

Wniosek do Budżetu Miasta Konina w ramach Konńskiego Budżetu Obywatelskiego

Imię i nazwisko Wnioskodawcy^{1*}:

Krzysztof Płachciński

Adres Wnioskodawcy^{1*}:

Telefon kontaktowy do Wnioskodawcy^{1*}:

Adres e-mail Wnioskodawcy^{1*} (pole nieobowiązkowe):

Preferowana forma kontaktu Urzędu Miejskiego z Wnioskodawcą¹ (zaznaczyć właściwe):

Kontakt telefoniczny

Poczta e-mail

Nazwa zadania (prosimy o zmieszczenie się w max 250 znakach)¹:

Siłownia zewnętrzna dla III osiedla.

Skrócony opis (prosimy o zmieszczenie się w max 500 znakach)¹.

Państwa skrócony opis będzie wykorzystywany na potrzeby promocji Projektów:

Trening na świeżym powietrzu? Czemu nie!

W świecie pełnym komputerów, braku aktywności fizycznej i ograniczonym kontakcie interpersonalnym budowa plenerowej siłowni pod chmurką jest szansą na aktywne spędzanie wolnego czasu z jednoczesną korzyścią dla zdrowia. Ćwiczenia na świeżym powietrzu przynoszą więcej korzyści niż te wykonywane w zamkniętym pomieszczeniu, doskonale wpływają na poprawę: krążenia krwi, koordynacji ruchowej oraz kondycji fizycznej. Wykonywane ćwiczenia zgodnie z instrukcją poszczególnych przyrządów, z pewnością wzmocnią mięśnie całego ciała.

Projekt przewiduje utworzenie terenu rekreacyjno-sportowego, na którym zostaną zamontowane urządzenia do ćwiczeń rekreacyjno-siłowych bez względu na wiek i stopień sprawności fizycznej. Usytuowanie urządzeń do ćwiczeń fizycznych dostępnych za darmo niemalże w każdej chwili sprawi, że aktywna, nowoczesna i atrakcyjna forma ruchu stanie się naturalną potrzebą spędzania wolnego czasu, a także miejscem zacieśniania więzi osobowych. Punkt gdzie planowana jest siłownia znajduje się na boisku trawiastym przy Zespole Szkół im. Mikołaja Kopernika w Koninie. Dzięki takiej lokalizacji uczniowie, rodzice, czy też seniorzy spacerujący obok szkoły będą mogli korzystać z przyrządów do aktywności fizycznej na świeżym powietrzu bez żadnych przeszkód. Warto zaznaczyć, że siłownia umiejscowiona będzie na terenie monitorowanym dlatego też będzie to zapobiegać potencjalnemu uszkodzeniu przez osoby, które zechciałyby używać ww. urządzeń w niewłaściwy sposób.

Projekt zakłada transport i montaż urządzeń do ćwiczeń, a także zagospodarowanie terenu pod siłownię kostką brukową. Dodatkowym atutem projektu jest to, że jest on dostępny dla wszystkich chętnych 12 miesięcy w roku. Budowa siłowni to także nadanie III osiedlu nowej jakości przestrzeni rekreacyjnej i sportowej dostępnej na innych, podobnych osiedlach.

Budowa siłowni plenerowej w tym łatwo dostępnym dla mieszkańców miejscu zachęci do aktywnego spędzania wolnego czasu dla całej społeczności lokalnej. Proponowana budowa siłowni zewnętrznej tzw. „siłownia pod chmurką” byłaby dużym atutem oferty sportowej dla mieszkańców w różnym wieku bez względu na poziom sprawności fizycznej. Utworzenie tego miejsca to szansa na zdrowe, radosne życie i spędzanie aktywnie wolnego czasu na świeżym powietrzu co wpływa znacząco na prozdrowotne aspekty naszego organizmu.

