

OPIS DO PROJEKTU ZAGOSPODAROWANIA SIŁOWNI ZEWNĘTRZNEJ W MIEJSCOWOŚCI LIPNIAK

1.DANE OGÓLNE

1.1 Przedmiot opracowania

Przedmiotem opracowania jest projekt zagospodarowania urządzeń małej architektury w miejscu publicznym – urządzeń siłowni zewnętrznej przy Ośrodku Wsparcia w miejscowości Lipniak 3.

1.2 Podstawa opracowania

- zlecenie inwestora
- mapa sytuacyjno-wysokościowa w skali 1:500
- obowiązujące przepisy i normy

2. Stan istniejący.

Działka jest zabudowana zajmują się na niej budynki główne i pomocnicze Ośrodka Wsparcia oraz tereny zielone, urządzone, rolne oraz nieużytki. Teren na którym powstanie siłownia aktualnie stanowi nieużytek. Nie wymaga makroniwelacji. W pobliżu bierze się sieć wodociągowa.

3.Projekt zagospodarowania terenu-przeznaczenie terenu

Siłownia zaprojektowana została w pobliżu drogi, w centralnej części działki. Na siłownię składać będzie się 6 urządzeń na pylonach oraz jedno urządzenie wolnostojące przeznaczone dla osób niepełnosprawnych poruszających się na wózkach. Wokół urządzeń posadzony zostanie trawnik.

Przeznaczenie terenu: rekreacyjno-wypoczynkowa

3.1. Bilans terenu

- powierzchnia działki 2,9858ha
- powierzchnia na której powstanie siłownia 123m²- teren biologicznie czynny

3.2.Dane informujące, czy działka lub teren, na którym jest projektowany obiekt budowlany, są wpisane do rejestru zabytków oraz czy podlegają ochronie na podstawie ustaleń miejscowego planu zagospodarowania przestrzennego;

Teren pod planowaną inwestycję leży na obszarze nie objętym żadną z form ochrony, teren znajduje się poza obszarem ochrony konserwatorskiej.

3.3. Dane określające wpływ eksploatacji górniczej na działkę lub teren zamierzenia budowlanego, znajdującego się w granicach terenu górniczego;

Działka nie znajduje się w granicach terenu górniczego.

3.4 Dane techniczne charakteryzujące wpływ obiektu budowlanego na środowisko i jego wykorzystanie oraz na zdrowie ludzi i obiekty sąsiednie

Ze względu na małą skalę przedsięwzięcia oraz przyjęte rozwiązania technologiczne oraz spełnianie Polskich -nie przewiduje się wystąpienia niekorzystnego oddziaływania w zakresie wpływu na gleby, warunki geologiczne i wody podziemne i powierzchniowe oraz istniejący drzewostan.

-nie przewiduje się wystąpienia emisji drgań , promieniowania (jonizującego, pola elektro-energetycznego)

- nie przewiduje się zwiększenia emisji hałasu

Przyjęte w projekcie rozwiązania przestrzenne, funkcjonalne i techniczne eliminują negatywny wpływ na środowisko przyrodnicze , zdrowie ludzi i inne obiekty.

3.OPIS BUDOWLANY

Na obszarze postawionych zostanie siedem urządzeń siłowni zewnętrznych –stanowiących elementy małej architektury.

- 1.Orbitrek i narciarz (na pylonie)
- 2.Rower i biegacz (na pylonie)
- 3.Wahadło i twister (na pylonie)
- 4.rehabilitacyjna stacja rowerowa umożliwiająca jednocześnie ćwiczenie rąk, nadgarstków oraz nóg .

Mocowanie urządzeń do betonowej podbudowy fundamentowej za pomocą kotew(M18) . Wokół każdego urządzenia pozostawiono strefy ochronne, (150cm od najbardziej wysuniętej krawędzi urządzenia.) W strefach ochronnych nie instaluje się żadnych innych elementów architektury typu: drzewo, kosz, ławka, ... itp.

Max waga użytkownika do 120 kg.

Grupa wiekowa od 10 lat (do 14 roku życia pod opieką dorosłych).

Urządzenia:

Materiał: Konstrukcja urządzenia wykonana ze stalowych rur ocynkowanych ogniowo i dwukrotnie malowanych proszkowo o średnicach 88, 60, 48 lub 32 mm, grubość ścianek nie mniejszej niż 2,75mm. Siedzenia wykonane ze stali ocynkowane malowane proszkowo lub kopolimeru polipropylenu. Pedale, stópki(czyli elementy na których opieramy stopy) wykonane ze stali nierdzewnej. Śruby zabezpieczone metalowymi zaślepkami. Końcówki rur zamknięte.

W urządzeniach zastosowano łożyska kulkowe, dwustronnie zamknięte.

