

ДЕТСКИЙ АРТ- ОВРАГ

Спортивная площадка

Вступление

Данный проект создан для популяризации уличного спорта и пропаганды здорового образа жизни, формирует моду у молодежи к уличному спорту. Наша команда хочет создать пространство, где люди становятся счастливыми здоровыми и дружными.

У нашей команды есть основные задачи, благодаря которым Выксунцы смогут укрепить свое здоровье, больше быть на свежем воздухе, а главное это проводить время со своими друзьями и близкими.

Задачи следующие:

- 1) Создать площадку для многофункциональных тренировок.**
- 2) Создать условия для тренировок среди людей с ограниченными возможностями здоровья.**
- 3) Создать условия для проведения различных соревнований**
(Воркаут, Стритлифтинг и тд).
- 4) Проведение спортивно-массовых мероприятий.**

Воркаут – способ стать СИЛЬНЫМ!

Ранее мы рассказали вам про основные задачи, а теперь расскажем про такое направление, как – Воркаут.

Это современное уникальное молодежное движение, которое борется за здоровый образ жизни и правильное физическое воспитание. Основано это движение было еще в 1995 году, но не было таким популярным. Сегодня же большинство молодежи увлекаются данным направлением, оно стало своеобразной культурой.

Если вы еще не до конца понимаете, в чем польза воркаута, то не переживайте, сейчас по полочкам все разберем:

1) В первую очередь, это физические нагрузки, которые приравниваются, как минимум, к походу в тренажерный зал или бег. Если вы не хотите совершать, к примеру, известные беговые упражнения, то можете их заменить этой тренировкой.

2) Нагрузка идет практически на все группы мышц, а учитывая то, что вы не потратите ни копейки на тренировки, вам не нужно покупать дорогостоящее оборудование, то воркаут – лучший способ приобрести прекрасную форму.

3) Также это совсем бесплатно, вам не нужно тратить деньги на тренажерные залы, чтобы прокачать свое тело, достаточно вас самих и турник!

Таким образом, воркаут – это отличный способ стать сильным и здоровым.



Приятное с полезным

Далее мы расскажем вам про будущую площадку и что с нее вы получите!

Наша площадка станет неотъемлемой частью инфраструктуры города, где каждый Выксунец, тренируясь, будет вносить свой вклад. Нам важно чтобы дети, подростки, взрослые больше уделяли время физической подготовки так, как она повышает иммунитет, закаляет организм и делает его выносливым к повседневным нагрузкам.

Приятное: Эта площадка принесет много радости, счастья, запоминающихся моментов, эмоций, найдете много друзей.

Полезное: Вы станете сильными, выносливыми, гибкими, упорными, усердными.

Для этого нужно трудиться не покладая рук и тогда все получится ведь это главный залог успеха приятного с полезным!

