

RADA MIEJSKA
w SŁAWNIE
wpłynęło dnia 05. 01. 2022
L. dz. _____
podpis _____

Sławno, dnia 04 stycznia 2022 r.

Radny Miasta Sławno
Bartosz Bukowski
radnybukowski@gmail.com

Burmistrz Miasta Sławno
Krzysztof Marek Frankenstein
za pośrednictwem
Przewodniczącej Rady Miejskiej w Sławnie
Pani Marzeny Łużyńskiej

Urząd Miejski w Sławnie
ul. Marie Curie-Skłodowskiej 9
76-100 Sławno

**WNIOSEK O STWORZENIE PROFESJONALNEJ SIŁOWNI ZEWNĘTRZNEJ
WYPOSAŻONEJ W ZEWNĘTRZNI: ATLASY TRENINGOWE**

Niniejszym, w oparciu o prośby mieszkańców, składaam wniosek o utworzenie siłowni zewnętrznej z wyposażeniem w profesjonalne zewnętrzne atlasy treningowe w miejscu, w którym przewidziany jest obszar lokalizacji terenowych urządzeń sportowo-rekreacyjnych (np. boiska, place zabaw) jako samodzielnej inwestycji lub jako wniosek o doposażenie obecnie istniejących siłowni zewnętrznych. W mojej ocenie siłownia, aby mogła zostać uznana za nowoczesną, powinna zostać wyposażona w regulację obciążenia, dostosowanie do osób poruszających się na wózku inwalidzkim oraz posiadać aplikację wirtualnego trenera, który zaprezentuje, w jaki sposób prawidłowo wykonywać ćwiczenia. Byłaby to zarazem pierwsza, na ten moment, taka inwestycja w naszym mieście.



Obowiązujące obostrzenia, wymuszona forma pracy i nauki w formie zdalnej mają negatywny wpływ na nasze zdrowie i samopoczucie. Właśnie dlatego warto inwestować w miejsca, które będą wspierać aktywność fizyczną. Dotychczas w przestrzeni publicznej spotyka się wyłącznie urządzenia typowo rekreacyjne, w których przeciwwagą jest ciężar ciała użytkownika. Niestety, rzadko kiedy taki ciężar bywa adekwatny do wykonywanego ćwiczenia. Strefy street workout wymagają natomiast dużego zaawansowania, aby móc na nich trenować. Wśród obecnych siłowni nie sposób nie zauważyć jeszcze kilku bardzo ważnych dla użytkowników wad. Pierwszą z nich jest brak możliwości regulacji obciążenia – po dłuższym czasie nawet regularnych ćwiczeń zauważalny jest brak efektów pracy. Takie siłownie, jakie mamy obecnie, mogą służyć jedynie do celów rekreacyjnych. Kolejna wada to ich niedostosowanie do potrzeb osób niepełnosprawnych i dostosowanie głównie do potrzeb amatorów. Chcemy stworzyć alternatywę dla prywatnych siłowni fitness oraz promować sport na świeżym powietrzu.

Taka propozycja skierowana będzie do różnych grup odbiorców - młodzieży, osób w średnim wieku oraz seniorów, a także osób o zróżnicowanym stopniu sprawności, również niepełnosprawnych. Urządzenia, które proponuję, pozwalają na indywidualne dostosowanie tempa wykonywanych ćwiczeń oraz obciążenia do możliwości danej osoby. Pozwala na to regulowane obciążenie w zakresie od 2.5 do 220 kg. Jest to wyjątkowo ważny aspekt, który ma szczególne znaczenie w procesie rehabilitacji, a dodatkowo taki zakres obciążeń pozwala także na prowadzenie treningów przez osoby, które zajmują się tym profesjonalnie.

Na ten moment posiadamy już wiele placów zabaw, na których czas mogą spędzać młodzi mieszkańcy naszego miasta. Lokalizacja proponowanego w interpelacji sprzętu treningowego w pobliżu takich placów zabaw pozwoli już od najmłodszych lat ukazywać, że poprzez zabawę na świeżym powietrzu i aktywność fizyczną można łączyć, a nie dzielić. Naszemu miastu potrzebne są miejsca w których dzieci będą mogły się bawić, a starsi ćwiczyć. Dlatego warto inwestować w rozwiązania, które będą w sposób harmonijny integrować społeczność lokalną. Pozytywne reagowanie władz miasta na takie inicjatywy, to wyraz dbałości o spistość społeczną.

