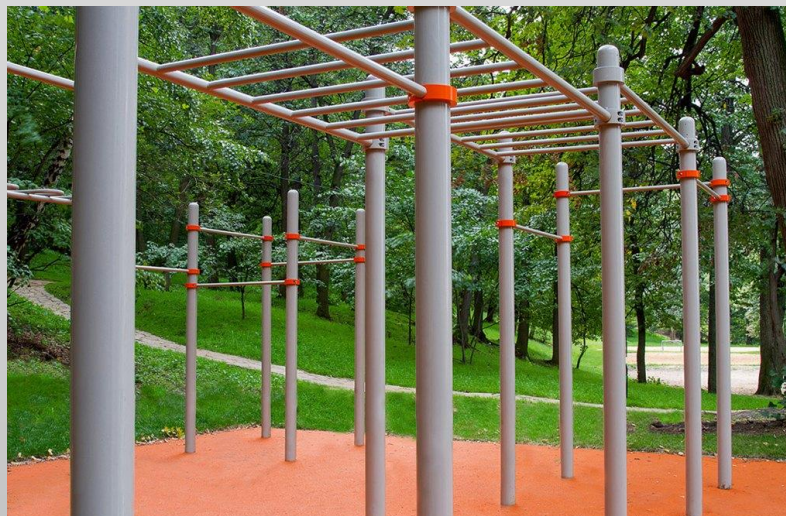


# Wrocławski Budżet Obywatelski

## PLAC TRENINGOWY DLA AKTYWNYCH MIESZKAŃCÓW WROCŁAWIA



WROCŁAW, 2014

## PLACE TRENINGOWE

- Uniwersalne zarówno dla osób o poziomie zaawansowanym jak i początkującym
- Charakter sprzętu nie narzuca rodzaju wykonywanych ćwiczeń
- Wzrost zaawansowania w dyscyplinie nie wymaga zmiany zaplecza

**Przykładowe place Street Workout:**



## **ZAŁOŻENIA PROJEKTU:**

- Bezpłatny dostęp dla każdego o każdej porze;
- Zróżnicowany sprzęt – sprzyjający ogólnemu rozwojowi fizycznemu;
- Trwałe, odporne na warunki atmosferyczne i wandalizm materiały.
- Powierzchnia: 60 m<sup>2</sup>
- Dogodna lokalizacja:
  - Teren Zielony przy Al. Ludomira Różyckiego (Zalesie, Nr działki: 27/7)

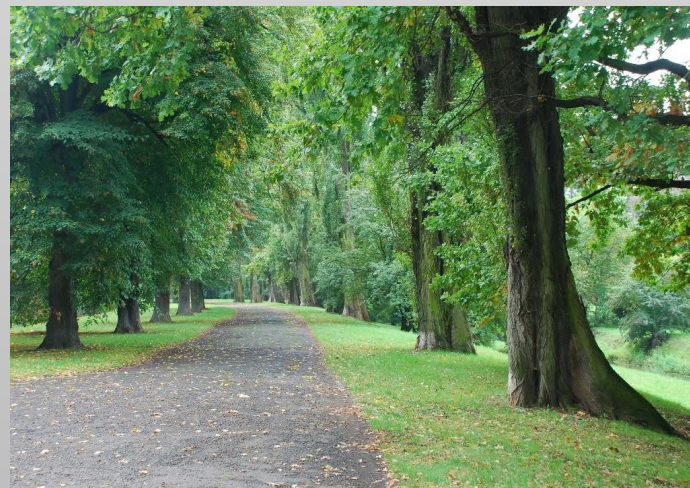
- **SKŁAD INWESTYCJI:**

- Powierzchnia syntetyczna, amortyzująca upadek;
- Moduły treningowe Street Workout (konstrukcja słupów, drążków, poręczy);
- Źródło wody pitnej.



## LOKALIZACJA 2:

- Teren Zielony przy Al. Ludomira Różyckiego (Zalesie, Nr działki: 27/7)