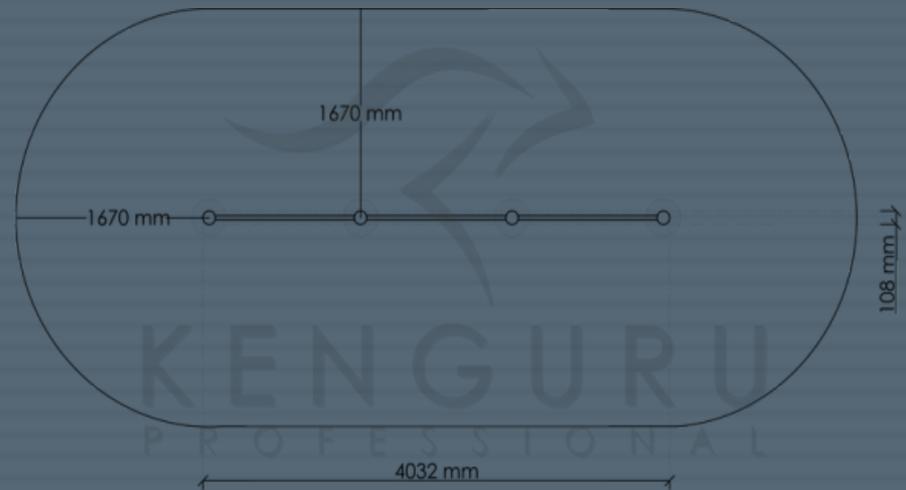
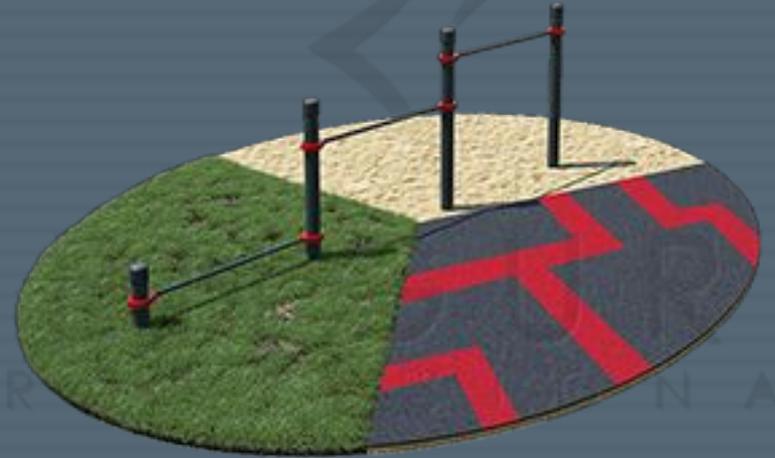


Проект Площадки



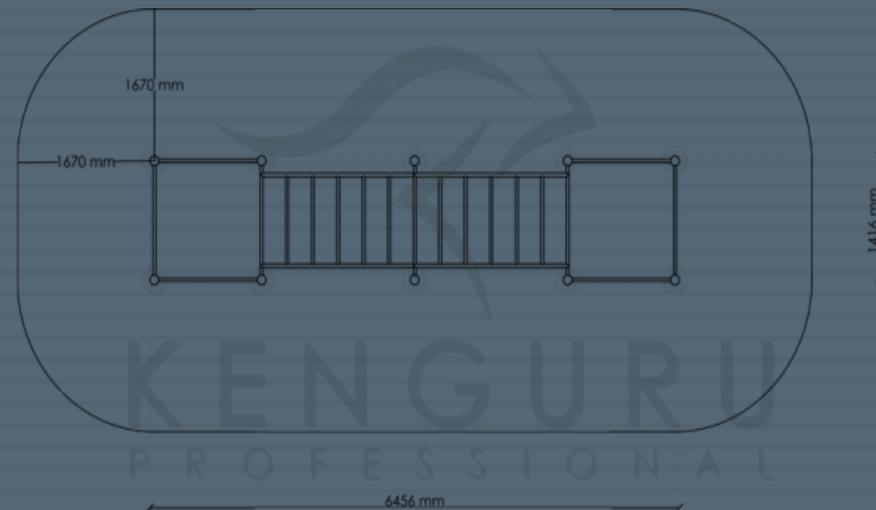
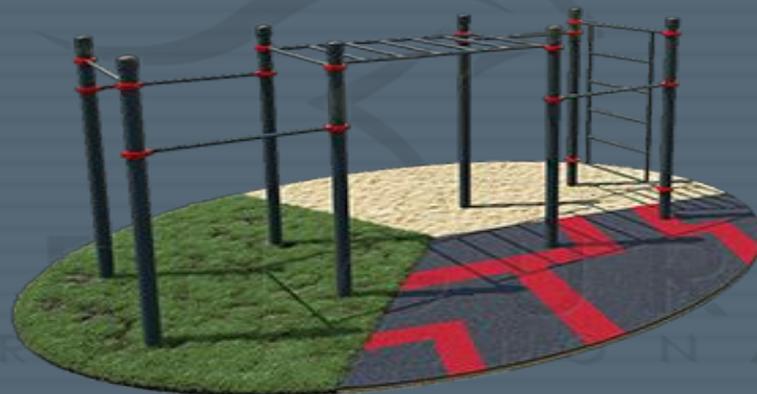
Тройной каскад турников

