

# 03.

## Názov projektu:

# Fitness a workout ihrisko v komunitnej záhrade

---

**Autor: Ľubica Póčová, Milica Kollárová**

## Stručný popis:

Vytvoriť miesto pre ľudí, kde by mohli využívať svoj voľný čas aktívnym odpočinkom, či už v rámci cvičenia a posilňovania všetkých svalových partií celého tela, ale aj venovaniu sa pestovaniu bylín, rastlín, kvietkov, kríkov a spoločne tráviť čas v komunite.

## Popis projektu:

Fitness a workout ihrisko v komunitnej záhrade chceme vytvoriť z nasledovného dôvodu. V komunitnej záhrade je podľa návrhu tu bývajúcich obyvateľov umiestnených viacero prvkov. Obyvatelia si vyžiadali do tejto zóny umiestniť fitness a workout prvky, aby boli v ústraní, skrytí pred očami okoloidúcich ale aj v tieni. Tieň poskytujú okolo stojace rodinné domy a ich oplotenie ale hlavne starý orech, ktorý je zdravý. Deti tam už teraz majú hojdačku, bolo by vhodné vymeniť ju za bezpečnejšiu. Teraz tu umiestnený pingpongový stôl sa pomocou ZAaRES-u revitalizuje, aby sa dal naďalej využívať. V spodnej časti záhrady budú umiestnené vyvýšené záhony, kde si môžu obyvatelia pestovať plodiny podľa svojho výberu - zelenina, kvety, bylinky. Ako plot oddeľujúci od hlavnej cesty navrhujeme z vnútornej strany jedlé kríky - ríbezle, prípadne ostružiny - maliny, černice, z vonkajšej strany okrasné kríky. Na pozemku je studňa s vodou na zavlažovanie, ktorú je potrebné obnoviť. Zdraviu prospešný bude aj pocitový chodník z prírodných materiálov na stimuláciu svalstva dolných končatín a klenby chodidla, rovnako na stimuláciu zmyslov, stabilitu a relaxáciu. Je zložený z rôznych materiálov po ktorých používateľ kráča na boso. Veľkosť a tvar chodníka bude prispôsobený presnému umiestneniu a bude obsahovať prírodné materiály ako tráva, šišky, kôra zo stromov, drevené klátiky, kameň – mix, okruhliaky. Fitness a workout zóna bude slúžiť občanom na aktívny odpočinok a posilňovanie svojho celého tela.

## Časový harmonogram aktivít:

V priebehu roka 2021 svojpomocne upraviť celý pozemok, obnoviť starú a zanedbanú studňu, zakúpiť materiál a vybudovať vyvýšené záhony, ako aj zakúpiť a zasadiť rastliny, ovocné kríky a stromčeky, ale aj vybudovať skalku a pocitový chodník s prírodných materiálov. Následne v roku 2022 začať s vytvorením fitness a workout, ktorý bude tvoriť zvyšnú časť pozemku. Následne osadiť lavičky a miesta pre oddych ľudí a malých detí. Vytvoriť hmyzí domček, knihovničku ale aj rôznu oddychovú zónu aj pre najmenších, kde by sa vedeli zabaviť a zahrať.

## Miesto realizácie projektu:

Mestský pozemok medzi rodinnými domami na ulici Poľná a Malachovská, Banská Bystrica

**Rozpočet projektu:**

<b>Kvantifikácia položiek</b>	
<b>Druh položky:</b>	<b>Suma v €:</b>
1. workoutová zostava	2.820 € s DPH
2. informačná tabuľa workout	180 € s DPH
3. dvojité surf	660 € s DPH
4. bradlá	636 € s DPH
5. trenažér chôdze	660 € s DPH
6. posilňovací stroj na hrudník a ramená	864 € s DPH
7. informačná tabuľa fitness	180 € s DPH
8. zatrávňovacie rohože pod fitness a workout	1.400 € s DPH
9. kolotoč	1.200 € s DPH
10. hojdačka	1.400 € s DPH
<b>Celkový rozpočet projektu v €:</b>	<b>10.000 € s DPH</b>

**Dobrovoľnícka činnosť navrhovateľa:**

Tvorcovia projektu Ľ. Póčová, M. Kollárová a M. Ondráš spolu s Občianskou radou Radvaň s občanmi chceme upraviť pozemok, vybudovať vyvýšené záhony, rôznu oddychovú zónu pre najmenších, pocitový chodník s prírodných materiálov, zakúpiť rastlinky, bylinky, ovocné kríky a stromčeky, ale aj obnoviť starú studňu.