Jestem przekonany, że stworzenie pierwszej takiej siłowni w naszym mieście spowoduje gwałtowny wzrost liczby osób, które chcą aktywnie spędzać czas na świeżym powietrzu. Taka siłownia, dzięki zastosowaniu systemu zmiennego obciążenia, będzie cieszyła tak amatorów, jak i profesjonalistów.

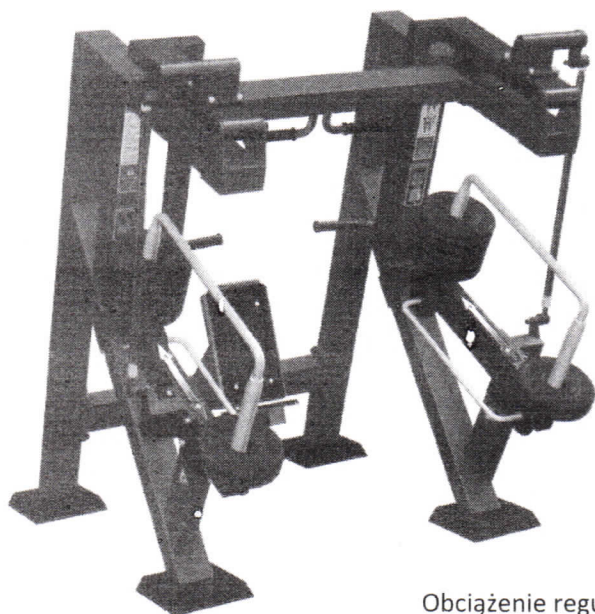
Z wyrazami szacunku



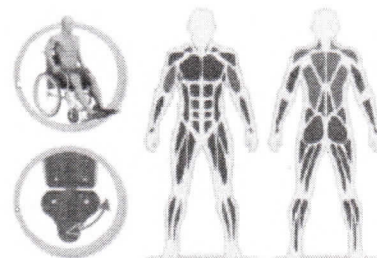
Załącznik:

- karty 4 rodzajów urządzeń proponowanych do uwzględnienia w projekcie inwestycji

**7.29.3 WYCISKANIE NA KLATKĘ W POZYCJI SIEDZĄCEJ
(URZĄDZENIE PRZYSTOSOWANE RÓWNIŻ DO POTRZEB OSÓB PORUSZAJĄCYCH SIĘ NA WÓZKU
INWALIDZKIM)**



Urządzenie posiada składane siedzisko, które umożliwia trening osobą niepełnosprawnym.



DANE TECHNICZNE:

Wymiary DxSxW:

min.1780x1580x1750 mm

Obciążenie regulowane w zakresie od **2,5 do 77,5 kg na jedną rękę**

Łączne obciążenie regulowane w zakresie od **5 do 155 kg**

Strefa bezpieczeństwa: **min. 3,74x3,57 m**

MASZYNA DO WYCISKANIA NA KLATKĘ W POZYCJI SIEDZĄCEJ (URZĄDZENIE PRZYSTOSOWANE RÓWNIŻ DO POTRZEB OSÓB PORUSZAJĄCYCH SIĘ NA WÓZKU INWALIDZKIM) MUSI SPEŁNIAĆ PONIŻSZE WYMAGANIA:

OPIS URZĄDZENIA:

- Urządzenie przystosowane dla osób poruszających się na wózku inwalidzkim
- Konstrukcja nośna wykonana jest z profili min. 120x80 mm, grubość ścianki profilu wynosi min. 3 mm
- Elementy stalowe muszą być zabezpieczone antykorozyjnie poprzez: gradowanie, fosforowanie żelazowe, cynkowanie i malowanie proszkowo dla zapewnienia odporności na uderzenia oraz warunki atmosferyczne.
- Kolory w standardzie: RAL 1018 żółty i RAL 9005 czarny (wszystkie elementy ruchome – RAL 1018, rama – RAL 9005)
- Uchwyty są wykonane z tworzywa PCV
- Obciążenie jest zależne od przemieszczenia ciężarów wzdłuż szyny wykonanej ze stali nierdzewnej kwasoodpornej
- Obciążniki wykonane są ze stali, w pełni obleczone gumą o średnicy otworu min. 50 mm
- Dla bezpieczeństwa zakończenia profili prostokątnych są zamknięte
- Oparcie i siedzisko wykonane z pięciowarstwowej sklejki wodoodpornej wzmocnione żywicą dla większej trwałości.
- Siedzisko jest składane i umożliwiać ćwiczenie osobom niepełnosprawnym
- Elementy obrotowe są oparte na łożyskach
- Zestaw zawiera min. 12 śrub M16x125 do zakotwiczenia urządzeń na powierzchni betonu