Комплекс состоит из четырёх вертикальных опорных столбов и трёх перекладин, расположенных на высоте 200 мм, 900 мм, 1300 мм от поверхности резинового основания. Крепёж перекладин осуществляется при помощи хомутов. Длина каждой перекладины 1200 мм. Высота столбов 400 мм, 1200 мм, 2 шт. - 1500 мм. Длина комплекса не более 4100 мм. Вес: 90 кг



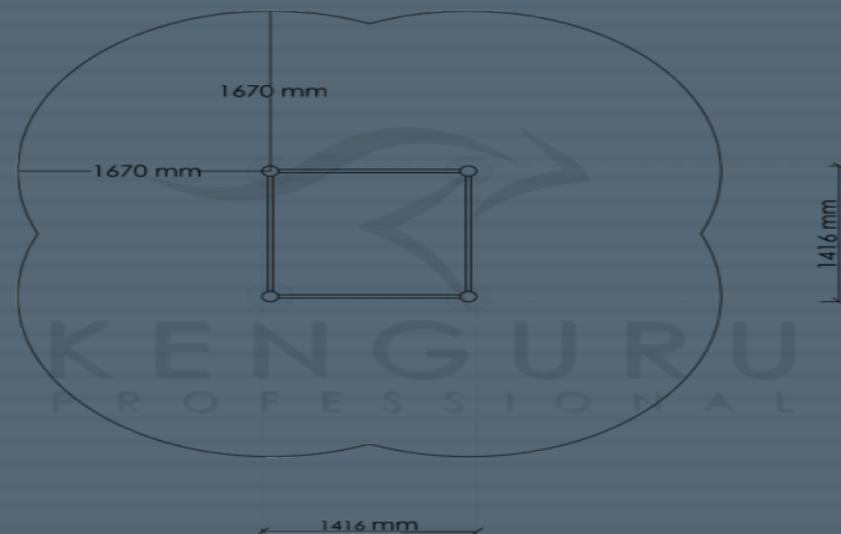
Рукоход классический двухуровневый и 6 турников

Комплекс состоит из десяти вертикальных опорных столбов высотой 2600 мм и шести перекладин длиной 1200 мм. Перекладины крепятся к опорным столбам при помощи хомутов. Высота фиксации перекладин: 2 шт. – 2400 мм, 2 шт. – 2100 мм, 2 шт. – 1800 мм. Рукоход состоит из двух секций, которые крепятся к опорным столбам при помощи хомутов на разной высоте: 2250 мм и 2400 мм. Длина каждой секции 1900 мм. Шаг рукохода 310 мм. Длина комплекса не более 6500 мм. Вес: 400 кг