Pelen opis (prosimy o zmieszczenie się w max 3500 znaków)¹:

Siłownie zewnętrzne stają się coraz bardziej popularnym miejscem na aktywne spędzanie wolnego czasu. Warto zauważyć, iż nie tylko młodzież chętnie korzysta z tej formy aktywności na świeżym powietrzu, a co najważniejsze także coraz więcej osób starszych. Społeczność przekonuje się do ogólnodostępnych otwartych stref aktywności na świeżym powietrzu niestety w pobliżu III osiedla nie funkcjonuje żadna siłownia zewnętrzna.

Biorąc pod uwagę duże zaludnienie w sąsiadujących ze szkołą blokach, wieżowcach oraz domach jednorodzinnych, to właśnie III osiedle jest świetną lokalizacją na realizacji tego projektu. Budowa otwartej oraz bezpłatnej siłowni zewnętrznej dla mieszkańców osiedla, ma szansę stać się miejscem pierwszej aktywności fizycznej dla dzieci, dorosłych oraz osób starszych, które podniosą w sposób znaczący estetykę przestrzeni publicznej i poprawią jakość życia mieszkańców danego obszaru. Dodatkowo młodzież ucząca się w Zespole Szkół im. Mikołaja Kopernika w Koninie, Szkole Podstawowej nr 6, a także mieszkańcy Bursy Szkolnej nr.1 im. Ryszarda Michalskiego. Wszyscy uczniowie mogliby wykorzystywać tę strefę w ramach lekcji wychowania fizycznego jako uatrakcyjnienie zajęć, natomiast mieszkańcy bursy jako formę spędzania wolnego czasu poprzez aktywność fizyczną.

Siłownia plenerowa jest formą rekreacji, która sprzyjałaby spotkaniom w gronie przyjaciół, rodziny. Poszerzaniu kontaktów w otoczeniu najbliższej społeczności, a w końcu, co najważniejsze podnoszeniu aktywności fizycznej mieszkańców i poprawie ich zdrowia oraz wydolności.

Korzyści wynikające z realizacji zadania dla mieszkańców:

1. Siłownia plenerowa jest darmowa i dostępna dla każdego.
2. Nawet niewielki wysiłek fizyczny wpływa pozytywnie na lepszy stan zdrowia.
3. Korzystając z siłowni można wzmacniać kondycję fizyczną.
4. Dobrze wykonane ćwiczenia w siłowni plenerowej mogą być formą rehabilitacji - mogą poprawić kondycję stawów, mięśni i całego ciała.
5. Ćwiczenia na świeżym powietrzu przynoszą więcej korzyści, niż wewnątrz zamkniętego pomieszczenia (lepiej dotleniają organizm).
6. Trening siłowy na dworze redukuje stres, uspokaja i łagodzi nerwy.

Bezpieczne miejsce do ćwiczeń będzie miało pozytywny wpływ na wychowanie młodzieży w duchu szeroko rozumianej Kultury Fizycznej.

W przypadku pozytywnego rozpatrzenia wniosku, zostaną zamontowane urządzenia do ćwiczeń fizycznych, takie jak:

1. Poręcz z pylonem szt. 1
2. Drażki o różnej wysokości szt. 1
3. Wiosło szt. 1
4. Prasa nożna szt. 1
5. Wyciskanie siedząc szt. 1
6. Motyl szt. 1
7. Podciąg szt. 1
8. Wahadło szt. 1
9. Steper szt. 1
10. Pajacyk szt. 1
11. Jeździec szt. 1
12. Orbitrek szt. 1
13. Narciarz szt. 1
14. Rowerek szt. 1
15. Biegacz szt. 1
16. Drabinka z pylonem szt. 1
17. Twister szt. 1
18. Poręcz
19. Drabinka
20. Prostownik pleców
21. Ławeczka

Na placu znajdowałyby się jeszcze:

16. Tablica informacyjna szt. 1
17. Kosz na śmieci szt. 1
18. Ławeczka do siedzenia szt. 4

Montaż ww. elementów wykonuje się na przeróżnym podłożu poprzez wmurowanie fundamentu/położenie kostki brukowej itp. i osadzenie na nim poszczególnych maszyn. W strefie otwartej aktywności fizycznej, gdzie miałyby znajdować się siłownia zewnętrzna znajduje się obecnie podłoże piaszczyste z trawą. Miejsca, na których miałyby stanąć urządzenia, zostałyby wybrukowane w całości kostką. Urządzenia tj. Drażki, Wiosło, Jeździec, Orbitrek, Narciarz, Rowerek, Biegacz są urządzeniami wolnostojącymi. Pozostałe ww. urządzenia można łączyć w pary i montować na jednym pylonie (po jego obu stronach): Poręcz z pylonem – Pajacyk, Wyciskanie siedząc – Motyl, Prasa nożna – Pajacyk, Wahadło – Steper, Drabinka z pylonem – Twister. Prostownik pleców z pylonem – ławeczka. Ponadto zagospodarowana zostałaby przestrzeń wokół placu poprzez zasadzenie krzewów, a miejsca, gdzie widoczna jest ziemia zostałyby uzupełnione poprzez wysianie trawy.

Harmonogram realizacji (pole nieobowiązkowe):

Zgodnie z regulaminem Konińskiego Budżetu Obywatelskiego

Szacowany koszt:

82.900,- Kosztorys w załączniku numer 1 do wniosku.

Oczekiwane rezultaty (pole nieobowiązkowe):

Ciekawa alternatywa dla mieszkańców Konina do aktywnego spędzania czasu wolnego na świeżym powietrzu. Podniesienie ogólnej sprawności fizycznej, redukcja stresu oraz pełnienie jednej z form rehabilitacji dla osób korzystających z siłowni. Zachęcenie do ruchu osób przyprawdzających dzieci na Orlik. Innowacyjne formy lekcji wychowania fizycznego dla uczniów sąsiadujących szkół oraz spędzanie aktywnie wolnego czasu przez mieszkańców Bursy Szkolnej.

Potwierdzenie dostępności obiektu/terenu, na którym miałby być realizowany projekt, poprzez uzyskanie podpisu od zarządcy obiektu/terenu (jeśli dotyczy):

Zespół Szkół
im. M. Kopernika
ul. Aleje 1 Maja 22, 62-510 Konin
tel./fax (63) 242 45 57

2018.03.28



Data, podpis pieczęć administratora obiektu

UWAGA !!!

Jeśli wniosek zakłada realizację wizji artystycznej Autora/Wnioskodawcy konieczne jest dołączenie propozycji w formie załącznika do niniejszego formularza.

TAK		NIE	x
-----	--	-----	---

Podpis wnioskodawcy

¹ Niezbędne dane do wypełnienia przez Wnioskodawcę

* W związku ze składanym wnioskiem realizowanym w ramach Konińskiego Budżetu Obywatelskiego wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych.

Oświadczam, iż przyjmuję do wiadomości, że:

- 1) administratorem tak zebranych danych osobowych jest Miasto Konin;
- 2) moje dane osobowe będą przetwarzane wyłącznie w celu umożliwienia kontaktu przez Urząd Miejski w Koninie;
- 3) moje dane osobowe mogą zostać udostępnione innym podmiotom wyłącznie w celu realizacji proponowanego zadania;
- 4) imię i nazwisko zostanie upublicznione wraz z treścią wniosku w celu realizacji Konińskiego Budżetu Obywatelskiego zgodnie z postanowieniami jego regulaminu;
- 5) podanie danych jest dobrowolne, jednak odmowa ich podania jest równoznaczna z brakiem możliwości dalszego przetwarzania i realizowania danego wniosku w ramach Konińskiego Budżetu Obywatelskiego;
- 6) mam prawo dostępu do treści swoich danych i ich poprawiania (zgodnie z Ustawą z dnia 29.08.1997 roku o ochronie danych osobowych (Dz. U. z 2016 r. poz. 922)).