**Informácia o prínose:**

Prínosom projektu bude krásny a funkčný vytvorený priestor pre občanov, ktorí budú môcť v záhrade a v tieni stromov využívať fitness a workout ihrisko, ale aj venovať sa koseniu záhrady, pestovaniu bylín, rastlín, ovocných kríkov a stromov, ale aj tzv. oddychovú zónu pre najmenších, kde sa budú môcť občania schádzať a aktívne odpočívať a spolunažívať a tvoriť súdržnú komunitu.

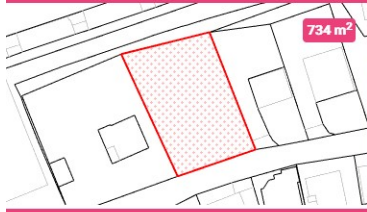
**Udržateľnosť projektu:**

Udržateľnosť projektu chceme riešiť v participácii s občanmi, ktorý sa budú pravidelne starať o svoje okolie, formou kosenia, strihania, pestovania, ale aj natierania a pod.. Spoločne aj s Občianskou radou Radvaň budeme pravidelne uskutočňovať akcie s občanmi a viesť ich k správnym hodnotám, starostlivosti a súdržnosti v komunite. Máme už vytvorenú aj Radvanskú záhradu, kde spoločne s občanmi pravidelne sa staráme a udržiavame záhradu a tvoríme skvelú partiu.

<b>Dodávateľ: Veríme v Zábavu, s. r. o.</b>					
<b>Pod Brezinou 86</b>					
<b>911 01 Trenčín</b>					
<b>IČO: 46167145</b>					
<b>Názov výrobku</b>	<b>POČET KUSOV</b>	<b>Jednotková cena prvku bez DPH</b>	<b>Cena celkom bez DPH</b>	<b>KONEČNÁ CENA S DPH</b>	<b>POZNÁMKY</b>
workoutová zostava	1	2 350,00 €	2 350,00 €	<b>2 820,00 €</b>	
info tabuľa workout	1	150,00 €	150,00 €	<b>180,00 €</b>	
dvojitý surf	1	550,00 €	550,00 €	<b>660,00 €</b>	
bradlá	1	530,00 €	530,00 €	<b>636,00 €</b>	
trenažér chôdze	1	550,00 €	550,00 €	<b>660,00 €</b>	
posilňovací stroj na hrudník a ramená	1	720,00 €	720,00 €	<b>864,00 €</b>	
informačná tabuľa fitness	1	150,00 €	150,00 €	<b>180,00 €</b>	
rohož pod fitness a workout	1	1 166,67 €	1 166,67 €	<b>1 400,00 €</b>	
kolotoč	1	1 000,00 €	1 000,00 €	<b>1 200,00 €</b>	
hojdačka	1	1 166,67 €	1 166,67 €	<b>1 400,00 €</b>	
<b>Cena bez DPH</b>	<b>8 333,34 €</b>	<b>Veríme v Zábavu, s.r.o. ©</b>			
<b>DPH 20%</b>	<b>1 666,67 €</b>	Pod Brezinou 86			
<b>Cena spolu s DPH</b>	<b>10 000,01 €</b>	911 01 Trenčín			
		IČO: 46 167 145 IČ DPH: SK2023253034			
		www.verimevzabavu.sk			