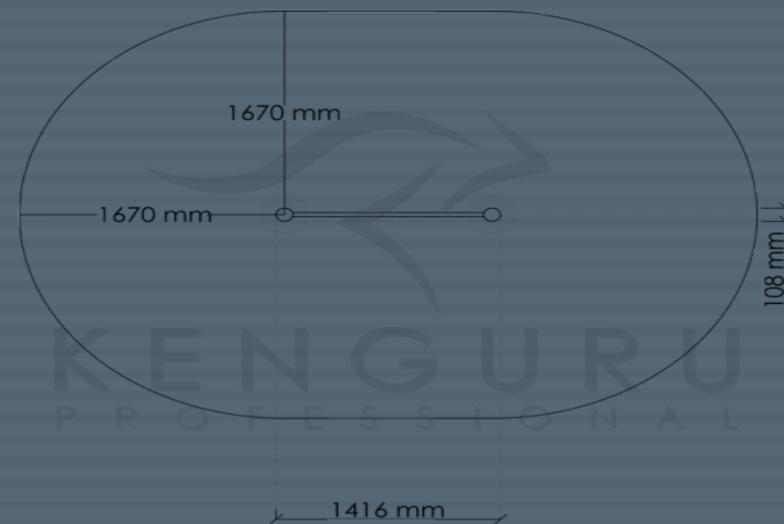
Мини-комплекс

Комплекс состоит из четырех опорных столбов высотой: 3 шт. – 2600 мм, 1 шт. - 2300мм. Шведская стенка состоит из перекладин, расстояние между которыми 370 мм. Высота шведской стенки 2000 мм. Ширина шведской стенки 1200 мм. Крепится к вертикальным опорным столбам высотой 2600 мм при помощи хомутов на высоте 2450 мм. Перекладины крепятся к опорным столбам при помощи хомутов на высоте: 1 шт - 2350 мм, 1 шт - 2200 мм и 1 шт. - 2000 мм, Длина комплекса не более 1450 мм. Вес: 190 кг



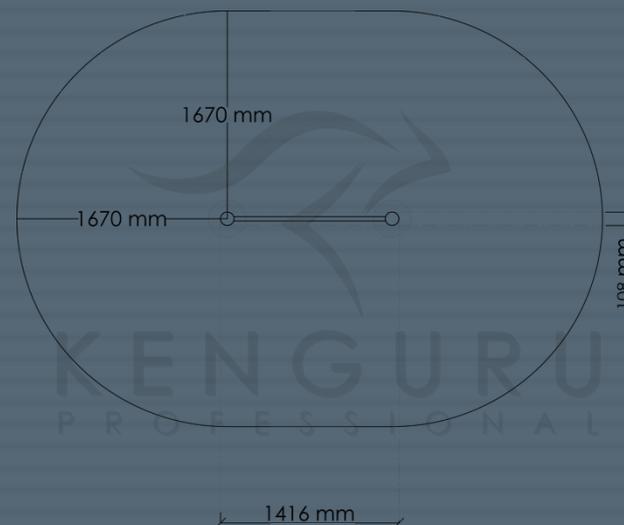
Турник «Классический»

Турник состоит из двух вертикальных опорных столбов высотой 2600 мм и горизонтальной перекладины длиной 1200 мм. Перекладина фиксируется хомутами на высоте 2500 мм. Длина комплекса не более 1450 мм. Вес: 70 кг