- Urządzenie posiada kod QR umożliwiający wyświetlenie filmu instruktażowego
- Atlas wyposażony w gumową wykładzinę, która zabezpieczy kotwy

POSADOWIENIE:

Montaż na stałe w podłożu poprzez betonowanie w gruncie betonem klasy C 16/20.

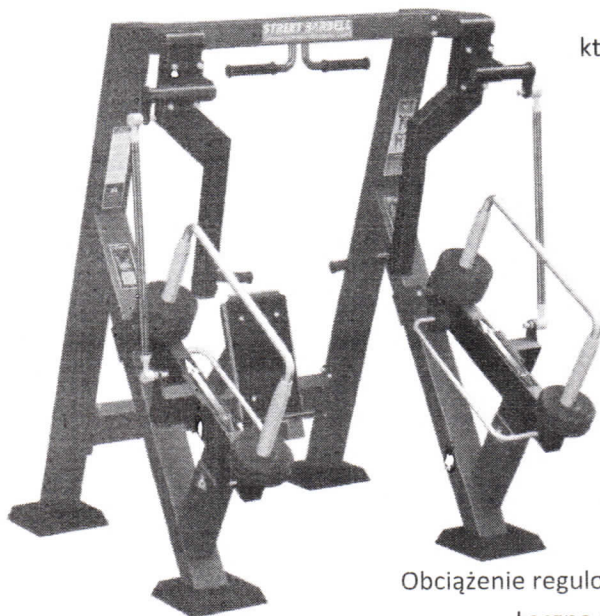
NAWIERZCHNIA BEZPIECZNA:

W strefie bezpieczeństwa urządzenia, zgodnie z rysunkiem planu, funkcję nawierzchni bezpiecznej pełni trawnik.

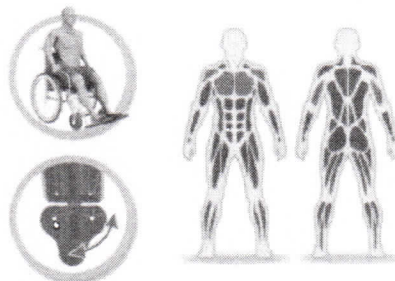
PRODUKT ZGODNY Z NORMĄ:

PN-EN 16630.

**7.30.3 WYCISKANIE NA KLATKĘ W POZYCJI SIEDZĄCEJ
(URZĄDZENIE PRZYSTOSOWANE RÓWNIEŻ DO POTRZEB OSÓB PORUSZAJĄCYCH SIĘ NA WÓZKU
INWALIDZKIM)**



Urządzenie posiada składane siedzisko, które umożliwia trening osobą niepełnosprawnym.



DANE TECHNICZNE:

Wymiary DxDxW:

min.1780x1570x1820 mm

Obciążenie regulowane w zakresie **od 2,5 do 77,5 kg na jedną rękę**

Łączne obciążenie regulowane w zakresie **od 5 do 155 kg**

Strefa bezpieczeństwa: **min. 3,74x3,57 m**

MASZYNA DO WYCISKANIA NA KLATKĘ W POZYCJI SIEDZĄCEJ (URZĄDZENIE PRZYSTOSOWANE RÓWNIEŻ DO POTRZEB OSÓB PORUSZAJĄCYCH SIĘ NA WÓZKU INWALIDZKIM) MUSI SPEŁNIAĆ PONIŻSZE WYMAGANIA:

OPIS URZĄDZENIA:

- Urządzenie przystosowane dla osób poruszających się na wózku inwalidzkim
- Konstrukcja nośna wykonana jest z profili min. 120x80 mm, grubość ścianki profilu wynosi min. 3 mm
- Elementy stalowe muszą być zabezpieczone antykorozyjnie poprzez: gradowanie, fosforowanie żelazowe, cynkowanie i malowanie proszkowo dla zapewnienia odporności na uderzenia oraz warunki atmosferyczne.
- Kolory w standardzie: RAL 1018 żółty i RAL 9005 czarny (wszystkie elementy ruchome – RAL 1018, rama – RAL 9005)
- Uchwyty są wykonane z tworzywa PCV
- Obciążenie jest zależne od przemieszczenia ciężarów - wzdłuż szyny wykonanej ze stali nierdzewnej kwasoodpornej
- Obciążniki wykonane są ze stali, w pełni obleczone gumą o średnicy otworu min. 50 mm
- Dla bezpieczeństwa zakończenia profili prostokątnych są zamknięte
- Oparcie i siedzisko wykonane z pięciowarstwowej sklejki wodoodpornej wzmocnione żywicą dla większej trwałości.
- Siedzisko jest składane i umożliwiać ćwiczenie osobom niepełnosprawnym
- Elementy obrotowe są oparte na łożyskach
- Zestaw zawiera min. 12 śrub M16x125 do zakotwiczenia urządzeń na powierzchni betonu

- Urządzenie posiada kod QR umożliwiający wyświetlenie filmu instruktażowego
- Atlas wyposażony w gumową wykładzinę, która zabezpieczy kotwy

POSADOWIENIE:

Montaż na stałe w podłożu poprzez betonowanie w gruncie betonem klasy C 16/20.

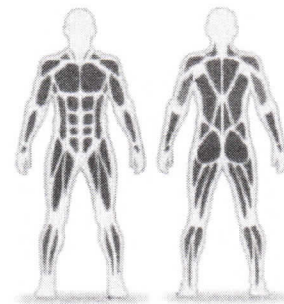
NAWIERZCHNIA BEZPIECZNA:

W strefie bezpieczeństwa urządzenia, zgodnie z rysunkiem planu, funkcję nawierzchni bezpiecznej pełni trawnik.

PRODUKT ZGODNY Z NORMĄ:

PN-EN 16630.

7.69. DRAŻEK ZE ZMIENNYM OBCIĄŻENIEM



DANE TECHNICZNE:

Wymiary DxSxW:

min.1760x1660x1660 mm

Strefa bezpieczeństwa: **min. 3,76x3,66 m**

Całkowita waga sprzętu: **min. 158 kg**

Obciążenie regulowane w zakresie od **2,5 do 28,5 kg na jedną rękę**

Obciążenie regulowane w zakresie **od 5 do 57 kg**

Obciążniki gumowe w zestawie:

min. 5szt. 10kg, 3szt. 2,5 kg

DRAŻEK ZE ZMIENNYM OBCIĄŻENIEM MUSI SPEŁNIAĆ PONIŻSZE WYMAGANIA:

OPIS URZĄDZENIA:

- Konstrukcja nośna wykonana jest z profili min. 20x80 mm, grubość ścianki profilu wynosi min. 3 mm
- Elementy stalowe muszą być zabezpieczone antykorozyjnie poprzez: gradowanie, fosforowanie żelazowe, cynkowanie i malowanie proszkowo dla zapewnienia odporności na uderzenia oraz warunki atmosferyczne.
- Kolory w standardzie: RAL 1018 żółty i RAL 9005 czarny (wszystkie elementy ruchome – RAL 1018, rama – RAL 9005)
- Uchwyty są wykonane z tworzywa PCV
- Obciążenie jest zależne od przemieszczenia ciężarów wzdłuż szyny wykonanej ze stali nierdzewnej kwasoodpornej
- Obciążniki wykonane są ze stali, w pełni obleczone gumą o średnicy otworu min. 50 mm
- Dla bezpieczeństwa zakończenia profili prostokątnych są zamknięte
- Elementy ohrotowe są oparte na łożyskach
- Zestaw zawiera min. 12 śrub M16x125 do zakotwiczenia urządzeń na powierzchni betonu
- Urządzenie posiada kod QR umożliwiający wyświetlenie filmu instruktorzowego
- Atlas jest wyposażony w gumową wykładzinę, która zabezpieczy kotwy

POSADOWIENIE:

Montaż na stałe w podłożu poprzez betonowanie w gruncie betonem klasy C 16/20.