← Parcela registra C

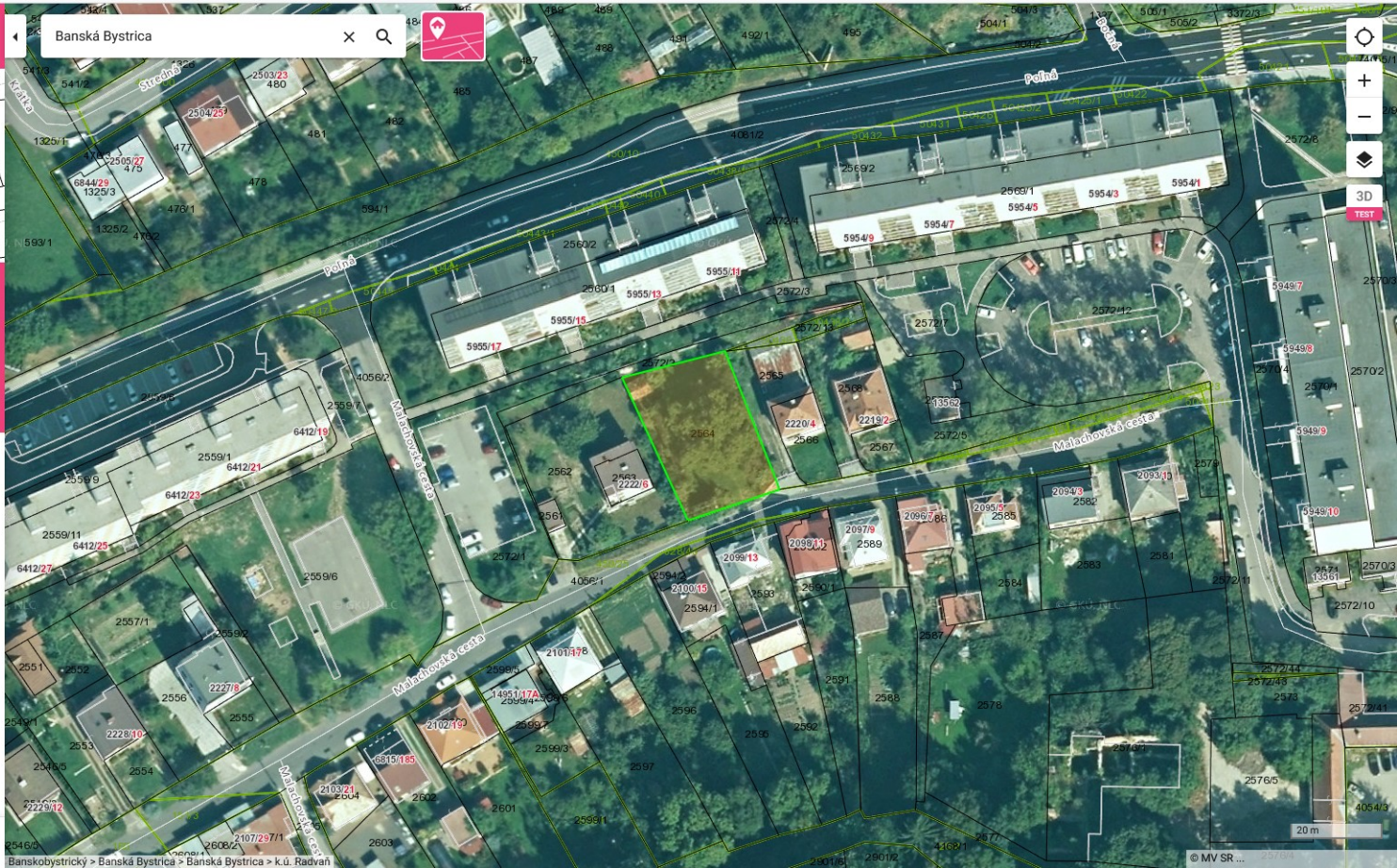
Banská Bystrica



**2564**  
k.ú. Radvaň (801241), obec Banská Bystrica

LV 2724 ÚPLNÝ    LV 2724 ČIASTOČNÝ

1. Mesto Banská Bystrica, ČSA 26, Banská Bystrica, PSČ 975 39, SR  
Podiel: 1/1



## Vizualizácie





