

05.

Názov projektu:

V zdravom tele zdravý duch

Autor: Peter Boroš

Stručný popis:

Osadenie vonkajších fitness prvkov, resp. street workoutového ihriska, ktoré budú určené pre všetky vekové kategórie od mládeže až po seniorov. Exteriérové fitness stroje, resp. street workoutové ihriská, umožňujú precvičenie celého tela, slúžia na posilňovanie svalov a kĺbov ale aj na rehabilitačné cvičenia.

Vonkajšie fitness zariadenia pomáhajú udržiavať zdravý životný štýl, fyzickú i duševnú vitalitu a zdravie. Tieto vonkajšie fitness zariadenia sú odolné voči poveternostným podmienkam a zmenám počasia, preto budú slúžiť užívateľom celoročne.

Popis projektu:

V zdravom tele, zdravý duch – týmto heslom sa v poslednej dobe riadi čím ďalej, tým viac ľudí. Exteriérové fitness prvky, resp. street workoutové ihriská, umožňujú precvičiť si všetky partie tela na čerstvom vzduchu a sú vhodné pre všetky vekové kategórie od starších detí až po seniorov, pričom nie ste limitovaní otváracími hodinami vo fitness centre. Výber prvkov je skutočne rozmanitý a pestrý, preto sa dajú využiť nielen na posilňovanie svalov, ale i na rehabilitačné a relaxačné cvičenia. Iba pár metrov od preplnených **kaviarní a nákupného centra** by sa nachádzala skvelá príležitosť na **relax a pohyb**. Stroje na úrovni by ponúkali **super príležitosť na cvičenie** priamo v **centre mesta** s výhľadom na **Urpín**.

Čas a miesto realizácie projektu:

Osadenie fitness prvkov máj až august 2020, LV 6012 k.ú. Banská Bystrica, parcela registra E 1-1395/1 v blízkosti serpentín na Urpín

Rozpočet projektu:

Druh položky:	Suma v €:
1. Vid' príloha	
Celkový rozpočet projektu v €:	9800,00

Dobrovoľnícka činnosť navrhovateľa:

Príprava terénu a podkladu pred osadením formou dobrovoľníckej práce.

Informácia o prínose a udržateľnosti projektu:

Prínosom projektu bude:

Šport sa v súčasnosti stal osobitným sociálnym fenoménom plniacim viaceré úlohy. Ako prostriedok rozvoja osobnosti plní výchovnú, vzdelávaciu a sociálnu úlohu, športové aktivity vykonávané primeraným spôsobom upevňujú zdravie, zvyšuje národné povedomie a vlastenectvo, je kultivovaným prostriedkom trávenia voľného času a nezanedbateľná je aj jeho komerčná úloha. Osobitnú dôležitosť má šport pre vypestovanie zdravého životného štýlu u detí a mládeže. Účasť na zodpovedajúcom, zdraviu prospešnom telesnom pohybe patrí k právam, ktoré podľa Konvencie o zachovaní ľudských práv a základných slobôd náleží každému jedincovi bez rozlišovania pohlavia, rasy, farby pleti, jazyka, náboženstva, politických či akýchkoľvek iných názorov, národnosti či sociálneho pôvodu, príslušnosti k národnostnej menšine, majetku, rodu, či inej okolnosti. Primeraná pohybová aktivita patrí k základným a určujúcim faktorom ovplyvňujúcim zdravie a dĺžku života, ktoré nie je možné iným spôsobom kompenzovať. Vzhľadom k stálemu znižovaniu prirodzenej fyzickej záťaže u všetkých vekových skupín občanov je preto funkcia telovýchovy a športu, ako základných prvkov telesnej kultúry, v súčasnej dobe v ich živote nezastupiteľná.

V oblasti športu pre všetkých už dlhšiu dobu zostáva hlavným cieľom postupná zmena spoločenských i materiálnych podmienok v prospech celoživotného, aktívneho využívania účinných foriem športu čo najväčším počtom detí, mládeže a dospelaj populácie. Predpokladom realizácie tohto procesu je najmä:

- zmena hodnotovej orientácie občanov,
- rozvoj materiálno – technickej základne,
- rozširovanie ponuky telovýchovných a športových aktivít pre rôzne skupiny populácie