Podpis Wnioskodawcy

Damart Damian Smelczyński
ul. Grabowska 30B
62-570 Rychwał
NIP 665-243-15-22
tel : 607 289 663, 691 733 884
email : biuro@silownieparkowe.pl
www : www.silownieparkowe.pl

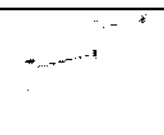




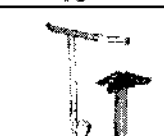

Przedstawiono

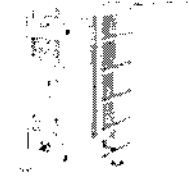
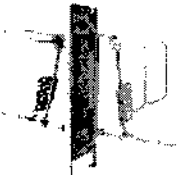

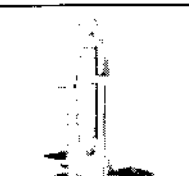

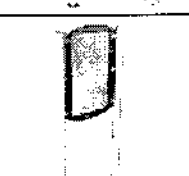
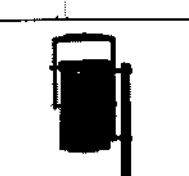

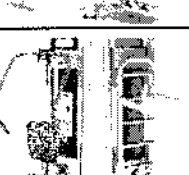
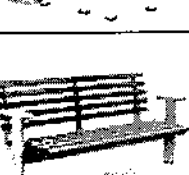
27.03.2018

Krzysztof Plachciński
KBO Konin

Oferta OF/57/2018/03 Strona 1 z 3

Oferta obejmuje dostawę i montaż urządzeń.

Lp.	Zdjęcie	Nazwa towaru lub usługi	Ilość	Cena netto	VAT	Cena brutto	Wartość brutto
1		ODF/01-13 Drażki	1 szt	715,45	23%	880,00	880,00
2		ODF/01-10 Wiosło	1 szt	1 829,27	23%	2 250,00	2 250,00
3		ODF/01-24 Jeździec	1 szt	1 764,23	23%	2 170,00	2 170,00
4		ODF/01-16 Orbitrek	1 szt	2 422,76	23%	2 980,00	2 980,00
5		ODF/01-23 Narciarz	1 szt	2 317,07	23%	2 850,00	2 850,00
6		ODF/01-17 Rowerek	1 szt	1 000,00	23%	1 230,00	1 230,00
7		ODF/01-15 Biegacz	1 szt	1 983,74	23%	2 440,00	2 440,00

8		ODF/01-29, 01-03 Polećce + pylon + drabinka	1 szt	2 512,20	23%	3 090,00	3 090,00
9		ODF/01-12, ODF/01-11 Wyciskanie siedząc + pylon + podciąg	1 szt	5 146,34	23%	6 330,00	6 330,00
10		ODF/01-04, ODF/01-28 Prasa nożna + pylon + motyl	1 szt	4 910,57	23%	6 040,00	6 040,00
11		ODF/01-06, 01-14 Twister + pylon + wahadło	1 szt	3 707,32	23%	4 560,00	4 560,00
12		ODF/01-18, 01-27 Steper + pylon + pajacyk	1 szt	4 048,78	23%	4 980,00	4 980,00
13		EDP/01-01 Tablica informacyjna z regulaminem LUX	1 szt	731,71	23%	900,00	900,00
14		EDP/01-02 Kosz na odpady 35L	1 szt	349,59	23%	430,00	430,00
15		ODF/01-09 Prostownik pleców + pylon + ławeczka	1 szt	2 674,80	23%	3 290,00	3 290,00
16		ODF/01-12, ODF/01-11 Wyciskanie siedząc + pylon + podciąg nóg	1 szt	3 804,88	23%	4 680,00	4 680,00
17		EDP/01-05 Ławka	4 szt	569,11	23%	700,00	2 800,00

18	Zagospodarowanie terenu zielenią	1 kpl.	2 439,02	23%	3 000,00	3 000,00
19	Nawierzchnia z kostki brukowej z podbudową	200 m2	113,82	23%	140,00	28 000,00

Razem PLN	82 900,00
VAT	15 501,63
Netto PLN	67 398,37

Uwagi

1. Okres gwarancji- 24 miesiące
2. Kolorystyka urządzeń zielono- szara RAL6018+ RAL9006 (możliwa zmiana kolorystyki wg palety RAL)
3. Termin realizacji- do 6 tygodni od podpisania umowy
4. Oferta ważna 30 dni
5. Urządzenia spełniają wymagania normy PN-EN 16630:2015-06 potwierdzone certyfikatem



Podpis

(data i podpis)