

WNIOSEK O UJĘCIE ZADANIA W BUDŻECIE OBYWATELSKIM W MIEŚCIE ELBLĄG NA ROK 2025

UWAGA! W sytuacji, kiedy zgłaszane zadanie będzie realizowane w parku, którego teren leży w kilku okręgach wnioskodawca może wybrać okręg, w którym zostanie przeprowadzone głosowanie na zadanie

NUMER OKRĘGU WYBORCZEGO - miejsce realizacji zadania (od 1 do 5)

☒ 4

ZADANIE INWESTYCYJNE

☒

MAŁY PROJEKT

☐

INICJATYWA OGÓLNOMIEJSKA

☐

Nazwa zadania*

Sitownia plenerowa na terenie II Liceum
Ogólnokształcącego dla okolicznych mieszkańców oraz
uczniów szkoły

Planowany termin
realizacji zadania

2025

Miejsce realizacji zadania

(miejscowość, ulica, nr ewidencyjny działki):

II Liceum Ogólnokształcące
ul. Krolcwicka 42

Charakterystyka zadania

Opis zadania*

(należy przedstawić szczegółowy opis zadania: ilość i rodzaj zaplanowanych elementów składowych zadania, wstępny scenariusz imprez oraz proponowaną listę zakupów w przypadku projektów miękkich), jego zakres, potrzebę realizacji oraz spodziewane efekty po realizacji, należy wskazać, jakie grupy społeczne zyskają w związku z realizacją zadania, jakie problemy zostaną rozwiązane);

Sitownia plenerowa, zlokalizowana na terenie II Liceum
Ogólnokształcącego z przeznaczeniem na ćwiczenia na świeżym
powietrzu, zarówno okolicznych mieszkańców, młodzieży szkolnej
oraz dzieciom. Zestawiając zadanie zostaje przewidziany taki
aby osoby korzystające z niego mogły ćwiczyć wszystkie
partie ciała. Szczegółowe ukształtowanie ewentualnej strefy
w dotychczasowej strefie nr 1.

Załączniki**

(np. kosztorysy, mapki, rysunki, projekty, itp.):

Szczegółowe ukształtowanie - załącznik nr 1

Kosztorys - załącznik nr 2

Opis poszczególnych urządzeń - załącznik nr 3

Załącznik nr 1.

Uzasadnienie

W dobie rosnącej świadomości zdrowotnej oraz potrzeby promowania aktywnego stylu życia, siłownia plenerowa na terenie II Liceum Ogólnokształcącego stanowi doskonałą inicjatywę. Aktywność fizyczna odgrywa kluczową rolę w zdrowiu zarówno fizycznym, jak i psychicznym. Wprowadzenie siłowni plenerowej umożliwi mieszkańcom, młodzieży oraz starszym dzieciom regularne ćwiczenia na świeżym powietrzu, co przyczyni się do poprawy ich kondycji, samopoczucia oraz ogólnej jakości życia.

Potrzeby realizacji

1. **Promowanie zdrowego trybu życia:** Coraz więcej osób zmagających się z problemami zdrowotnymi wynikającymi z braku aktywności fizycznej. Siłownia plenerowa zachęci do ruchu i wpłynie pozytywnie na zdrowie mieszkańców.
2. **Integracja społeczna:** Miejsce do ćwiczeń stanie się również przestrzenią do spotkań i integracji społeczności lokalnej. Wspólne ćwiczenia sprzyjają nawiązywaniu nowych znajomości i wzmacnianiu więzi międzyludzkich.
3. **Alternatywa dla młodzieży:** Dostęp do siłowni plenerowej na terenie szkoły stworzy młodzieży alternatywę spędzania wolnego czasu w sposób aktywny, co może wpłynąć na ograniczenie zachowań ryzykownych.
4. **Edukacja prozdrowotna:** Uczniowie oraz mieszkańcy będą mieli okazję uczyć się o korzyściach płynących z regularnej aktywności fizycznej, co może przyczynić się do kształtowania prozdrowotnych nawyków na całe życie.