Svetová zdravotnícka organizácia (ďalej len „WHO“ - World Health Organisation), ktorá sa dlhodobo zaoberá skúmaním korelácie medzi nedostatkom telesnej aktivity a predčasným úmrtím, ako aj rozšírením civilizačných chorôb v celosvetovom meradle, odporúča minimum pohybovej aktivity denne, ktorá prospieva zdraviu človeka. Odporúčanie WHO je dosiahnuť, aby zdravý dospelý človek vo veku 18 až 65 rokov vykonával minimálne 30 minút fyzickej aktivity miernej intenzity, najmenej 5 dní v týždni. Školopovinná mládež by mala vykonávať denne 60 a viac minút fyzickej aktivity miernej až silnej intenzity. Pri deťoch v útlom veku by sa mal klásť dôraz na rozvoj pohybovej koordinácie. Špecificky je potrebné zaoberať sa problematikou prínosu pohybovej aktivity pre starších ľudí, nakoľko fyzická pohybová aktivita a športové podujatia umožňujúce spoločenské vyžitie starších posilňujú ich sociálne začlenenie, zvyšujú ich kvalitu života, pomáhajú udržiavať priaznivý zdravotný stav a sú zároveň prevenciou pred niektorými rozšírenými chorobami, napr. kardiovaskulárneho charakteru.

Udržateľnosť projektu:

Povrchová úprava prvkov chráni zariadenia pri používaní a vplyve rôznych klimatických podmienok a zaisťuje ich dlhú životnosť, predpokladaná úplná funkčnosť a bezpečnosť prvkov je min. 10 rokov.

PRÍLOHA:

1. Street workout zostava s bradlami a naklonenou rebrinou.

Segmenty workoutu

1x bradlá

1x naklonená rebrina

Rozmer:

Maximálna výška: 2437mm

Rozmery prvku: 3680 x 1850 x 2437 mm

Materiál:

Žiarovo zinkovaná oceľ, hrúbka 3mm, jokel 80 x 80

Povrchová úprava / farby: KOMAXIT - vypaľované v peci / RAL paleta, podľa výberu

Počet stanovíšť: 2

Cieľová skupina: 140cm a viac

Dopadová plocha: v zmysle STN EN 1177

Rozmery ochranej zóny: 7380 x 5350mm

2. Street workout zostava s naklonenými rebríkmi

Segmenty workoutu:

2x naklonený horizontálny rebrík

1x vertikálny rebrík

1x vertikálna hrazda - human flag

ŠPECIFIKÁCIA: Street workout zostava je certifikovaná podľa STN EN 16 630

Maximálna výška: 2420mm

Rozmery prvku: 3870 x 1100 x 2420 mm

Materiál: Žiarovo zinkovaná oceľ, hrúbka 3mm, jokel 80 x 80

Povrchová úprava / farby: KOMAXIT - vypaľované v peci / RAL paleta, podľa výberu

Počet stanovíšť: 4

Cieľová skupina: 140cm a viac

Dopadová plocha: v zmysle STN EN 1177

Rozmery dopadovej plochy: 7580 x 5500mm

3. Street workout zostava s hrazdami, bradlami a rebríkom

SEGMENTY:

3x hrazda - rôzne výšky

1x vertikálna hrazda - human flag

1x horizontálny rebrík

1x bradlá

ŠPECIFIKÁCIA: Street workout zostava je certifikovaná podľa STN EN 16 630

Maximálna výška: 2410mm

Rozmery prvku: 5980 x 1360 x 2410 mm

Materiál: Žiarovo zinkovaná oceľ, hrúbka 3mm, jokel 80 x 80

Povrchová úprava / farby: KOMAXIT - vypaľované v peci / RAL paleta, podľa výberu

Počet stanovíšť: 6

Cieľová skupina: 140cm a viac

Dopadová plocha: v zmysle STN EN 1177

Rozmery dopadovej plochy: 9680 x 5760mm

4. Street workout zostava s hrazdami, polkruhmi a rebríkom

SEGMENTY:

5x hrazda - rôzne výšky

1x hrazda s polkruhmi

1x vertikálny rebrík

ŠPECIFIKÁCIA: Street workout zostava je certifikovaná podľa STN EN 16 630

Maximálna výška: 2410mm

Rozmery prvku: 5500 x 1360 x 2410 mm

Materiál: Žiarovo zinkovaná oceľ, hrúbka 3mm, jokel 80 x 80

Povrchová úprava / farby: KOMAXIT - vypaľované v peci / RAL paleta, podľa výberu

Počet stanovišť: 8





Cieľová skupina: 140cm a viac

Dopadová plocha: v zmysle STN EN 1177

Rozmery dopadovej plochy: 9900 x 5760mm

Montáž workotových zostáv do pripravených základov.

