

Venkovní posilovna Kozinec

Veřejné projednání návrhu

Jaroslav Holoubek, Fitklub Padovská

Venkovní posilovna Kozinec

- Co?
- Kde?
- Proč
- Jak?
- Otázky & Odpovědi

Co? – Venkovní posilovna



Příklad realizace:

Venkovní posilovna v Lipkách je završením projektu Tvoříme Dobříš 2019 – 0. ročníku participativního rozpočtu, který město Dobříš odstartovalo v červnu 2019.

Zhotovitelem veřejné zakázky se stala společnost Bonita Group Service, s.r.o., Drásov 583, 664 24 Drásov, IČO: 27738795, s nabídkovou cenou 98 409,30 Kč včetně DPH.

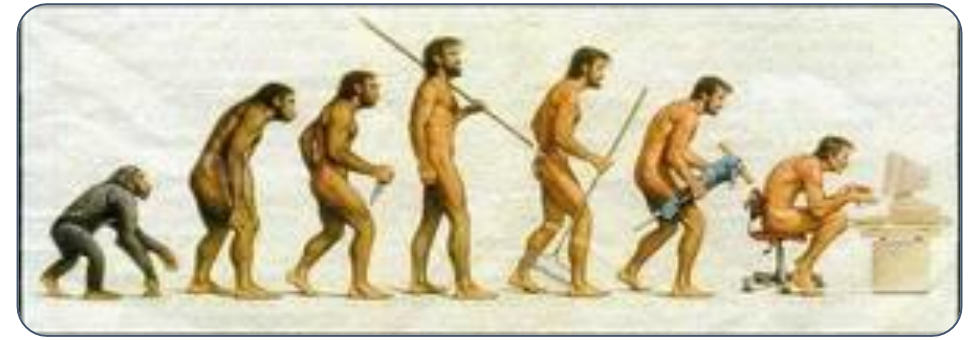
zdroj: <https://dlonline.cz/nova-venkovni-posilovna-v-lipkach/>

Kde? – Na louce u vodárny mezi bytovkami



Proč?

- Zpřístupnění posilování pro další občany
 - v nejbližším okolí bydlí cca 2.000-3.000 lidí
 - mnoho dalších projde kolem cestou do lesoparku
- Místo setkávání sportovně založených sousedů z okolí
- Navýšení pohybu
 - lepší zdraví občanů Prahy 15



Doporučení týdenního pohybu WHO (18-65 let)

- Alespoň 150 minut střední nebo 75 minut vysoké zátěže
- Optimálně 300 minut střední nebo 150 minut vysoké zátěže
- Alespoň 2 dny posilování
- Kombinovat různé intenzity
- Rovnoměrně rozdělit přes týden a přes den
- Omezit sezení

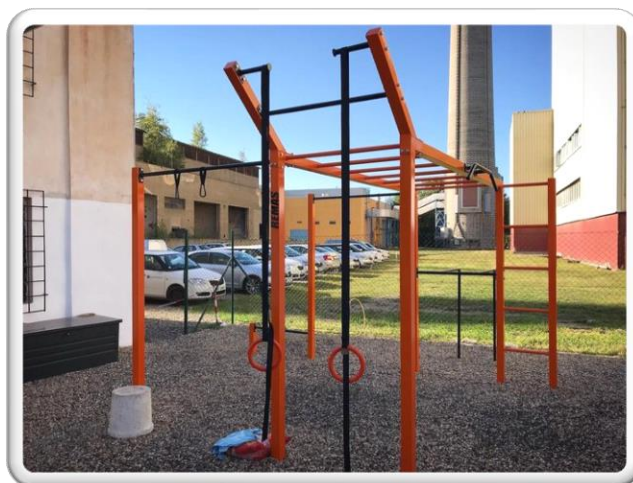
<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/336656/9789240015128-eng.pdf>

Z webu zacvic.cz:

- Vytváří vztah mezi zastupiteli města a mladou generací
- Cvičení s vlastní váhou je přirozenější než se závažím
- Streetworkout je úzce spjatý se zdravým životním stylem
- Cvičení venku na čerstvém vzduchu je tělu prospěšné
- **Napomáhá v prevenci proti negativním společenským vlivům jako jsou alkohol, drogy či kriminalita**
- **Vytváříte nové komunity, které jdou správným příkladem ostatním**
- **Zvyšuje oblíbenost představitelů města nejenom u mladistvých, ale také u jejich rodičů, kteří si váží, že děláte něco pro nadcházející generace**
- Vytváříte dostupnou sportovní aktivitu pro každého
- **Lék na problémové chování lidí**
- Možnost čerpání dotací z EU

Jak? - S minimálním dopadem na přírodu!

- vrchní vrstva zeminy bude využita k vyrovnání terénu v okolí
 - bez zbytečného transportu
- dopadová plocha bude z přírodních materiálů
 - štěpka nebo písek nebo jemný štěrk
 - žádné rozemleté pneumatiky spojené lepidlem
 - přírodní vrstva bude umožňovat lepší vsakování dešťové vody do půdy
 - pokusíme se získat štěpku od Lesů hl. m. Prahy (spolupráce v rámci Uklidíme Česko)



Děkuji za pozornost a podporu projektu! Otázky?

Námitky

Zhotovitelem veřejné zakázky se stala společnost Bonita Group Service, s.r.o., Drásov 583, 664 24 Drásov, IČO: 27738795, s **nabídkovou cenou 98 409,30 Kč včetně DPH.**
zdroj: <https://dlonline.cz/nova-venkovni-posilovna-v-lipkach/>

- Nevejde se do rozpočtu!
 - Konfigurace posilovny bude vybrána tak, aby se vešla do limitu

- Bude tam rámus a nepořádek
 - Lidé, kteří cvičí většinou rámus nedělají
 - Případný nepořádek bude pravidelně kontrolován a uklízen navrhovatelem

