

Пояснительная записка к проекту благоустройства спортивной площадки для "Workout"

Общие сведения и рекомендации.

Спортивная площадка — это специально оборудованное плоскостное спортивное сооружение, предназначенное для организации и проведения физкультурно-оздоровительной работы и спортивно-развлекательных игр.

Современная спортивная площадка — это совокупность целого комплекса работ, специальных покрытий и необходимого для занятия различными видами спорта оборудования.

Существуют игровые спортивные площадки: для футбола, регби, хоккея, волейбольные, баскетбольные, бадминтонные, теннисные корты, скейт - парк, площадка для воркаута, а также универсальные спортивные площадки.

Общие рекомендации при проектировании спортивной площадки:

- применять ударопоглощающие покрытия;
- предусматривать на спортивных площадках места для сидения, оборудованные урнами, навесами для защиты от ветра, осадков и прямых солнечных лучей;
- обеспечивать места активной рекреации элементами освещения и озеленения;
- предусматривать уклон поверхности площадок 1–2% для удаления дождевых стоков;
- информационные стенды с описанием правил пользования оборудованием и телефонами экстренных служб.

Площадка для воздушно-силовой атлетики (площадка для воркаута).

Воркаут — это уличная гимнастика, которая может быть отнесена к любительскому виду спорта, физической культуре (фитнесу) и представляет собой спортивную субкультуру. Включает в себя выполнение различных упражнений на уличных спортплощадках, а именно на турниках, брусьях, шведских стенках, рукоходах и прочих конструкциях, или вообще без их использования (на земле). Основной акцент делается на работу с собственным весом и развитие силы и выносливости.

Рекомендуемый размер площадки для воркаута составляет от 15 до 200 кв. м. в зависимости от количества доступного пространства.

На такой площадке следует размещать физкультурно-оздоровительные и спортивные устройства и/или их комплексы (турники, брусья, шведские стенки, горизонтальные лестницы, оборудование для функционального тренинга и единоборств, различные виды уличных тренажеров). Оборудование должно быть доступным для всех возрастных групп, а также для людей с ограниченными возможностями здоровья. При размещении спортивного оборудования необходимо соблюдать минимальные расстояния безопасности. В пределах этих расстояний не должны размещаться другие элементы благоустройства, такие как урны, скамейки, бортовые камни и твердые виды покрытия, а также элементы озеленения.

Данные площадки допускается располагать на расстоянии 10 м от окон жилых домов без дополнительных шумозащитных мероприятий.

На площадке для воркаута необходимо устанавливать информационный стенд с описанием правил поведения, инструкциями по использованию спортивного оборудования, телефонами экстренных служб.

Озеленение рекомендуется размещать по периметру площадки, высаживая быстрорастущие деревья на расстоянии от края площадки не менее 2 м. Не рекомендуется применять деревья и кустарники, имеющие блестящие листья, дающие большое количество летящих семян, обильно плодоносящих и рано сбрасывающих листву. Для ограждения площадки возможно применять вертикальное озеленение.

Освещение. Элементы осветительного оборудования должны соответствовать масштабу территории. Для общего освещения следует применять опоры, высотой 3-4 м. На больших площадях допустимы опоры высотой 6-9 м.

При расчете освещения использовать следующие регламентирующие документы: ВСН 1-73 – «Нормы электрического освещения спортивных сооружений»; МГСН 2.06-99 «Естественное, искусственное и совмещенное освещение DIN EN 12193. Свет и освещение – освещение спортивных сооружений»; СП 31-115-2006 «Открытые плоскостные физкультурно-спортивные сооружения»; ГОСТ Р 55706-2013 «Освещение наружное утилитарное. Классификация и нормы»; СП 52.13330.2016 «Естественное и искусственное освещение. Актуализированная редакция СНиП 23-05-95».

Проектное предложение.

В данном проекте разработана площадка для воздушно-силовой атлетики/ площадка для воркаута. Размер площадки 15,3 м. в длину и 13 м. в ширину, площадью 198,90 м².