Základy pripravuje investor (dodávateľ príde vymerať plochy)

KÓD	Obrázok	Názov výrobku	POČET KUSOV	Cena prvku bez DPH*	montáž bez DPH	dopadová plocha á 30€ bez DPH / m2	CENA bez DPH + montáž	KONEČNÁ CENA S DPH	POZNÁMKY
W06		Workoutová zostava W06	1	960 €	212 €		1 172 €	1 406 €	
W08		Workoutová zostava W08	1	1 990 €	397 €		2 387 €	2 864 €	
W16		Workoutová zostava W16	1	1 960 €	382 €		2 342 €	2 810 €	
W19		Workoutová zostava W19	1	1 890 €	376 €		2 266 €	2 719 €	

CENA CELKOM bez DPH 8 167 €
 DPH (20%) 1 633 €
CENA CELKOM S DPH 9 800 €

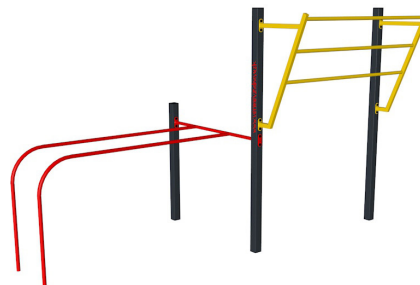
Dátum vypracovania: 27.9.2019

W06

Street workout zostava s bradlami a naklonenou rebrinou

Workout je čoraz populárnejší spôsob cvičenia v exteriéri, pri ktorom sa využíva najmä hmotnosť vlastného tela. Cvičenie je pestré vďaka prostrediu na čerstvom vzduchu a širokej škále cvikov, ktoré workoutové prvky a zostavy umožňujú. Prospieva tak nielen fyzickej, ale aj psychickej pohode.

Malá street workout zostava s bradlami a šikmo naklonenou rebrinou.



SEGMENTY:

1x bradlá
1x naklonená rebrina

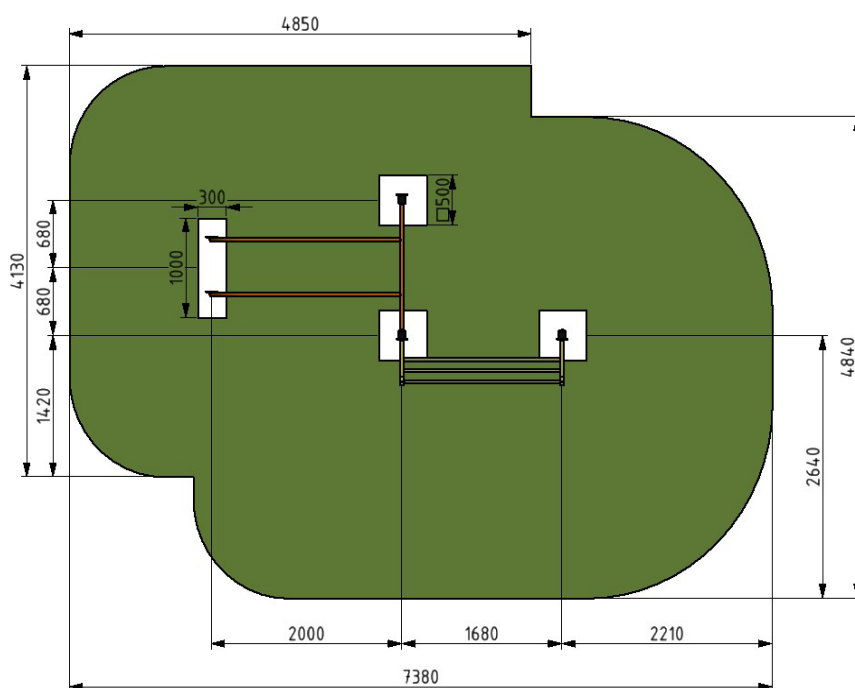
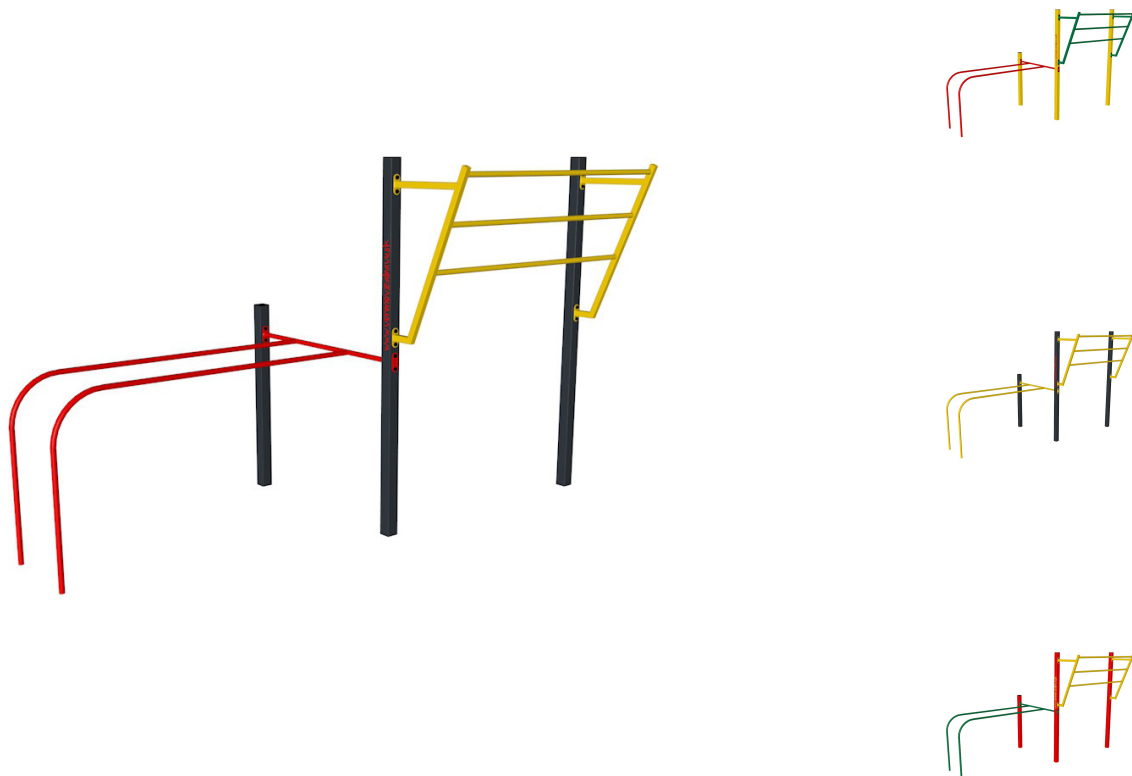
ŠPECIFIKÁCIA:

Street workout zostava je certifikovaná podľa STN EN 16 630

Maximálna výška:	2437mm
Rozmery prvku:	3680 x 1850 x 2437 mm
Materiál:	Žiarovo zinkovaná oceľ, hrúbka 3mm, jokel 80 x 80
Povrchová úprava / farby:	KOMAXIT - vypaľované v peci / RAL paleta, podľa výberu
Počet stanovišť:	2
Cieľová skupina:	140cm a viac
Dopadová plocha:	v zmysle STN EN 1177
Rozmery dopadovej plochy:	7380 x 5350mm / 39,49m ²

W06

Street workout zostava s bradlami a naklonenou rebrinou



W08

Street workout zostava s naklonenými rebríkmi

Workout je čoraz populárnejší spôsob cvičenia v exteriéri, pri ktorom sa využíva najmä hmotnosť vlastného tela. Cvičenie je pestré vďaka prostrediu na čerstvom vzduchu a širokej škále cvikov, ktoré workoutové prvky a zostavy umožňujú. Prospieva tak nielen fyzickej, ale aj psychickej pohode.

Zostava s dvoma naklonenými rebríkmi vhodnými pre zhyby, rúčkovanie a ďalšie cviky, doplnená vertikálnou hrazdou a vertikálnym rebríkom.



SEGMENTY:

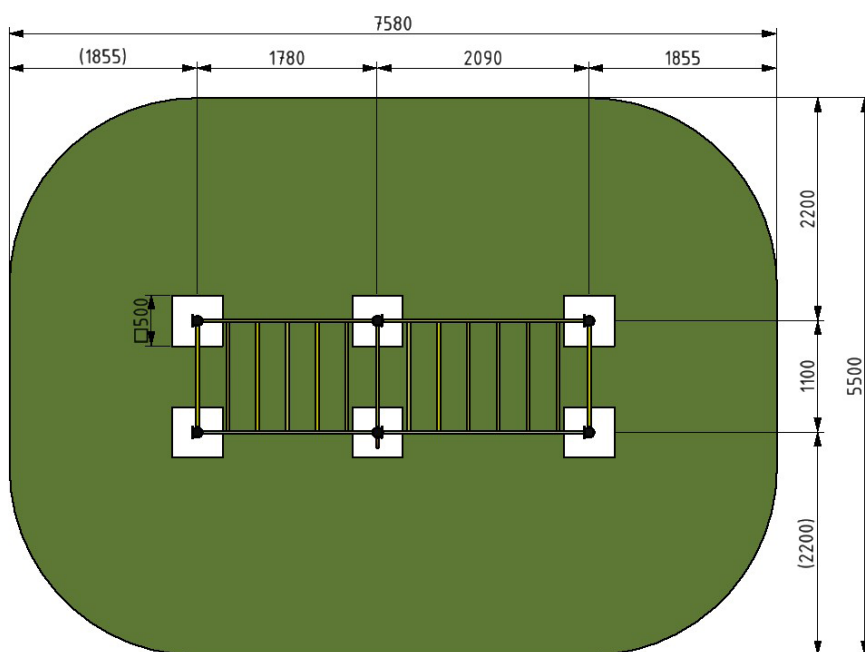
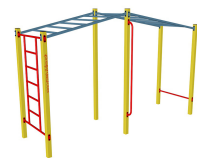
2x naklonený horizontálny rebrík
1x vertikálny rebrík
1x vertikálna hrazda - human flag

