

DOPLNĚNÍ VENKOVNÍCH CVIČÍCÍCH PRVKŮ V ULICI SVĚCENÉHO

V roce 2019-2020 byla v ulici Svěceného vybudována venkovní fit stezka. Tato stezka je určena pro kohokoliv, kdo se chce hýbat a cvičit na čerstvém vzduchu. Zároveň je určena i pro děti. Proto je zde možné nalézt kombinaci nejen klasických venkovních cvičebních prvků, ale i prvky, které jsou určeny pro aktivní zábavu dětí. Díky této kombinaci je tudíž počet cvičebních stanovišť pro venkovní workout nedostatečný. Pro komplexní procvičení celého těla by bylo vhodné tuto stezku, například směrem k Třeboradicím doplnit o další 2 prvky, které by stávající nabídku kvalitně doplnilo.

Jedná se o následující prvky:

Multifunkční workoutová věž.



Aktivita: posilování, strečink

Zaměření: komplexní posilování svalů celého těla

Rozměry: 1,6 x 4,1 x 2,3 m (dxšxv)

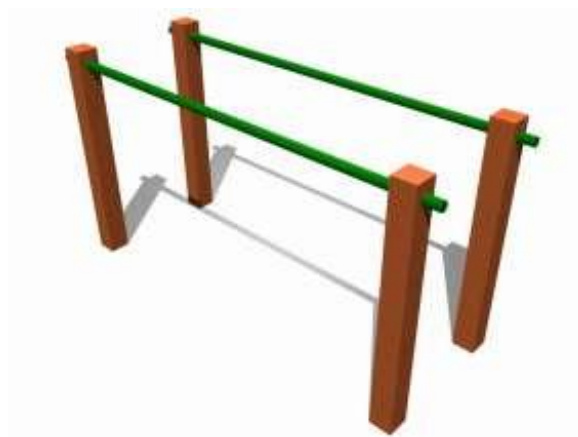
Věková skupina: od 140 cm

Dopadová plocha: 30 m²

Povolená výška pádu: 2,2 m

Druhým prvkem jsou bradla, která zábavnou formou slouží k procvičení především tricepsů, břišních či prsních svalů.

Bradla



Aktivity:kordinace, posilování

Zaměření:svaly horních končetin, pletence rameního, zádové

Rozměry:2 x 0,85 x 1,5 m

Věková skupina:dítě, dospělý, senior

Dopadová plocha:4,2 x 5,2 m

Povolená výška pádu:1,6 m

Předpokládaný rozpočet činí 89 tis. CZK včetně dopravy a montáže.