На площадке размещается следующее оборудование: два спорткомплекса "Workout": турники разного уровня для всех возрастных групп, турники для отжиманий, шведская стенка, скамья наклонная для прессы с упором, брусья параллельные, перекладина с кольцами для подтягивания, рукоход, пресс брусья, змейка перекладина; тренажеры для жима от груди и для жима ногами; скамьи, урны, теневые навесы, опоры освещения, которые представлены в табл.1. Технические характеристики и описание оборудования указано в приложении 1.

Освещение. Площадка для воркаута не входит в список регламентируемых по освещению видов спорта. Потому был принят минимальный норматив для открытых спортивных площадок в 70 лк при неравномерности освещения 0,4.

Для получения необходимого уровня освещенности предлагается применить светодиодные светильники прожекторного типа "FLA" мощностью 100 Вт. (предназначенные для общего освещения улиц, дорог, площадей, кварталов и наружного освещения различных объектов) с установкой на опоры высотой 9 м. Прожектор укомплектован поворотным кронштейном, что позволяет сделать более равномерную освещенность. Опора для осветительной установки должна соответствовать цвету прожектора.

Озеленение. За рекомендациями и проектированием по озеленению для площадки обращаться в Ботанический сад-институт ДВО РАН, Амурский филиал, Игнатьевское шоссе 2 километр,1, +7 (4162) 209-609, botsad-amur.ru.

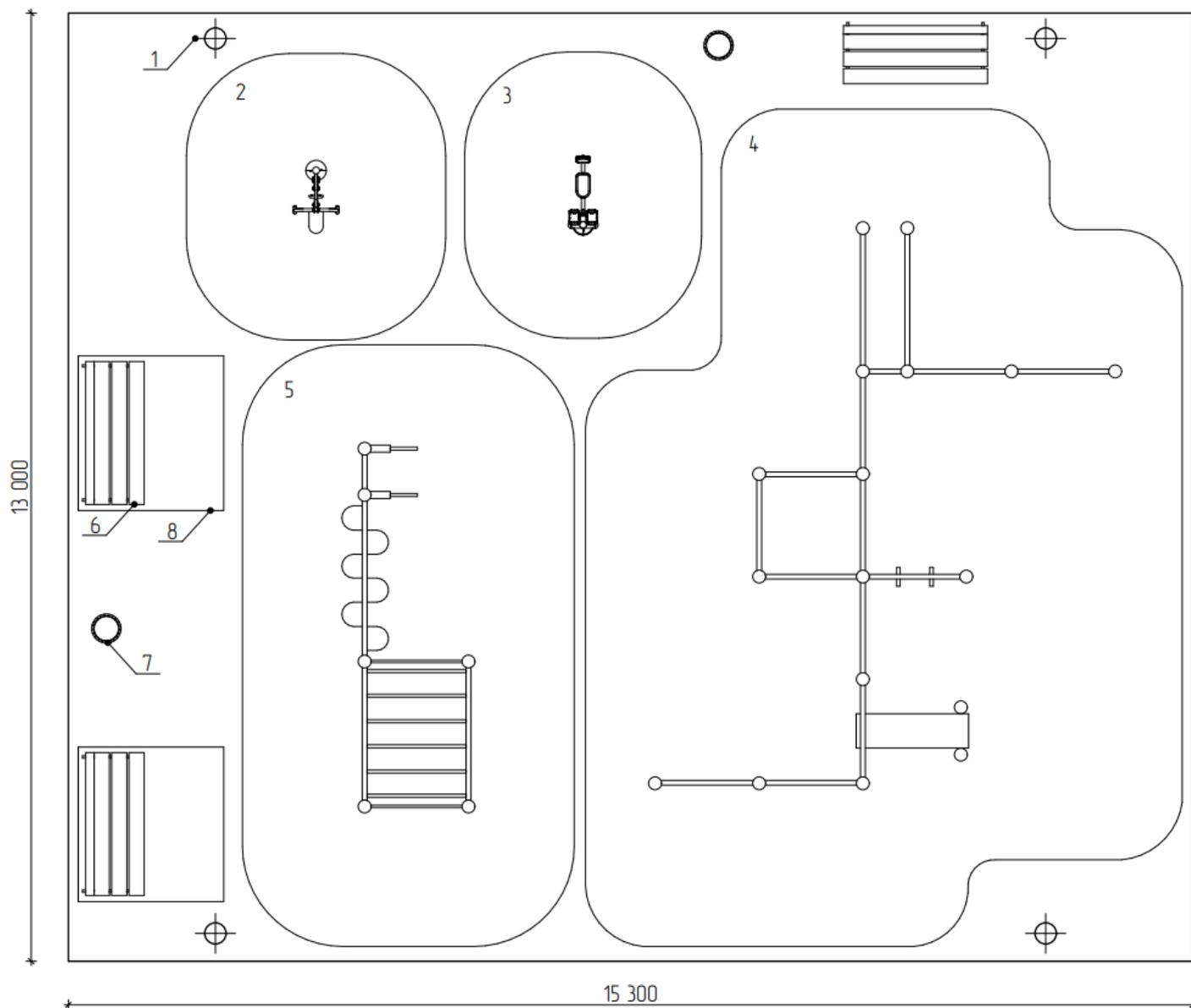
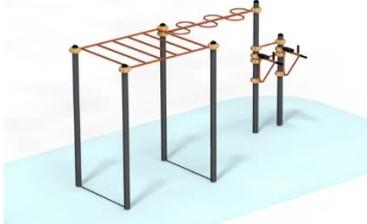


