

Tytuł projektu:
Siłownia "Pod chmurką" na Mnisztwie.
Streszczenie projektu
Proszę w kilku zdaniach opisać czego projekt dotyczy.
<p>W wielu miastach mniejszych i większych powstają siłownie 'pod chmurką'. Część wyrosła w parkach , niektóre przy placach zabaw, skwerkach lub boiskach. Jak wyglądają? Niewielki plac, na którym stoi kilka prostych urządzeń do ćwiczeń wraz z instrukcją.</p> <p>Myślimy, iż taka siłownia 'pod chmurką' na działce miejskiej przy ulicy Orzeszkowej mogłaby powstać w ramach budżetu obywatelskiego.</p> <p>Chodzi o działkę nr 46/4 o powierzchni ok. 1 hektara, która łączy ulice Orzeszkową i Odległą. Obecnie na działce rośnie duży dąb oraz trawa. Znajduje się również ciek wodny częściowo kryty w rurach oraz staw. Przez działkę nie przebiegają żadne linie i sieci uzbrojenia. Teren jest łatwy do zagospodarowania.</p> <p>Ponieważ teren jest duży 'nasza siłownia' zlokalizowana będzie tylko na części działki bez stawu i cieku wodnego wzdłuż posesji nr 45</p> <p>Wzdłuż granicy północnej działki proponujemy wykonanie chodnika pieszo-jezdnego o szerokości 2,5 m, wyłożonego kostką betonową na podkładzie tłoczniowo-żwirowym (może być tylko wysypany kamieniem lub chodnika kamiennego wpuszczonego w trawnik). Niezbędne będzie wykonanie oświetlenia przy placu.</p> <p>Na utwardzonych wysepkach proponujemy zainstalowanie certyfikowanych urządzeń do ćwiczeń fizycznych np. drabinka uniwersalna, wyciąg górny, wioślarz, podciąg nóg, biegacz, ławka, orbitrek, wahadło, prasa nożna (do uzgodnienia).</p> <p>Urządzenia dostosowane są do różnych stopni zaawansowania ćwiczących. Oczywiście na początek można zainstalować kilka urządzeń , a w miarę potrzeb i możliwości dokładać dalsze.</p> <p>Oprócz siłowni na działce proponujemy zrobić niewielki plac zabaw dla dzieci (np. huśtawki, drabinki, karuzele, bujaki na sprężynach itp. (do uzgodnienia)</p> <p>Teren należy również wyposażyć w ławki, instrukcje (np. w postaci pergoli), kosze na śmieci, stojak na rowery oraz dozielenić.</p>
Szacunkowy koszt projektu:
55 000,00 zł

UZASADNIENIE REALIZACJI PROJEKTU

Proszę w kilku zdaniach opisać np.:

- ✓ Jaki problem rozwiąże zrealizowanie projektu.
- ✓ Wpływ realizacji projektu na życie mieszkańców wraz z planowanymi do osiągnięcia rezultatami.
 - ✓ Na ile jest on niezbędny do realizacji.
 - ✓ Wskazać lokalizację projektu np. na załączonej mapce.
- ✓ Proszę dodać ewentualnie jako załączniki: wszelkie szkice sytuacyjne, plany, kosztorysy oraz inne dodatkowe materiały.

Ludzi ćwiczących na świeżym powietrzu jest coraz więcej. Po ulicy Orzeszkowej w Cieszynie codziennie biega, chodzi, jeździ na rowerze, uprawia trekking mnóstwo ludzi w różnym wieku. Coraz więcej ludzi chce żyć zdrowo i wybiera aktywne formy wypoczynku. Możliwość spędzenia czasu na siłowni całkowicie za darmo, na świeżym powietrzu, brzmi atrakcyjnie. Zainteresowanie w Polsce ciągle rośnie a amatorów ćwiczeń w plenerze nie brakuje. Nawet w powiecie cieszyńskim powstały takie obiekty.

Plenerowa siłownia to nic innego jak obiekt sportowy na świeżym powietrzu, wyposażony w odpowiednio zmodyfikowany i dostosowany do warunków zewnętrznych sprzęt fitness. Zaletą tych bezpiecznych (certyfikowanych) urządzeń jest łatwość w obsłudze i stosunkowo małe obciążenie. Są również odporne na warunki atmosferyczne i próby zniszczenia.