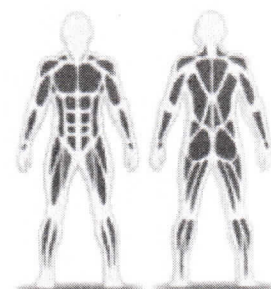
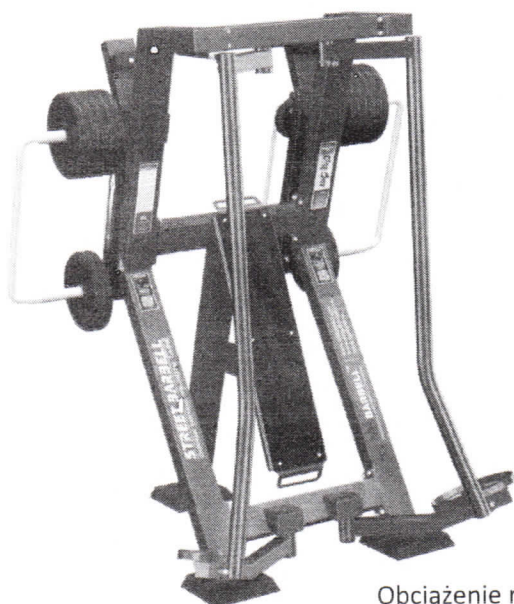
NAWIERZCHNIA BEZPIECZNA:

W strefie bezpieczeństwa urządzenia, zgodnie z rysunkiem planu, funkcję nawierzchni bezpiecznej pełni trawnik.

PRODUKT ZGODNY Z NORMĄ:

PN-EN 16630.

7.50. MASZYNA DO ĆWICZENIA WEWNĘTRZNYCH UD W POZYCJI STOJĄCEJ ZE ZMIENNYM OBCIĄŻENIEM



DANE TECHNICZNE:

Wymiary DxSxW:

min. 1570x1770x2110 mm

Strefa bezpieczeństwa: **min. 3,57x3,77 m**

Całkowita waga sprzętu: **min. 158 kg**

Obciążenie regulowane w zakresie **od 2,5 do 77,5 kg na jedną nogę**

Łączne obciążenie regulowane w zakresie **od 5 do 155 kg**

Obciążniki gumowe w zestawie:

min. 14szt. 10kg, 6szt. 2,5 kg

TRENAŻ DO ĆWICZENIA WEWNĘTRZNYCH UD W POZYCJI STOJĄCEJ ZE ZMIENNYM OBCIĄŻENIEM MUSI SPEŁNIAĆ PONIŻSZE WYMAGANIA:

OPIS URZĄDZENIA:

- Konstrukcja nośna wykonana jest z profili min. 120x80 mm, grubość ścianki profilu wynosi min. 3 mm
- Elementy stalowe muszą być zabezpieczone antykorozyjnie poprzez: gradowanie, fosforowanie żelazowe, cynkowanie i malowanie proszkowo dla zapewnienia odporności na uderzenia oraz warunki atmosferyczne.
- Kolory w standardzie: RAL 1018 żółty i RAL 9005 czarny (wszystkie elementy ruchome – RAL 1018, rama – RAL 9005)
- Uchwyty są wykonane z tworzywa PCV
- Obciążenie jest zależne od przemieszczenia ciężarów wzdłuż szyny wykonanej ze stali nierdzewnej kwasoodpornej
- Obciążniki wykonane są ze stali, w pełni obleczone gumą o średnicy otworu min. 50 mm
- Dla bezpieczeństwa zakończenia profili prostokątnych są zamknięte
- Elementy obrotowe są oparte na łożyskach
- Zestaw zawiera min. 12 śrub M16x125 do zakotwiczenia urządzeń na powierzchni betonu

- Urządzenie posiada kod QR umożliwiający wyświetlenie filmu instruktorzowego
- Atlas jest wyposażony w gumową wykładzinę, która zabezpieczy kotwy

POSADOWIENIE:

Montaż na stałe w podłożu poprzez betonowanie w gruncie betonem klasy C 16/20.

NAWIERZCHNIA BEZPIECZNA:

W strefie bezpieczeństwa urządzenia, zgodnie z rysunkiem planu, funkcję nawierzchni bezpiecznej pełni trawnik.

PRODUKT ZGODNY Z NORMĄ:

PN-EN 16630.