Urządzenie jest montowane do modułu pylona za pomocą śrub fi 10.

Urządzenia na pylonach spełniają wymagania PN-EN 1176-1:2009, PN-EN 1176-7:2009 i PN-EN 957-1:2006

ORBITREK



Wymiary urządzenia: długość 1480 mm, szerokość 670 mm, wysokość 1600 mm.
Opis: wzmacnia mięśnie pleców, klatki piersiowej, ramion.
podbudowa betonowa 20x20x110

NARCIARZ



długość 1620 mm, szerokość 585 mm, wysokość 1800 mm.
Opis: wzmacnia mięśnie pleców, klatki piersiowej, ramion.
podbudowa betonowa B20 20x30x120cm

WAHADŁO



Wymiary urządzenia: długość 1020 mm, szerokość 780 mm, wysokość 130 mm.
Wzmacnia mięśnie pasa i poprawia giętkość i koordynację całego ciała. Ćwiczy kręgosłup i biodra.
Podbudowa betonowa B20: należy powiększyć podbudowę pod pylony o 10cm

TWISTER



długość 820 mm, szerokość 560 mm, wysokość 1400 mm.
ćwiczy pas i pomaga zrelaksować mięśnie pasa i pleców, poprawia ruchliwość i giętkość odcinka krzyżowego

ROWER



długość 1180 mm, szerokość 620 mm, wysokość 1400 mm.
poprawia sprawność kończyn dolnych oraz stawów.

podbudowa betonowa B20: 20x20x40cm

BIEGACZ



Wymiary urządzenia: długość 1390 mm, szerokość 870 mm, wysokość 1300 mm.
Poprawia ruchliwość kończyn dolnych, równoważy i koordynuje pracę całego ciała. Zwiększa wydolność krążeniowo-oddechową, wzmacniając mięśnie nóg i pośladków.

podbudowa betonowa 30x30x110cm

PYLON

Główna konstrukcja urządzenia wykonana z dwóch stalowych rur ocynkowanych ogniowo i dwukrotnie malowanych proszkowo o średnicach 89 mm, grubość ścianek nie mniejszej niż 3mm. Wysokość pylonu od podłoża wynosi min. 2000. Pomiędzy rurami zamocowane są po obu stronach tablice z instrukcją oraz górny i dolny moduł z otworami, służący do zamocowania urządzeń. Urządzenia do modułu mocowane są za pomocą 4 śrub. Tablica informacyjna wykonana jest z dwóch ocynkowanych blach, dwukrotnie malowana proszkowo. Na tablicy umieszczona

jest instrukcja korzystania z urządzenia.- malowana proszkowo (niedopuszczalne są naklejki)
podbudowa betonowa B 20 (80x80x80cm)

STACJA REHABILITACYJNA



rehabilitacyjna stacja rowerowa umożliwiającą jednoczesne ćwiczenie rąk, nadgarstków oraz nóg.

długość 595 mm, szerokość 555 mm, wysokość 1250 mm.

Konstrukcja urządzenia wykonana ze stalowych rur ocynkowanych ogniowo i dwukrotnie malowanych proszkowo o średnicy min 165mm i grubości min 4 mm pozostałe średnice 40-80 mm, grubość ścianek nie mniejszej niż 3mm. Śruby osłonięte zaślepkami.

Końcówki rur zamknięte,

Montowana na podbudowie fundamentowej 80x80x80cm

Urządzenie powinno posiadać Certyfikat TUV

Uwaga!

Wszystkie urządzenia wykonane w jednakowej kolorystyce- szaro –żółtej.

Podbudowy betonowe pod urządzenia należy skorygować o wytyczne producenta urządzeń.

Urządzenia należy poddawać kontrolom, nadzorowi i bieżącej konserwacji z uwzględnieniem korozji elementów metalowych.

4.Trawnik

Trawnik z siewu

Po ukształtowaniu terenu i odpowiednim przygotowania podłoża należy równomiernie wysiać nasiona, następnie powierzchnie wysiewu należy zagrabić i uwałować. W sąsiedztwie drzew, najlepiej wykonać czynności przygotowujące podłoże ręcznie przy pomocy szpadla, co zapobiegnie, poważniejszym uszkodzeniom korzeni.

Nasiona mieszanek traw należy wysiać w ilości 40 g/m² (lub wg wskazań producenta) siać na krzyż przy bezwietrznej pogodzie, lekko zagrabić i zwałować lekkim wałem.

5.Informacja dotycząca bezpieczeństwa i ochrony zdrowia

Zgodnie z art.21a ust.2 pkt 1-10 ustawy "Prawo budowlane" nie jest wymagane opracowanie "planu bezpieczeństwa i ochrony zdrowia"

Anna Pikuła

Opracowała

Roman Pikuła