



FORMULARZ ZGŁOSZENIOWY PROJEKTU DO ZREALIZOWANIA W RAMACH ŁÓDZKIEGO BUDŻETU OBYWATELSKIEGO 2022/2023

Numer identyfikacyjny projektu tzw. ID (wypełnia Biuro Aktywności Miejskiej Urzędu Miasta Łodzi)	S063WS DSR-BAM-XI.3027.5.915.2022
--	---

1. NAZWA I LOKALIZACJA PROJEKTU

Streetworkout Park (do ćwiczeń z wagą własnego ciała) w Parku Staszica dla osób sprawnych i niepełnosprawnych. Strefa „bez barier”: #Sport #Rekreacja #Rozciąganie #Rehabilitacja #Zdrowy kręgosłup

2. DODATKOWE INFORMACJE O LOKALIZACJI (numer ewidencyjny działki)

S2-228/9

DODATKOWE LOKALIZACJE

Park Staszica

3. RODZAJ ZGŁASZANEGO ZADANIA

OSIEDLOWE - Śródmieście - Śródmieście-Wschód (568 000 zł)

4. ELEMENTY SKŁADOWE WRAZ Z SZACUNKOWYMI KOSZTAMI PROJEKTU

ELEMENTY SKŁADOWE PROJEKTU	KOSZTY SZACUNKOWE BRUTTO
1. 1. Dokumentacja projektowa - kosztorysowa dla siłowni typu "streetworkout"	10 000.00 zł
2. 2. Elementy małego parku siłowni typu "street workout" do ćwiczeń z wagą własnego ciała (np.: m.in. • poręcz równoległe skośne, • poręcz równoległe zakończone zmiennym końcem natarcia i przesuniętym punktem podporu • poręcz równoległe o dwóch ró	65 000.00 zł
3. 3. Powierzchnia amortyzująca pod elementami siłowni typu "street workout"	50 000.00 zł
4. 4. Dokumentacja projektowa wyposażenia siłowni zewnętrznej	10 000.00 zł
5. 5. Elementy siłowni zewnętrznej np. m.in.: • Motyl (z waga własnego ciała) • podciąg nóg, • wyciąg górny (z waga własnego ciała) • wyciąg zwykły (z waga własnego ciała) • Orbitrek (narciarz biegowy) • Jeździec	30 000.00 zł
6. 6. Powierzchnia amortyzująca pod urządzeniami siłowni	40 000.00 zł
7. 7. Inne koszty związane z przystosowaniem urządzeń i/lub terenu dla osób o różnej sprawności fizycznej i niepełnosprawnych	3 000.00 zł
8. 8. Montaż z transportem	10 000.00 zł
9. 9. Roboty fundamentowe	17 000.00 zł
10. 10. Tablice z regulaminem i przykładowymi ćwiczeniami rozciągającymi, sportowymi i rehabilitacyjnymi (we własnym zakresie), Tablice informacyjne BO, Certyfikacje	10 000.00 zł