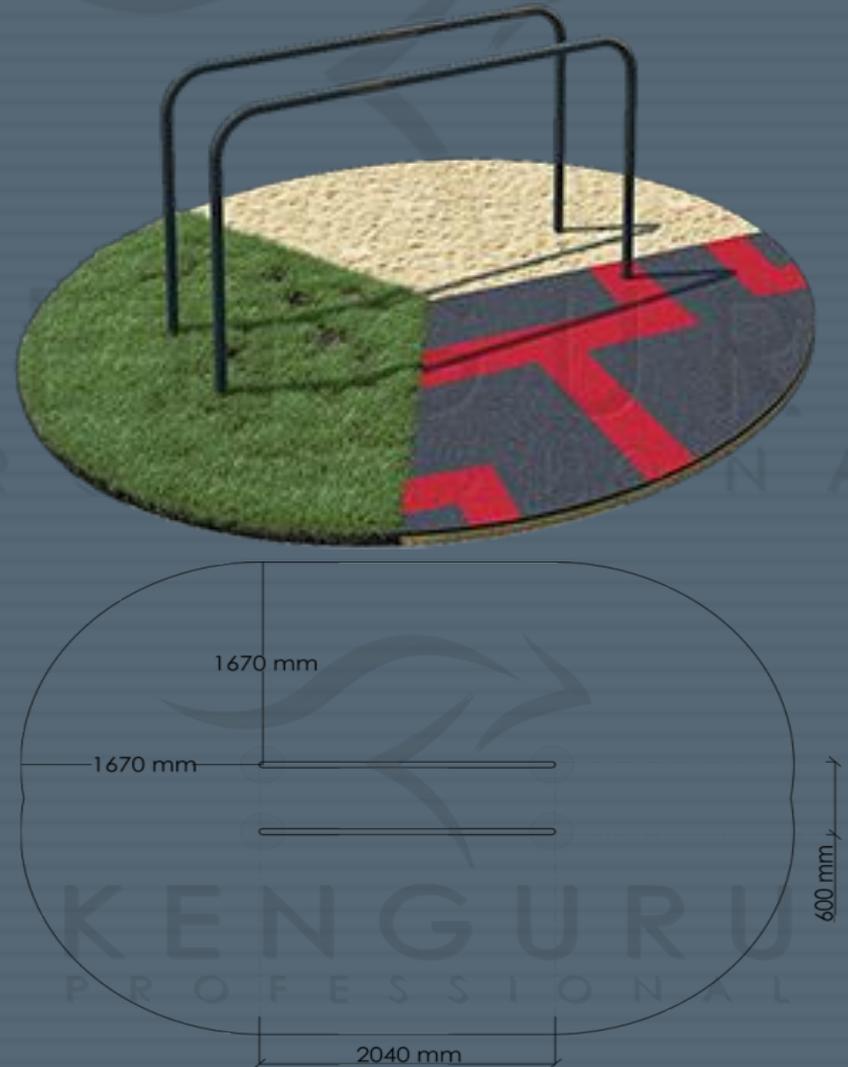
Шведская стенка

Шведская стенка состоит из перекладин, расстояние между которыми 370 мм. Высота шведской стенки 2000 мм. Ширина шведской стенки 1200 мм. Крепится к вертикальным опорным столбам высотой 2600 мм при помощи хомутов на высоте 2450 мм. Длина комплекса не более 1450 мм. Вес: 110 кг



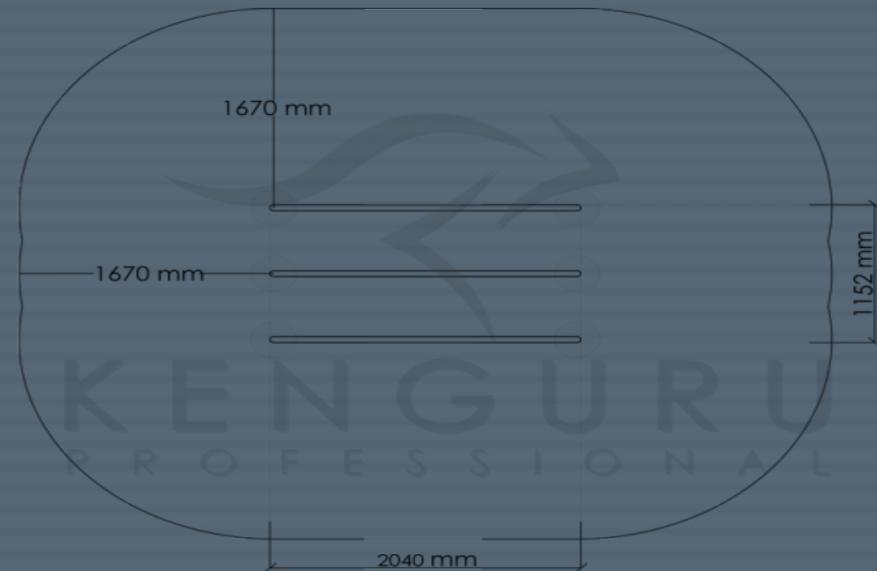
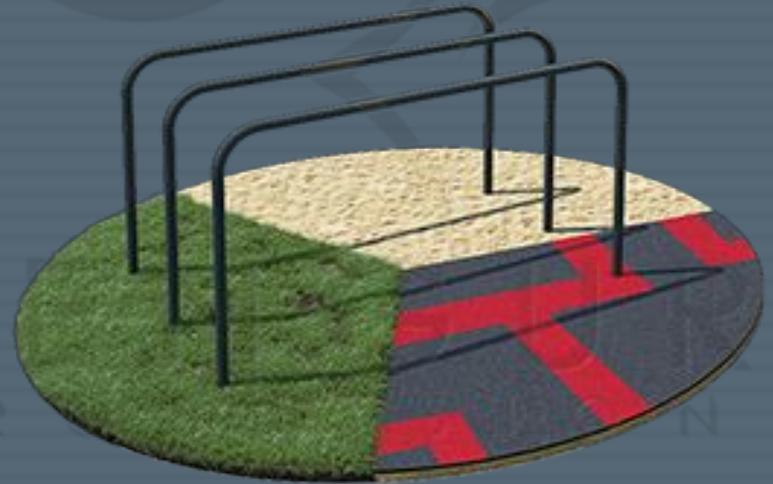
Брусья низкие параллельные