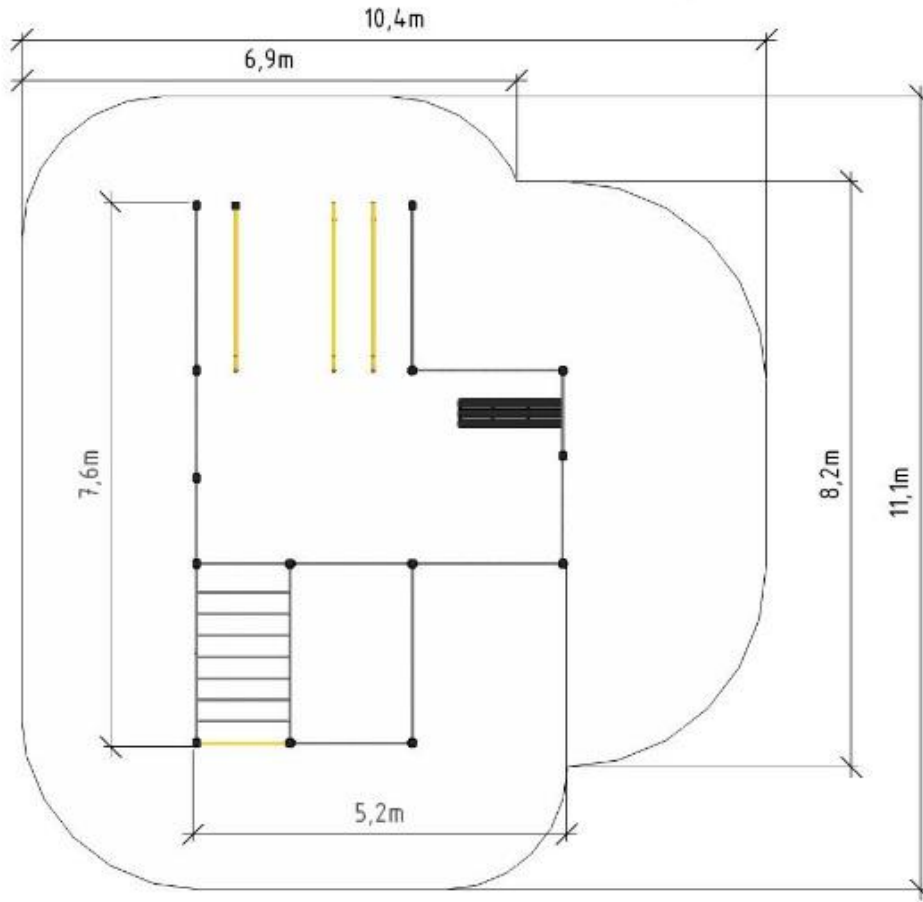


## PRZYKŁADOWA WIZUALIZACJA KONSTRUKCJI



- Wizualizacja jest wersją poglądową, kolorystyka, ułożenie i skład konstrukcji mogą ulec zmianie.

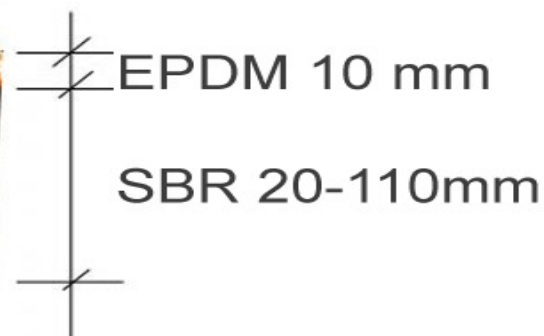
## PRZYKŁADOWE ROZMIESZCZENIE KONSTRUKCJI NA PLACU: 60m<sup>2</sup>



- Podany schemat to propozycja pogładowa.
- Konstrukcja może być dowolnie modyfikowana, dostosowując kształt i układ do terenu.
- Istnieje możliwość dopasowania dodatkowych elementów, takich jak inne moduły treningowe czy ławki.

## BEZPIECZNA NAWIERZCHNIA SYNTETYCZNA

- Nawierzchnia z granulatu gumowego EPDM to dwuwarstwowe podłoże syntetyczne przeznaczone na zewnętrzne siłownie, place treningowe czy place zabaw.
- Grubość warstwy amortyzującej to 100mm, zapewniające amortyzację przy upadku z wysokości 2m. (parametr amortyzacji HIC 2m.)



## ŹRÓDEŁKO WODY PITNEJ:

- Źródło wodny przeznaczony do zastosowań zewnętrznych takich jak parki, deptaki, ogrody miejskie itp.
- Wytrzymała konstrukcja, odporność na wandalizm i warunki atmosferyczne;
- Misa wykonana ze stali nierdzewnej, polerowana na wysoki połysk;
- Odporność na powstawanie plam i korozję.



## UZASADNIENIE REALIZACJI PROJEKTU:

- Alternatywa dla tradycyjnych siłowni zewnętrznych;
- Niedrogi w utrzymaniu, odporny na wandalizm i warunki atmosferyczne sprzęt;
- Dogodne lokalizacje;
- Bezpłatny dostęp dla mieszkańców o każdej porze dnia i nocy;
- Pozytywny wpływ na układ krwionośny, kształtowanie mięśni, równowagi, zwinności i koordynacji;
- Zmniejszenie kontuzyjności przy uprawianiu innych dyscyplin sportowych;
- Wyjście naprzeciw rosnącym oczekiwaniom Polaków z zakresu aktywności ruchowej;
- Promowanie zdrowego trybu życia poprzez sport.