ŠPECIFIKÁCIA:

Street workout zostava je certifikovaná podľa STN EN 16 630

Maximálna výška:	2420mm
Rozmery prvku:	3870 x 1100 x 2420 mm
Materiál:	Žiarovo zinkovaná oceľ, hrúbka 3mm, jokel 80 x 80
Povrchová úprava / farby:	KOMAXIT - vypaľované v peci / RAL paleta, podľa výberu
Počet stanovišť:	4
Cieľová skupina:	140cm a viac
Dopadová plocha:	v zmysle STN EN 1177
Rozmery dopadovej plochy:	7580 x 5500mm / 41,69m ²

W08 Street workout zostava s naklonenými rebríkmi



W08

W16

Street workout zostava s hrazdami, bradlami a rebríkom

Workout je čoraz populárnejší spôsob cvičenia v exteriéri, pri ktorom sa využíva najmä hmotnosť vlastného tela. Cvičenie je pestré vďaka prostrediu na čerstvom vzduchu a širokej škále cvikov, ktoré workoutové prvky a zostavy umožňujú. Prospieva tak nielen fyzickej, ale aj psychickej pohode.

Menšia zostava s viacerými horizontálnymi hrazdami rôznej výšky a bradlami je doplnená horizontálnym rebríkom a vertikálnou hrazdou - human flag.



SEGMENTY:

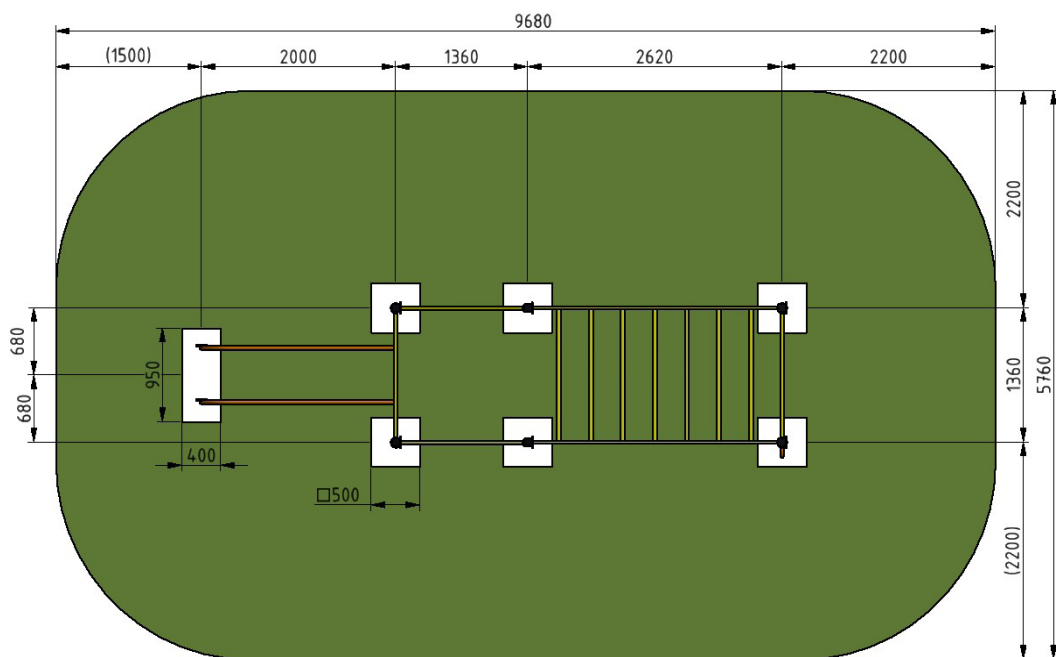
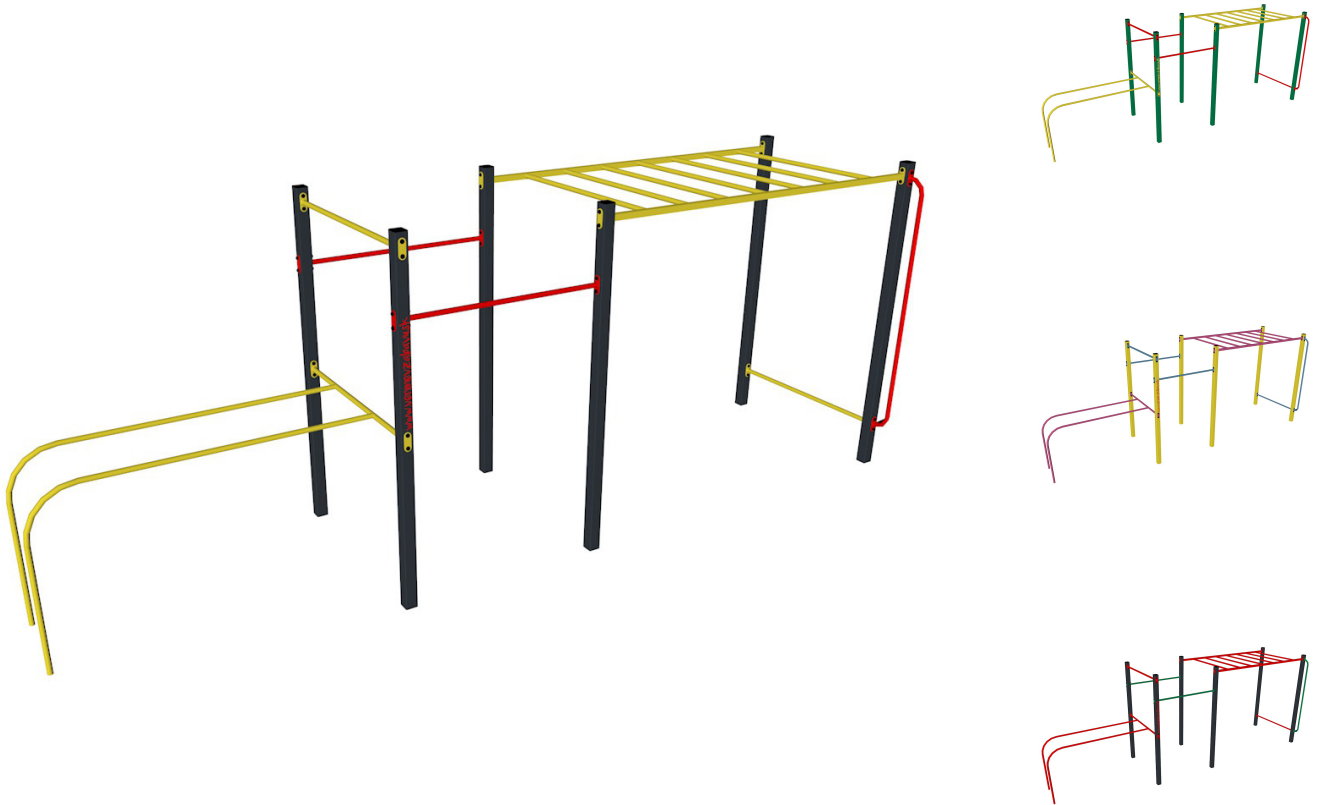
3x hrazda - rôzne výšky
1x vertikálna hrazda - human flag
1x horizontálny rebrík
1x bradlá

ŠPECIFIKÁCIA:

Street workout zostava je certifikovaná podľa STN EN 16 630

Maximálna výška:	2410mm
Rozmery prvku:	5980 x 1360 x 2410 mm
Materiál:	Žiarovo zinkovaná oceľ, hrúbka 3mm, jokel 80 x 80
Povrchová úprava / farby:	KOMAXIT - vypaľované v peci / RAL paleta, podľa výberu
Počet stanovišť:	6
Cieľová skupina:	140cm a viac
Dopadová plocha:	v zmysle STN EN 1177
Rozmery dopadovej plochy:	9680 x 5760mm / 55,76m ²

W16 Street workout zostava s hrazdami, bradlami a rebríkom



W16

W19

Street workout zostava s hrazdami, polkruhmi a rebríkom

Workout je čoraz populárnejší spôsob cvičenia v exteriéri, pri ktorom sa využíva najmä hmotnosť vlastného tela. Cvičenie je pestré vďaka prostrediu na čerstvom vzduchu a širokej škále cvikov, ktoré workoutové prvky a zostavy umožňujú. Prospieva tak nielen fyzickej, ale aj psychickej pohode.

Menšia zostava s viacerými horizontálnymi hrazdami rôznej výšky, hrazdou s polkruhmi a vertikálnym rebríkom.