Брусья расположены параллельно. Расстояние между двумя внутренними поверхностями жердей 500 мм. Рабочая поверхность жердей 1800 мм. Жерди брусьев симметрично изогнуты под углом 90 градусов и представляют собой конструкцию высотой 1200 мм от поверхности резинового основания. Длина комплекса не более 2100 мм. Вес: 70 кг



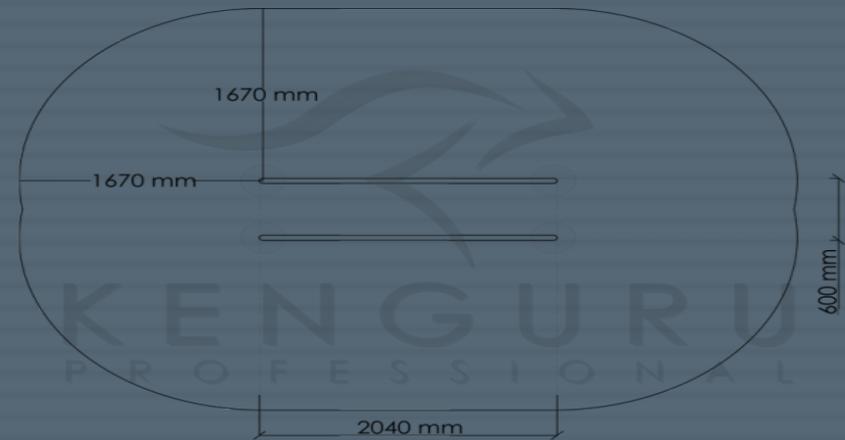
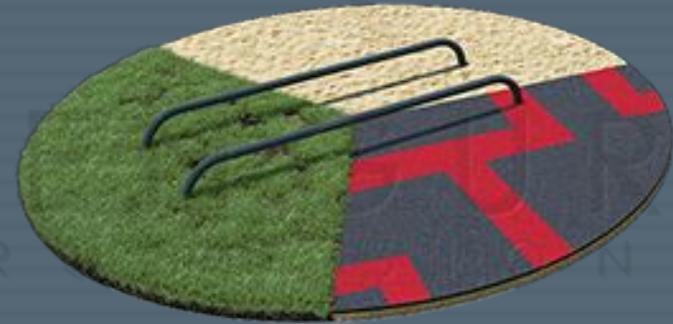
Брусья гнутые двойные для Workout

Брусья расположены параллельно. Расстояние между двумя внутренними поверхностями жердей 500 мм. Рабочая поверхность жердей 1800 мм. Жерди брусьев симметрично изогнуты под углом 90 градусов и представляют собой конструкцию высотой 1200 мм от поверхности резинового основания. Длина комплекса не более 2100 мм. Вес: 100 кг



Жерди параллельные НИЗКИЕ

Брусья расположены параллельно. Расстояние между двумя внутренними поверхностями жердей 500 мм. Рабочая поверхность жердей 1800 мм. Жерди брусьев симметрично изогнуты под углом 90 градусов и представляют собой конструкцию высотой 200 мм от поверхности резинового основания. Длина комплекса не более 2100 мм. Вес: 50 кг



Резиновое покрытие

Резиновое покрытие – это наливное покрытие из резиновой крошки, которое может укладываться ручным способом, с помощью специализированного оборудования или объединенным способом (оборудование + и ручной метод). Суперпрочное полиуретановое связующее обеспечивает наливному резиновому покрытию надежную и долговечную связь с основанием. Застывание полиуретанового клея протекает в среднем в течение суток.

