

Ropažu novada pašvaldībai

Iesniegums Ropažu novada Pašvaldībai Sabiedrības līdzdalības budžeta finansējumam

“Ulbrokas sporta kompleksa vingrošanas zonas papildināšana ar āra spēka trenāžieri”.

1. Īstenojamā projekta apraksts un potenciālie ieguvumi vietējai sabiedrībai.

Projekta ietvaros paredzēts papildināt Ulbrokas sporta kompleksa āra vingrošanas zonu ar mūsdienīgu, multifunkcionālu āra spēka trenāžieri, kas ļautu dažādēt pieejamās fizisko aktivitāšu iespējas vietējiem iedzīvotājiem.

Šobrīd sporta kompleksā pieejami sporta spēļu laukumi, ielu vingrošanas stacija, kā arī viens āra spēka trenāžieris ar svara regulēšanas iespēju, kas paredzēts ķermeņa augšdaļas, galvenokārt, krūšu un plecu muskuļu trenēšanai. Šobrīd vingrošanas zonā nav iekārtu, kas būtu paredzētas kāju muskulatūras trenēšanai.

Šīs iniciatīvas ietvaros, piedāvāju papildināt vingrošanas zonu ar āra trenāžieri, kas nodrošinātu treniņu arī ķermeņa lejasdaļai - Omnigym pietupienu trenāžieri ar svara regulēšanas iespēju. Uz šī trenāžiera iespējams efektīvi izpildīt dažāda veida vingrinājumus - pietupienus, izklupienus u.c..

Konkrētais trenāžieris ir īpašs ar to, ka ar ērta svaru maiņas mehānisma palīdzību tam iespējams pielāgot ceļamo svaru, jeb treniņa slodzi. Vingrinājumu izpildes svara diapazons ir 20-90 kg. Tātad, katrs lietotājs to var pielāgot savai vēlamajai treniņa intensitātei un fiziskajai sagatavotībai, kas to padara par piemērotu plašai iedzīvotāju grupai.

Projekta mērķis ir veicināt iedzīvotājus nodarboties ar fiziskām aktivitātēm, piedāvājot mūsdienīgu, funkcionālu brīvpieejas sporta infrastruktūru, kas būtu piemērota visu vecuma grupu iedzīvotājiem, individuālai sportošanai.

Šāda veida trenāžieri šobrīd uzstādīti gan Ropažu novada ciemos, gan vairākās citās pašvaldībās un iedzīvotāji tos pozitīvi novērtējuši.

Trenāžieri iespējams izmantot visu gadu, neatkarīgi no laikapstākļiem.

Iekārtas specifikācija.

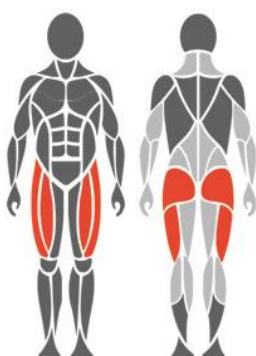
Trenāžieris OG10 – pietupienu trenāžieris.

Trenažieris primāri paredzēts pietupienu izpildīšanai, taču uz tā efektīvi iespējams veikt arī citus vingrinājumus gan ķermeņa lejasdaļai, gan augšdaļai.



- Ērts un vienkāršs svara maiņas mehānisms
- Vingrinājuma izpildes svara diapazons ar 2 svaru pakām – 20-90 kg
- Paredzēts lietotājiem no 140cm
- Paredzēts lietotājiem no 14 gadu vecuma
- EN 16630:2015 drošības atbilstības sertifikāts

Trenažieris ir īpašs ar to, ka tam iespējams ērti regulēt vingrinājuma izpildes slodzi plašā amplitūdā – no 20-90kg. Līdz ar to, uz trenažiera spēka vingrinājumus efektīvi var izpildīt dažāda vecuma un fiziskās sagatavotības līmeņa iedzīvotāji, jo katrs spēj pielāgot slodzi savām vajadzībām.