SEGMENTY:

5x hrazda - rôzne výšky
1x hrazda s polkruhmi
1x vertikálny rebrík

ŠPECIFIKÁCIA:

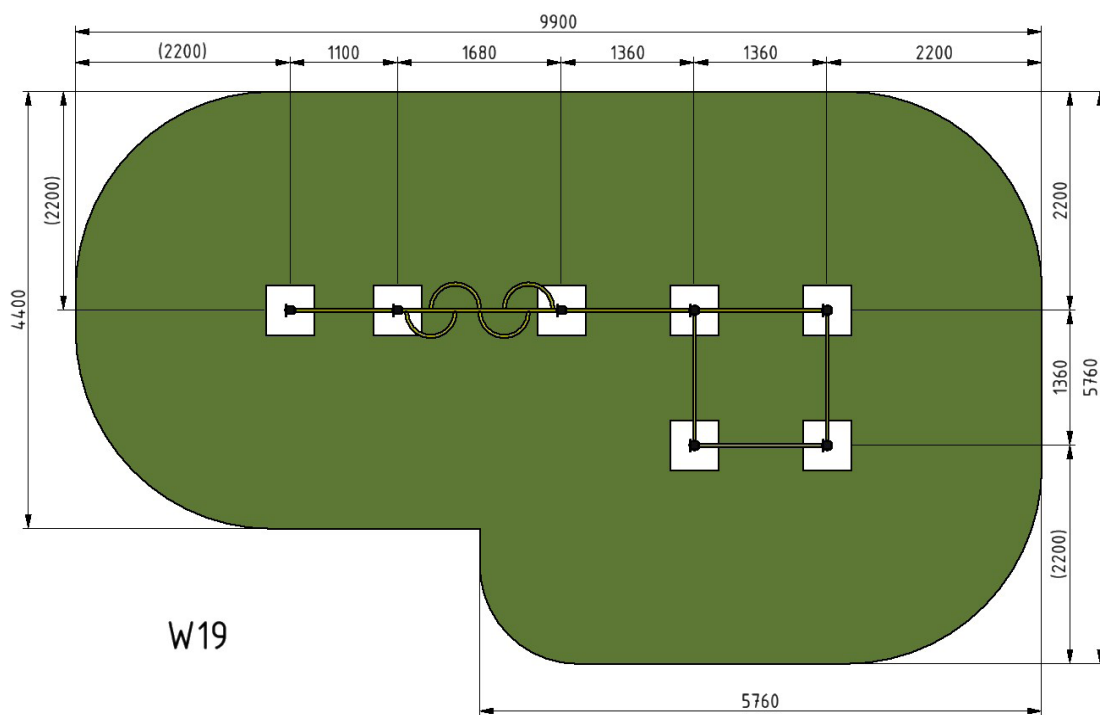
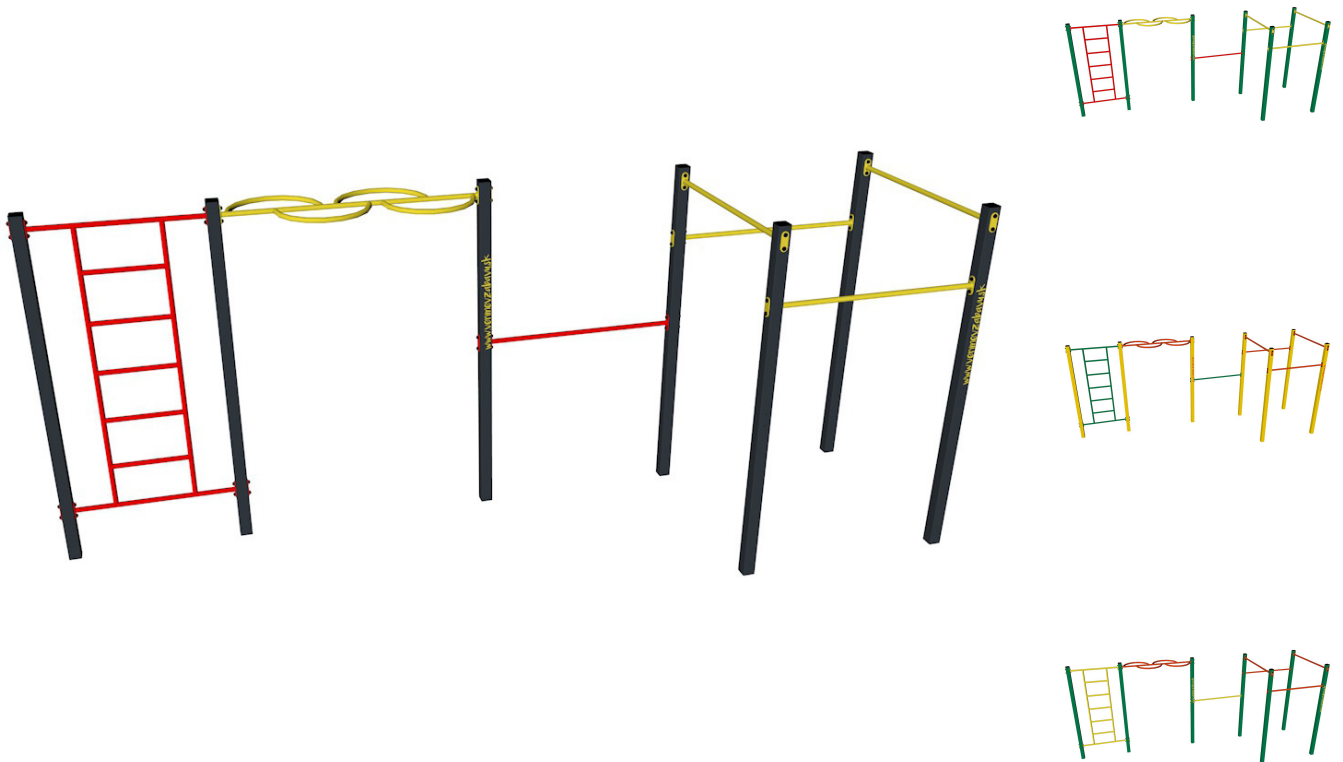
Street workout zostava je certifikovaná podľa STN EN 16 630