Spodziewane efekty

1. **Poprawa kondycji fizycznej:** Regularne korzystanie z urządzeń siłowni plenerowej poprawi kondycję fizyczną mieszkańców, w tym młodzieży i dzieci. Może to wpłynąć na obniżenie ryzyka chorób sercowo-naczyniowych, otyłości oraz innych problemów zdrowotnych.
2. **Lepsze samopoczucie:** Aktywność fizyczna ma udowodnione działanie antydepresyjne i redukujące stres. Mieszkańcy będą mogli cieszyć się lepszym samopoczuciem i większą energią.
3. **Zwiększenie atrakcyjności terenu szkoły:** Siłownia plenerowa podniesie atrakcyjność terenu II Liceum Ogólnokształcącego, stając się miejscem chętnie odwiedzanym przez mieszkańców i przyczyniając się do pozytywnego wizerunku szkoły.
4. **Wzrost świadomości zdrowotnej:** Uczniowie i mieszkańcy będą bardziej świadomi znaczenia regularnej aktywności fizycznej, co może przekładać się na zdrowsze wybory w codziennym życiu.

Podsumowanie

Postawienie siłowni plenerowej na terenie II Liceum Ogólnokształcącego to inwestycja w zdrowie i dobrostan lokalnej społeczności. Starannie dobrane urządzenia zachęcą do aktywności zarówno dorosłych, młodzież, jak i starsze dzieci, przyczyniając się do poprawy kondycji fizycznej, integracji społecznej oraz edukacji prozdrowotnej. Siłownia plenerowa stanie się miejscem, gdzie mieszkańcy mogą spędzać czas aktywnie, ciesząc się lepszym zdrowiem i samopoczuciem.

Załącznik nr 2.



SIŁOWNIA PLENEROWA - ZESTAW II

Warunki promocji:

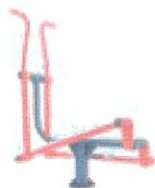
Cena promocyjna lipiec 2024:

23 990zł brutto

- Zestaw 6 urządzeń z dostawą i montażem w cenie **23 990 zł brutto**
- 6 urządzeń/8 stanowisk - zakres ćwiczeń dla wszystkich grup mięśniowych
 - Orbitrek
 - Biegacz
 - Wioślarz
 - Wahadło/Twister
 - Jeździec
 - Ławka/Prostownik pleców
- Gwarancja **60 miesięcy**
- **Dowolna kolorystyka** z palety RAL
- **Szybkie terminy realizacji**
- Komfortowe siedziska z **plyty HDPE** oraz **antypoślizgowe stopnice z ryflowanej płyty aluminiowej**
- **Transport i montaż** w cenie

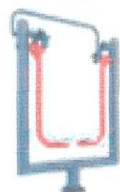
Firma Stameco zapewnia stałość cen za sprzęty oraz ceny promocyjnej za zestaw II do końca 2025r.

Wykaz poszczególnych urządzeń z cenami w lipcu 2024



ST-001
ORBITREK

cena netto: 3951,00 zł
cena brutto: 4859,73 zł



ST-005
BIEGACZ

cena netto: 3159,00 zł
cena brutto: 3885,57 zł



ST-014
WIOŚLARZ

cena netto: 3159,00 zł
cena brutto: 3885,57 zł



ST-009/ST-011
WAHADŁO/TWISTER

cena netto: 3197,00 zł
cena brutto: 3932,31 zł



ST-016
JEŹDZIEC

cena netto: 3687,00 zł
cena brutto: 4535,01 zł



ST-010/ST-020
ŁAWKA PROSTA/
PROSTOWNIK PLECÓW

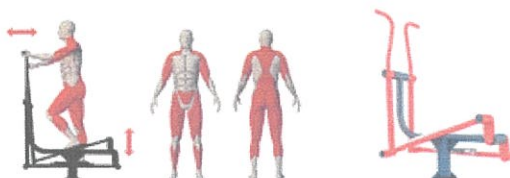
cena netto: 2660,00 zł
cena brutto: 3271,80 zł

Suma za
wybrane sprzęty
(bez promocji):
24 369,99 zł
brutto

Załącznik nr 3.

