona guztiek praktikatu dezakete kirol hau, adinari dagokionez ez dago mugarik. Nazio eta nazioarteko txapelketetan 90 urte baino gehiago duten pertsonak hartzen dute parte beteranoen mailan.

Bizkaiko Mahai Tennis Federazioan eta gure Plan Estrategikoaren barruan gure kirola adin ezberdinetako pertsona kopuru handi batek praktikatu dezakeen jarduera fisiko bezala sustatzea erabaki dugu.

Zoritxarrez, gaur egun oso zaila da gure kirol hau Bilbon praktikatzea. Ez daude behar bezalako instalazioak (mahai gehienak kanpoaldean aurkitzen dira, horrek beraien erabilpena mugatzen duelarik), eta, beraz, ez dago Mahai Tenisari loturiko programatutako ikastaro eta ekintzarik.

Gure helburua honakoa da:

1. Kiroldegiei, normalean erabilera anitzeko espazioetan instalatu daitezkeen mahaiak (mahai tolesgarriak) hornitzea. Eredu hauek mahai tenisa praktikatzeo dimentsioak izan beharko dituzte.

Sendotasun nahikoa duen mahai tolesgarri baten prezioa 350€koa da (Decathlonen eskaintza) eta sarearena 30€. Beraz, 380€ko inbertsioarekin jokatzeko beharrezkoa egongo litzateke.

Jokatzeko gutxieneko espazioa 7,5m x 4m da, 2,5 metroko altuera batekin.

2. Kiroldegiei mahaiez hornituz gero, erabilpen aukera asko zabaltzen dira:
 - a. Instalazioak alokatzea kirol modalitate hau praktikatzeo. Eredu hauek desgaitasunen bat duten pertsonak erabiliak izan ahal dira, horrek biztanleriaren segmentu honentzako kirol eskaintza handiagoa dakar.
 - b. Adin guztiei zuzenduriko Hastapen Ikastaroak programatzea. Federazioak monitoreak aholkatuko lituzke, adin eta gaitasun fisiko ezberdinetara zuzenduriko ikastaroak burutu eta antolatzeo.
 - c. Hirugarren adinekoen erabilpenerako espazioa. Biztanleriaren segmentu honentzat oso jarduera fisiko egokia da eta oso entretenigarria.
 - d. Udal Eskolak martxan jartzeko abiatze puntu bezala erabili ahalko dira.
 - e. Inguruko Ikastetxeetako ikasleei Mahai Tenisa aurkezteo Jardunaldiak antolatzeo erabili ahalko lirateke.

(Sestaon esperientzia dugu honetan, izan ere Federazioak mahai batzuk eraman zituen Benedicta Kiroldegira, Bizkaiko Eskolarteko Jokoak ospatzeko. Bertan aurkezpen jardunaldi batzuk antolatu genituen eta LH-ko 3. eta 6. Maila bitarteko 227 ume igaro ziren bertatik. Esperientzia honekin bai monitoreak eta bai ikasleak oso pozik geratu dira, balore askoko kirol bat aurkitu dutelarik. Guzti honi esker, Udal arduradunek, Klub berriak sortu ahalko lituzkeen Udal Eskola bat jartzea planteatzen ari dira).

- f. Desgaitasun gaixotasunak dituzten pertsonentzako jardunaldiak antolatzea. Down Sindromea duten pertsonekin antolatu izan ditugu zenbait jardunaldi.
- g. Mahai tenis Klubak eratzeko abiapuntua izan daiteke, horrela kirol hau praktikatzen duten kideak, praktika federatura bultzatuz.

Gure helburua, gure kirola aisialdi ekintza bezala hazi araztea da, inolako muga gabe, pertsona guztiek, bizi osasuntsu baten kontzeptu gisa praktika dezaten.