



FORMULARZ ZGŁOSZENIOWY PROJEKTU DO
CIECHANOWSKIEGO BUDŻETU OBYWATELSKIEGO 2015



1. Tytuł projektu

Street Workout Park w Ciechanowie

2. Rodzaj projektu: (podkreśl wybrany)

- a) Infrastruktura, b) Sport, c) Kultura, d) Rekreacja,
e) Estetyka i poprawa wyglądu gminy, f) Edukacja, g) Inne

3. Lokalizacja, miejsce realizacji projektu

Lokalizacją projektu może być miejsce ogólnodostępne. Najlepiej w otoczeniu zieleni tj. park, stadion miejski, skwer. Przestrzeń potrzebna do realizacji projektu to około 100- 200 m².

4. Opis projektu

Proszę przedstawić opis projektu, w tym jego główne założenia i działania, które będą podjęte przy jego realizacji.

Projekt zakłada budowę urządzeń treningowych złożonych z drążków pionowych, poprzecznych, drabinek i poręczy. Street Workout Park będzie służył do wykonywania ćwiczeń z ciężarem własnego ciała (podciągania, pompki) oraz wykonywaniu ćwiczeń gimnastycznych. Główne zadania, które powinny zostać przeprowadzone podczas realizacji projektów można przedstawić w czterech etapach:

- **I etap** - przygotowanie terenu, miejsca gdzie zostanie wykonany plac. W ramach tego etapu dokonany zostanie pomiar i wytyczony zostanie obszar, na którym powstanie Street Workout Park.
- **II etap** – utwardzenie terenu oraz przygotowanie fundamentów do montażu elementów Street Workout Park'u. W ramach tego etapu zostaną wykopane miejsca które posłużą za fundamenty, po bokach zamontowane zostaną krawężniki a następnie cały teren zostanie utwardzony i wysypany zostanie piasek.
- **III etap** - to montaż urządzeń służących do ćwiczeń na placu. W ramach tego etapu zamontowane zostaną poszczególne elementy do fundamentów oraz przykręcone wszystkie elementy dodatkowe.
- **IV etap** - sprawdzenie stanu zainstalowanych urządzeń do ćwiczeń. W ramach tego etapu wykonane zostaną testy obciążeniowe poszczególnych elementów i uzyskany zostanie certyfikat bezpieczeństwa o ile będzie on wymagany.

5. Uzasadnienie

Proszę napisać, jaki jest cel realizacji projektu, jakiego problemu dotyczy i jakie rozwiązania proponuje, a także uzasadnić, dlaczego projekt powinien być zrealizowany i w jaki sposób będzie służył mieszkańcom.

Street Workout park byłby idealnym miejscem do rozwijania swoich umiejętności parkourowych, ale także z pewnością stałby się miejscem treningu osób zainteresowanych ogólnym rozwojem fizycznym. W ostatnich latach widoczny jest wzrost zainteresowania aktywnością fizyczną Parkour i Street Workout. Zainteresowanie to napotyka jednak na problem jakim jest brak odpowiedniej infrastruktury sportowej w Ciechanowie. Konstrukcje kilkudziesięcioletnie obecnie zastępowane są placami zabaw dla dzieci i siłowniami zewnętrznymi dla seniorów, pozostawiając tym samym niszę dla młodzieży i dorosłych które chcą uprawiać sport.

Niniejszy projekt będzie służył do wykonywania ćwiczeń z ciężarem własnego ciała (podciągania, pompki, pompki na poręczach) oraz wykonywaniu ćwiczeń gimnastycznych. Dzieci i młodzież dzięki tej infrastrukturze będą miały mniej problemów z chorobami związanymi z kręgosłupem oraz będą wzmacniać swoje ciało.

6. Beneficjenci projektu

Proszę wskazać, jakie grupy mieszkańców skorzystają na realizacji projektu.

Dzięki realizacji niniejszego projektu stworzymy możliwość mieszkańcom Ciechanowa do rozwijania swoich umiejętności fizycznych oraz poprawienie sylwetki. Powstała infrastruktura będzie również służyła jako rozrywka i sposób na spędzanie wolnego czasu dla młodzieży i dorosłych.

7. Szacunkowe koszty projektu

Proszę uwzględnić wszystkie składowe projektu oraz ich szacunkowe koszty.

Składowe części zadania:

1. Urządzenia SW Parku	Koszt:	45 000 zł
2. Wykonanie terenu placu oraz wypełnienie powierzchni		13 000 zł
3. Tablica informacyjna z regulamin obiektu		2 000 zł
	RAZEM:	60 000 zł

8 Kontakt do pomysłodawcy

Imię i Nazwisko:

Adres zamieszkania:

Kontakt (e-mail, telefon):

9. Dodatkowe załączniki (nieobowiązkowe)

Zdjęcia, ekspertyzy, rekomendacje

Przykład Street Workout Parku powstałego w Warszawie, dzielnica Bemowo

Przykładowy projekt Street Workout Parku firmy Flowparks.

(Data, podpis)

Więcej informacji na stronie www.umciechanow.pl, e-mail: piks@umciechanow.pl, tel. (23) 674 92 17

Zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych (Dz. U. Nr 133, poz. 883, z późn. zm.) wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych dla potrzeb niezbędnych do przeprowadzenia konsultacji w ramach Ciechanowskiego Budżetu Obywatelskiego.