Рисунок 1. План площадки для воркаута



Табл.1. Расчет стоимости оборудования для спортивной площадки
(площадка для воркаута)

№	Изображение	Наименование	Количество	Стоимость за ед.	Сумма
1		Светодиодный светильник FLA 200A-100-850-WL (100Вт.)	4	20 400	81 600
2		Опора ОКК-8-4(3) Н - 9 м., кронштейн К2-1,5-1,5-1-1, фундамент ФМ- 0,159-2,5-300- М27.4-20.00	4	52 955	211 820
3		Спорткомплекс "Workout" Чемпион	1	219 700	219 700
4		Спорткомплекс "Workout" Чемпион	1	108 450	108 450

5		Тренажер уличный жим от груди	1	69 050	69 050
6		Тренажер уличный жим ногами	1	62 850	62 850
7		Скамейка на металлическом каркасе	3	22 680	68 040
8		Урна «Эстель круглая»	2	9 900	19 800
9		Навес «Модерн Уни» без скамейки	2	102 465	204 930
10		Закладная деталь "ЁЖ" для установки тренажеров в земляной грунт	2	2 000	4 000
11	Итого				1 050 240

Нормативные документы, регламентирующие устройство спортивных площадок:

- правила благоустройства;
- СП 42.13330.2016 «Градостроительство, планировка и застройка городских и сельских поселений»;
- СП 82.13330.2016 «Благоустройство территорий»;
- СП 31-115-2006 «Открытые плоскостные физкультурно-спортивные сооружения»;
- Технический регламент 042/2017 «О безопасности оборудования для детских игровых и спортивных площадок»;
- национальные стандарты, которые распространяются на объекты благоустройства;
- ГОСТ Р 56446-2015 «Оборудование гимнастическое. Общие требования безопасности и методы испытаний»;
- ГОСТ Р 56435-2015 «Оборудование гимнастическое. Шведские стенки, решетчатые лестницы, каркасные конструкции для лазания. Требования безопасности и методы испытаний»;
- ГОСТ Р 57538-2017 «Тренажеры стационарные уличные. Общие требования безопасности и методы испытаний»;
- ГОСТ Р 56445-2015 «Тренажеры стационарные. Общие требования безопасности и методы испытаний»;
- ВСН 1-73 – «Нормы электрического освещения спортивных сооружений»;
- МГСН 2.06-99 «Естественное, искусственное и совмещенное освещение DIN EN 12193. Свет и освещение – освещение спортивных сооружений»;
- СП 31-115-2006 «Открытые плоскостные физкультурно-спортивные сооружения»;
- ГОСТ Р 55706-2013 «Освещение наружное утилитарное. Классификация и нормы»;
- СП 52.13330.2016 «Естественное и искусственное освещение. Актуализированная редакция СНиП 23-05-95».