



Más de 100 padres agotados acuden a clases de siesta

Solo aquellos que son padres saben lo que es despertarse cada cinco minutos porque un bebé llora, o tener el sueño tan ligero que un cambio de respiración del retoño te hacer despertar de un sobresalto. ¿La solución? La han encontrado en una cadena de gimnasios londinense, donde se ofrecen clases de siesta de 45 minutos.

Aunque puede parecer una locura, el negocio puede resultar muy rentable a juzgar por la buena aceptación que ha tenido la oferta.

El parque habitual de la sala de clases dirigidas se transforma y parece una exposición de tiendas de canapés y colchones.

La iniciativa 'Napercise' consiste en clases donde los «deportistas» pagan para dormir. El objetivo es «revitalizar la mente, mejorar el estado de ánimo y, por extraño que parezca, quemar calorías», según asegura la cadena David Lloyd Club en su web.

Y es que han encontrado un público objetivo real y muy numeroso, pues advierten

que el 86% de los padres aseguran sufrir de manera habitual cansancio.

Os explicamos en qué consisten las clases: Duran una hora y arrancan y acaban con una serie de ejercicios de estiramiento. Pero lo mejor llega en el tiempo intermedio: cada participante se tumba en una cama individual, se coloca un antifaz y se sumerge en los mundos de Morfeo. La guinda del pastel es un ambiente más fresco de lo habitual y una música ambiente que facilitan la inducción del sueño.

Aunque parezca increíble, muchos padres han visto con muy buenos ojos la propuesta de esta cadena de gimnasios. Al parecer, más de 100 personas se han inscrito ya para participar en las clases. ¿Pagaríais vosotros por dormir una buena siesta? Seguro que más de uno y de dos respondería sin pensárselo un rotundo ¡SÍ!