5. OPIS PROJEKTU

Budowa małego „street workout parku” (do ćwiczeń z wagą własnego ciała) dla młodzieży, studentów, dorosłych i seniorów na jednym z fragmentów Parku Staszica. Siłownia typu „street workout park” będzie pełniła funkcje sportowe i rehabilitacyjne. Projekt ma na celu stworzenie przestrzeni „bez barier” dostosowanej odpowiednio biorąc pod uwagę wszystkie grupy docelowe: • Dzieci • Młodzież • Dorosłych • Seniorów 60+ Są to grupy osób o różnej sprawności fizycznej i fizjonomii ruchu, w tym osoby niepełnosprawne. Ma to być miejsce dostępne 24 godziny przez cały tydzień, które ze względu na swoje przeznaczenie będzie pełniło funkcję międzypokoleniowej strefy: • sportu, • rekreacji • i rehabilitacji Wszystkie (lub większość) urządzenia/ń oraz nawierzchnia muszą być dostosowane do użytku przez osoby niepełnosprawne. Wizja projektu jest następująca - na siłownię przychodzą jednocześnie: • dziadek, o ograniczonej sprawności - po urazie nóg/biodra; może samodzielnie rehabilitować się będąc razem z rodziną na świeżym powietrzu. • syn, sprawny - ćwiczy normalnie • kolega syna, niepełnosprawny - chce poćwiczyć z kumplem mimo swojej niepełnosprawności. Na niskich drążkach podciąga się wraz z przymocowanym wózkiem inwalidzkim. • wnuk, sprawny - chce dorównać tacie w treningu ale jego wzrost i rozstaw ramion jeszcze nie pozwalają mu na korzystanie ze wszystkich urządzeń do streetworkout'u Dodatkowo na terenie obecnej siłowni streetworkout zostanie postawiona tablica z przykładowymi ćwiczeniami. Tablica i jej przekaz musi być czytelny dla wszystkich mieszkańców, w tym 60+ aby wiedzieli, że taka siłownia jest nie tylko dla młodych i sprawnych ale również dla osób starszych i seniorów niezależnie od sprawności fizycznej. Ta siłownia może pełnić funkcje sportowe i rehabilitacyjne. Po zajęciach i/lub po przeczytaniu tekstu tablicy musi zakiełkować idea w głowach ludzi aby za jakiś czas osiągnąć taki efekt: 1) <https://www.youtube.com/watch?v=84rXHqjltjs> 2) <https://www.youtube.com/watch?v=DJzhxU6fNxM> Siłownia ma być również przestrzenią międzypokoleniową do spotkań młodych z dorosłymi i seniorami. W zdrowiu i sprawności fizycznej. Wymagania dot. Urządzeń: • Wszystkie rury okrągłe użyte do produkcji drążków, barierek i poręczy muszą mieć grubość ścianki min. 3 mm. • Średnica/przekrój słupów konstrukcyjnych wyższych niż 140 cm: min. 85mm • Drążki o długości do 140 cm o średnicy Ø min. 27mm, max. 35 mm • Poręcze równoległe o średnicy: Ø min.42 mm, max. 60 mm • Rura do pole dance o średnicy: min. 42 mm, max Ø 50 mm • Drabinka pionowa i pozioma: (szczeble) Ø min. 30 max. 42mm • Brzegi drabinek powinny być z rur zamiast profili stalowych aby zwiększyć możliwości ćwiczeń na bokach drabinek • Lina do wspinania: średnica od 30 do 45 mm • Kółka gimnastyczne – średnica wewnętrzna koła: 230-300 mm; średnica rury: Ø27 do Ø34 mm • Każda rura oraz profil stalowy muszą być ocynkowane lub malowane proszkowo z cynkowym podkładem proszkowym lub wykonane w ocynku ogniowym lub z stali nierdzewnej. • Kolor słupów i kolor drążków i poręczy musi się odznaczać dla osób o słabym wzroku.(kontrastowa kolorystyka) • Słupy konstrukcyjne o wymiarach 100x100 mm i grubości ścianki 3 mm. • Wszystkie łączenia rur muszą być wykonane w sposób uniemożliwiający wystawianie ostrych krawędzi. • Elementy muszą być łączone ze słupami przy użyciu śrub o średnicy nie mniejszej niż 10 mm. • Wszystkie śruby muszą być zabezpieczone zaślepkami polimerowymi. • Wszystkie słupy i rury muszą być zaślepienie w sposób uniemożliwiający dostęp wody do ich wnętrza. • Wszystkie ostre krawędzie muszą być zaokrąglone promieniem minimalnym 3 mm. • Konstrukcja Parku musi zostać przymocowana do fundamentu betonowego poprzez zastosowanie kotew pierścieniowych M12 x 140. Kotwy należy zabezpieczyć polimerowymi kapturkami. • Fundament musi sięgać minimum 80 cm pod poziom gruntu lub głębiej, zależnie od lokalnej głębokości przemarzania gruntu. • Fundamenty wykonane z betonu klasy min. C20/25, nie muszą być zbrojone. • Dopuszcza się zmianę wymiarów urządzeń o 3%. Wymagania dot. bezpieczeństwa i certyfikacji: • Przed odbiorem końcowym obiektu, urządzenia muszą zostać zbadane przez niezależną i akredytowaną Jednostkę Certyfikującą, która zweryfikuje czy obiekt jest zgodny z obowiązującą normą oraz spełnia najwyższe standardy dot. jakości i bezpieczeństwa. • Certyfikat bezpieczeństwa musi potwierdzać zgodność urządzeń z wymaganiami normy EN 16630:2015. • Urządzenia muszą być wykonane i zaprojektowane zgodnie z wymaganiami PFSW:1601-1 Polskiej Federacji Parkour i Freerun. (<http://www.federacjaparkour.pl/>) • Urządzenia muszą posiadać certyfikat Polskiego Związku Kalisteniki i Street Workoutu, gwarantujący że produkt spełnia wymagania stawiane przez sportowców tego typu obiektom. (<https://www.pzkisw.pl/>) Wymagania dot. Wykonawcy: • Wykonawca udzieli co najmniej trzyletniej gwarancji na konstrukcję urządzeń i elementy metalowe. • Wykonawcy muszą posiadać doświadczenie w realizacji zadań inwestycyjnych o charakterze i złożoności porównywalnej z zakresem przedmiotu zamówienia. Wykonali i dostarczyli w ciągu ostatnich 3 lat przynajmniej 6 street workout lub parkour parków na kwotę powyżej 45 tys. zł brutto każdy, udokumentowane referencjami. • Niedopuszczalne są referencje z realizacji skateparków, siłowni zewnętrznych, placów zabaw itp