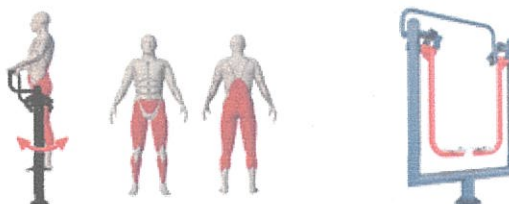
Opis poszczególnych urządzeń.

2. Orbitrek (ST-001)



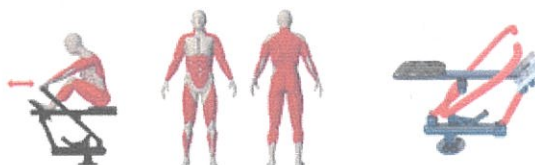
Funkcja: Wzmacnia mięśnie nóg, ramion i tułowia. Korzystnie wpływa na układ krążeniowo-oddechowy. Poprawia koordynację ruchową. Wspomaga redukcję tkanki tłuszczowej.

1. Biegacz (ST-005)



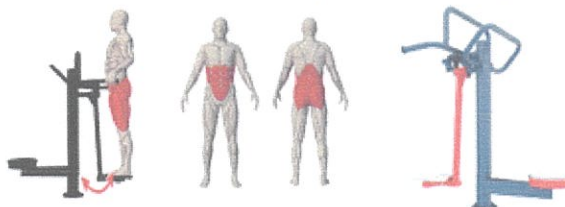
Funkcja: Wzmacnia mięśnie nóg i brzucha. Korzystnie wpływa na układ krążeniowo-oddechowy. Poprawia koordynację ruchową. Wspomaga redukcję tkanki tłuszczowej.

3. Wioślarz (ST-014)



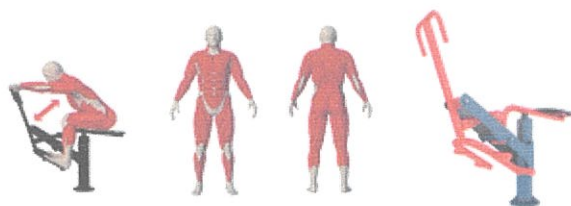
Funkcja: Wzmacnia mięśnie nóg, ramion, tułowia i pleców. Korzystnie wpływa na układ krążeniowo-oddechowy. Poprawia koordynację ruchową. Wspomaga redukcję tkanki tłuszczowej.

6. Wahadło/Twister (ST-009/ST-011)



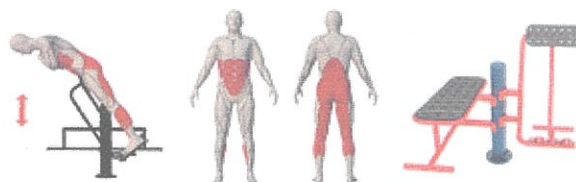
Funkcja: Wzmacnia mięśnie brzucha i bioder. Korzystnie wpływa na układ krążeniowo-oddechowy. Poprawia koordynację ruchową. Wspomaga redukcję tkanki tłuszczowej.

4. Jeździec (ST-016)



Funkcja: Wzmacnia mięśnie nóg, ramion i tułowia. Korzystnie wpływa na układ krążeniowo-oddechowy. Poprawia koordynację ruchową. Wspomaga redukcję tkanki tłuszczowej.

5. Ławka/Prostownik pleców (ST-010/ST-020)



Funkcja: Wzmacnia mięśnie brzucha i pleców.