Maximálna výška:	2410mm
Rozmery prvku:	5500 x 1360 x 2410 mm
Materiál:	Žiarovo zinkovaná oceľ, hrúbka 3mm, jokel 80 x 80
Povrchová úprava / farby:	KOMAXIT - vypaľované v peci / RAL paleta, podľa výberu
Počet stanovišť:	8
Cieľová skupina:	140cm a viac
Dopadová plocha:	v zmysle STN EN 1177
Rozmery dopadovej plochy:	9900 x 5760mm / 57,05m ²



W19

Street workout zostava s hrazdami, polkruhmi a rebríkom





TECHNICKÁ INŠPEKCIA, a.s.



SLOVENSKÁ REPUBLIKA

CERTIFIKÁT TYPU

č. 1551/1/2018

Autorizovaná osoba: Technická inšpekcia, a.s.
Trnavská cesta 56
821 01 Bratislava
SKTC - 169

Názov výrobku: Workout zostavy

Typové označenie: **W01-1, W01-2, W01-3, W01-4, W02, W02-1, W02-2, W02-3, W03,
W04, W05, W06, W07, W08, W09, W10, W11, W12, W13, W 14,
W 15, W16, W 17, W18, W19, W20, W21, W 22**

zostavy vytvorené výlučne kombináciou cvičebných prvkov

Hrazda, Bradlá, Hrazda kliky, Lavička Ľah – Sed, Kruhy,

Vertikálny Rebrík, Bočná hrazda, Trojitá hrazda, Horizontálny

rebrík, Šikmý Rebrík, Hrazda s kruhmi, Šplhacia tyč

Výrobca: Veríme v zábavu, s.r.o., Pod Brezinou 86, 911 01 Trenčín

Držiteľ certifikátu: Veríme v zábavu, s.r.o., Pod Brezinou 86, 911 01 Trenčín

Certifikát vydaný na základe požiadaviek: § 22 zákona č. 56/2018 Z. z. a podľa časti A ods. 8 prílohy k nariadeniu vlády SR č. 349/2010 Z. z.

Záver preskúšania:

Posúdenie zhody vzorky typu výrobku v zmysle § 22 zákona č. 56/2018 Z. z. preukázalo zhodu a výrobok spĺňa požiadavky podľa nariadenia vlády SR č. 349/2010 Z. z.

Pri posúdení zhody použila autorizovaná osoba STN EN 16 630, STN EN 1176-1

Podklady na vydanie certifikátu:


Hodnotiaca správa č. 1551/1/2018 a Záverečný protokol č. 1551/1/2018

Podmienky platnosti:

Výrobca bude informovať TI o každej zmene vyhotovenia výrobku, ktoré môže ovplyvniť jeho zhodu s požiadavkami nariadenia vlády SR č. 349/2010 Z. z. a dodržiavať podmienky platnosti certifikátu uvedené v záverečnom protokole o posúdení typu výrobku č. 1551/1/2018.

V Bratislave dňa 27.6.2018




Ing. Dušan Perniš
generálny riaditeľ

333394

CTV4-360 Certifikát typu