6. OPINIA ZARZĄDZAJĄCEGO INSTYTUCJA

--

7. DANE KONTAKTOWE DO PUBLICZNEJ WIADOMOŚCI

--

8. SPIS ZAŁĄCZNIKÓW

Załącznik 1: Przykładowa Siłownia Streetworkout.jpg

Załącznik 2: Motyl 2.jpg

Załącznik 3: Podciąg nóg.jpg

Załącznik 4: Wyciąg górny.jpg

Załącznik 5: Wyciąg zwykły.jpg

Wymagane oświadczenia: Oświadczam, że do udostępnionych przeze mnie, na rzecz miasta Łodzi, materiałów w wyżej wymienionej postaci, zwanych dalej „Materiałami”:

[TAK] - Posiadam prawa pozwalające na ich udostępnienie osobom trzecim celem publikacji na stronie internetowej www.lodz.pl/bo.

[TAK] - Publikacja Materiałów na stronie internetowej www.lodz.pl/bo nie będzie naruszała praw osób trzecich, w tym m.in. autorskich praw majątkowych i osobistych do utworu, oraz prawa do wizerunku.

[TAK] - Wyrażam zgodę na nieodpłatne wykorzystanie, w tym opracowanie i modyfikację Materiałów w celu publikacji na stronie internetowej www.lodz.pl/bo.

W przypadku wystąpienia osób trzecich przeciwko miastu Łódź lub innym podmiotom zaangażowanym w prowadzenie strony www.lodz.pl/bo z jakimikolwiek roszczeniami, z tytułu naruszenia praw osobistych lub majątkowych, w związku z publikacją Materiałów na stronie internetowej www.lodz.pl/bo zobowiązuję się do zaspokojenia tych roszczeń, oraz pokrycia wszelkich kosztów, jakie w związku z tym wystąpieniem miasto Łódź lub inny podmiot zaangażowany w prowadzenie strony internetowej www.lodz.pl/bo poniosły.

[TAK] - Akceptuję powyższe oświadczenie