

## Com es diu *fitness* en català?



©flickr / Rance Costa

La forma normalitzada en català és l'adaptació gràfica del manlleu anglès: **fitnes**. El terme es refereix al conjunt de practiques físiques, dutes a terme generalment en un centre esportiu, que juntament amb uns hàbits alimentaris i terapèutics adequats tenen com a objectiu aconseguir una bona condició física.

Aquesta nova denominació és una reconsideració de la forma *condicionament físic*, aprovada l'any 1995 pel Consell Supervisor com a alternativa al manlleu. El motiu de la reconsideració és la constatació que *condicionament físic* no ha arribat a substituir el manlleu i que l'anglicisme continua tenint un ús majoritari en el sector; de fet, és la forma habitual en gimnasos, en publicacions especialitzades, entre els especialistes i als mitjans de comunicació, fins al punt que es pot considerar ja de la llengua general.

La forma anglesa és popular no tan sols en català, sinó també en la resta de llengües veïnes. En català, l'adaptació proposada difereix molt poc de la denominació originària: comporta únicament l'eliminació d'una *essa* al final de mot, de manera que la forma resultant és fàcilment identificable i integrable dins del sistema de la llengua general.

Podeu consultar la fitxa terminològica d'aquest terme al [Cercaterm](#) i a la [Neoloteca](#).

Més informació: [termcat.cat](http://termcat.cat)

## En forma pedalant al gimnàs



© iStock / monkeybusinessimages

Una de les activitats físiques més populars i practicades actualment als centres esportius és el ciclisme de sala. Aquesta és la denominació (**ciclisme de sala**) aprovada recentment en català pel Consell Supervisor per a designar l'activitat física practicada sobre una bicicleta estàtica de característiques especials, generalment en grup i seguint les indicacions d'un entrenador, que consisteix a variar la intensitat i el ritme del pedaleig i modificar la posició del cos seguint el compàs que marca una música.

El ciclisme de sala es coneix sovint amb la forma d'origen anglès *\*Spinning*, que el Consell Supervisor ha desestimat perquè és una marca comercial i només pot designar, en principi, l'activitat d'aquest tipus patentada per una empresa concreta i impartida per uns monitors avalats específicament per aquesta empresa.

Cal dir que en aquest cas les persones que coneixen a fons l'àmbit esportiu i específicament aquesta activitat són plenament conscients del caràcter de marca de *Spinning* i de la necessitat d'utilitzar, si més no en comunicacions formals, una denominació genèrica alternativa.

La denominació triada finalment té l'aval dels especialistes i segueix també el paral·lelisme de la denominació genèrica utilitzada en anglès, *indoor cycling*. Cal tenir present, a més, que l'expressió *de sala* (o simplement *sala*) ja s'utilitza en català per a designar altres activitats o disciplines esportives que, com aquesta, es practiquen en un espai interior; és el cas, per exemple, de *tir de sala*, *hoquei sala*, *ultimate sala* o *futbol sala*.

Juntament amb *ciclisme de sala*, el Consell Supervisor ha fixat també la denominació **bicicleta de sala** (anàloga formalment a *bicicleta de carretera* o *bicicleta de pista*) per a fer referència a la bicicleta utilitzada específicament per a la pràctica del ciclisme de sala. Les bicicletes de sala són bicicletes estàtiques, generalment de funcionament magnètic, proveïdes d'una roda d'inèrcia al davant, un sistema de resistència regulable i un fre d'emergència.

Aviat podreu consultar les fitxes terminològiques completes d'aquests termes a la [Neoloteca](#) i al [Cercaterm](#).

Més informació: [termcat.cat](http://termcat.cat)