Można nich wykonywać ćwiczenia bardzo pozytywnie wpływające na nasz układ krążenia i oddechowy, pomagające walczyć z tkanką tłuszczową, a także siłowe, które wspomagają budowę i rzeźbienie mięśni oraz rozciągające.

Jest to idealne rozwiązanie dla każdego bez względu na wiek i możliwości fizyczne. Z przyrządów mogą korzystać dzieci, seniorzy a nawet osoby niepełnosprawne. Mogą korzystać początkujący, zaawansowani jak i przypadkowi spacerowicze.

Dają również możliwość każdemu, bez względu na zamożność, prowadzenia aktywnego trybu życia. Bez żadnych kartów, biletów, czynne całą dobę i cały rok.

Aktywne spędzanie czasu w takich miejscach to odpoczynek również dla umysłu.

Może to również być miejsce spotkań mieszkańców.

Zainstalowanie siłowni podnosi atrakcyjność terenu i daje dużą satysfakcję w postaci zadowolenia lokalnej społeczności.

Z siłowni na Mnisztwie będą korzystać mieszkańcy tej dzielnicy to jest prawie 2 000 dorosłych i dzieci, oraz mieszkańcy Osiedla na Banotówce, którzy tu spacerują (ponad 3 500 dorosłych i dzieci). Razem ponad 5 400 osób co stanowi 16% mieszkańców Cieszyna.

Ze względu na dużą ilość dzieci mieszkających na Mnisztwie, proponujemy dla małych mieszkańców zamontowanie niewielkiego placu zabaw dla najmłodszych. Na całym osiedlu nie ma takiego placu a do miasta jest daleko. Często również mieszkańcy spacerują całymi rodzinami, bądź dziadkowie z wnukami i niewielki plac zabaw bardzo by zwiększył atrakcyjność naszego miejsca.

Mieszkańcy pobliskich ulic deklarowali swoją pomoc przy realizacji projektu w ramach swoich możliwości.

Niewielki koszt inwestycyjny oraz ewidentnie prospołeczny charakter to dwie cechy czyniące ten pomysł atrakcyjnym.

Harmonogram działań związanych z wykonaniem projektu:
(w przypadku większej ilości zadań proszę dodać kolejny wiersz)

Działanie nr	Opis działania Proszę podać niezbędne Państwa zdaniem działania do wykonania projektu.
1.	Opracowanie projektu wraz z kosztorysem - zebrać zapytanie ofertowe i wyłonić wykonawcę
2.	Prace ziemno-budowlane (oświetlenie, chodnik, miejsca utwardzone pod urządzenia do ćwiczeń i zabawy)
3.	Wybór urządzeń i ich zakup - zebrać zapytanie ofertowe i wyłonić wykonawcę
4.	Zamontowanie urządzeń
5.	Uroczyste otwarcie „Siłowni pod chmurką” na Mnisztwie
6.	
7.	

* wypełnienie tabeli nie jest obowiązkowe

Załączniki do projektu:

Do formularza można załączyć dodatkową dokumentację, pomocną przy jego weryfikacji np. szkice sytuacyjne, plany, kosztorysy oraz dodatkowe materiały.

1. **Lista poparcia projektu:** (Załącznik obligatoryjny) – 2 egz.
2. **Koncepcja zagospodarowania terenu** – 4 egz.
3. **Propozycja urządzeń do siłowni i placu zabaw**
4.
5.
6.

OŚWIADCZENIA:

- ✓ Zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych (t. jedn. Dz.U. z 2002 r. Nr 101, poz. 926) wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych przez Burmistrza Miasta Cieszyna dla potrzeb niezbędnych do weryfikacji poprawności zgłoszonych danych oraz procedury przeprowadzenia Budżetu obywatelskiego.
- ✓ Oświadczam, iż wszystkie dane podane w formularzu oraz załącznikach są zgodne z aktualnym stanem prawnym i faktycznym.

Podpis składającego formularz:

Formularz należy złożyć w terminie do (decyduje data wpływu):

1. Poczta na adres Urząd Miejski w Cieszynie, Rynek 1, 43-400 Cieszyn z adnotacją na kopercie „Budżet obywatelski”;
2. Osobiście: w Punkcie Obsługi Klienta Urząd Miejski w Cieszynie, Rynek 1;

W razie powzięcia jakichkolwiek wątpliwości co do przedłożonych dokumentów, weryfikujący na każdym etapie postępowania jest uprawniony do żądania wyjaśnień i przedłożenia oryginałów dokumentów.