Saite uz produktu:

<https://omnigym.lv/ara-trenazieri/pietupienu-trenazieris/>

2. Ieceres skices, grafiskie un topogrāfiskie materiāli, kas ataino tā novietojumu, telpisko apjomu un iekļaušanos vidē.

Trenažieri plānots izvietot Ulbrokas sporta kompleksā, pie Ulbrokas vidusskolas – vingrošanas zonā, blakus jau iepriekšējā gadā uzstādītajam āra trenažierim un ielu vingrošanas stacijai.

Ņemot vērā, ka stadionu nākotnē plānots pārbūvēt, trenažieri iespējams uzstādīt uz pārvietojamas platformas, kas nepieciešamības gadījumā ļaus to pārvietot, ja stadionā sāksies būvdarbi. Turklāt, uzstādīšana uz pārvietojamas platformas neprasa papildus investīcijas izbūvei un ļauj projektu realizēt ātri.

Potenciālā trenažiera novietošanas vieta:



Piemērs – trenāžieri Ropažu novada Upesciemā.



3. Nepieciešamais finansējums, kas pamatots ar izmaksu tāmi.

Izmaksu pozīcija	Cena bez PVN
Pietupienu trenāžieris OG10	5600 EUR
Papildu svaru paka	1250 EUR
Pārvietojamā platforma	700 EUR
Piegāde un uzstādīšana	650 EUR
Kopā	8200 EUR

Nepieciešamais finansējums ar PVN – 9922,00 EUR.

4. Iespējamie darbu veicēji vai preču un pakalpojumu piegādātāji.

SIA “Omnigym Latvia” – oficiālais izplatītājs Latvijā. (www.omnigym.lv)

5. Informācija par paredzamo projekta īstenošanas laiku vai darba grafiku, kā arī sagaidāmajām uzturēšanas izmaksām pēc iniciatīvas īstenošanas.

Trenāžieru piegāde tiek nodrošināta 4-6 nedēļu laikā no līguma parakstīšanas brīža.

Iekārtu ieteicams uzstādīt pavasarī vai vasarā, lai cilvēkiem būtu iespēja sākt to izmantot gada siltajā periodā.

Izplatītājs veic iekārtu apsekošanu un apkopes 3 mēnešus, 12 mēnešus, 24 mēnešus un 36 mēnešus pēc uzstādīšanas.

Trenāžieriem tiek nodrošināta 3 gadu garantija, kā arī ražotāja papildu garantija:

- 5 gadu garantija trenāžiera rāmim
- 20 gadu garantija pret izrūsēšanu

Apliecinu, ka:

- projekta realizēšanas vieta ir sabiedrībai pieejama, publiskā lietošanā esoša, pašvaldībai piederoša vai piekritoša publiskajai ārtelpai;
- projekts ir saistīts ar apkaimes infrastruktūras uzlabošanu, tam būs konstatējama paliekoša un sabiedriski nozīmīga vērtība;
- projekta rezultāts būs neierobežoti pieejams visai sabiedrībai, arī ja tiks radīts intelektuālais īpašums, pēc projekta pabeigšanas to neaprobežos autortiesības vai blakustiesības;
- projektu iespējams īstenot 24 mēnešu laikā;
- projekta izmaksas nepārsniedz 1/10 daļu no tekošā gada Sabiedrības līdzdalības budžetam atvēlētā finansējuma.

- piekrītu projekta daļējai īstenošanai;
- - kopējā projekta tāmē ir iekļauti izdevumi 15% apmērā, kas saistīti ar būvprojekta izstādi, būvuzraudzību un autoruzraudzību, kā arī aptuvenš iespējamo izmaksu pieaugums (orientējoši 10%), kas var rasties laikā starp projekta iesniegšanu un tā realizāciju.

DOKUMENTS PARAKSTĪTS AR DROŠU ELEKTRONISKO PARAKSTU UN
SATUR LAIKA ZĪMOGU.