OBEC PULEČNÝ
Pulečný 26, 468 02 Rychnov u Jablonce nad Nisou
IČO:00832332, tel. 483 388 296, 775 574 270, e-mail: info@pulecny.cz

V Pulečném dne 7.2.2020

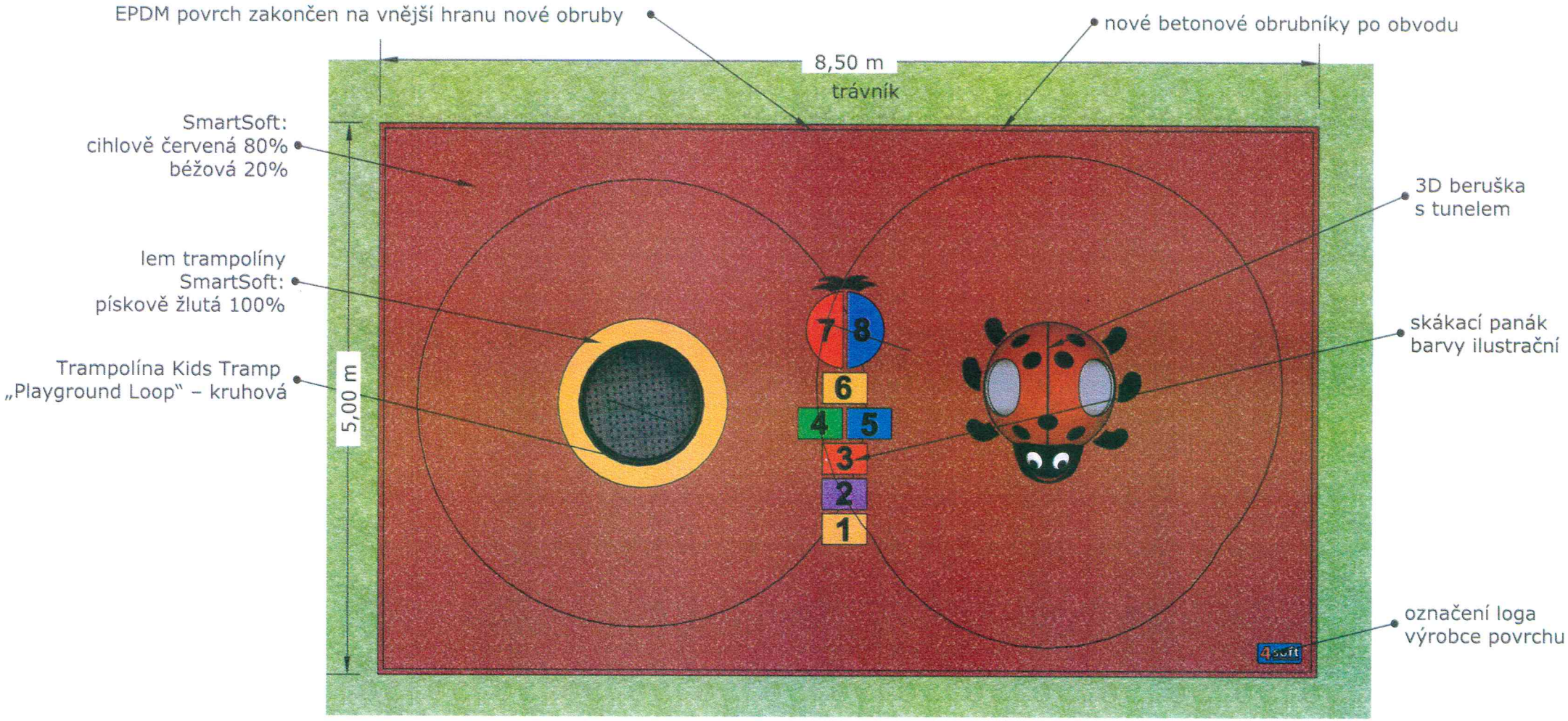
Technologický postup realizace akce

Návrh řešení postupné úpravy území vychází ze schváleného projektu zóny obnovy centra obce Pulečný. Veškerá stavební činnost při budování volnočasového aktivního i pasivního sportoviště je navržena na pozemku p.č.234, který je součástí zóny obnovy centra obce Pulečný.
Stavební zábor části pozemku p.č. 234 je navržen v jeho jižní části, v ploše 79 m^2 a to zejména s ohledem na navrženou specifikaci volnočasových zařízení (prvků). Přesné určení celkové plochy vychází z požadavku na umístění 4ks fitness prvků (plocha 36 m^2) a 3 ks prvků dětského hřiště s pružnou dopadovou vrstvou (plocha 43 m^2) – viz příloha.
Po sejmutí ornice a provedení srovnávací roviny hrubých terénních úprav, budou provedeny podkladní štěrkové vrstvy ve frakcích a mocnostech dle technologických předpisů dodavatelů finálního povrchu. Do zhutněného podloží budou provedeny veškeré kotevní a osazovací prvky pro jednotlivá zařízení a po obvodu plochy budou umístěny betonové obruby. Na vymezenou část pro dětské prvky bude následně položen pružný povrch dopadové plochy. Zbývající část, na které budou osazena zařízení fitness, bude upravena v přírodním rázu, to je kombinace perku a travního koberce. Osazení a montáž zařízení herních prvků a zařízení fitness, bude provedeno souběžně s dokončovacími úpravami terénních a sadových prací.

Jana Mališová
starostka obce

Půlečný, plocha pro aktivní odpočinek
Varianta E - celková výměra EPDM: ***43,0 m2***

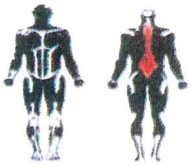
Veškerá grafika je vyrobena z plně probarveného EPDM



6000,0 mm
6000,0 mm

Venkovní posilovací stroj

Masážní zařízení XC - 02



Typ produktu: Masáž a relaxace

Funkce: Opřete se zády o sloupek a provádějte pomalý vertikální a horizontální pohyb.

Použití: Opřete se zády o sloupek zařízení a provádějte pomalý pohyb, a to buď vertikální, nebo horizontální.

Provádění: Doporučujeme využívat po cvičení k uvolnění a zrelaxování používaných svalů zad, pasu a k odpočinku mezi cvičeními. Budete-li cítit jakoukoliv bolest, cvičení přerušte.

Poznámka: Maximální hmotnost uživatele je 120 kg. Druhé osobě je zakázán vstup do vzdálenosti 2 m od uživatele. Zařízení smí užívat pouze osoby vyšší 140 cm. Jiné než uvedené použití je zakázané.

Pro 2 osoby

Rozměry: 1290 x 680 x 1700 mm

Hmotnost: 66 kg

Instalace: 2 osoby; 2,5 hodiny

Požadavek na beton: 0,2 m^3

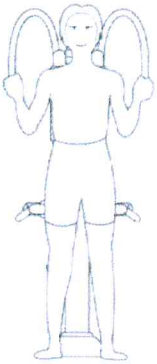
Počet základů: 2

Instalace na pevný povrch: ano

Barevné provedení: antracit / zelená

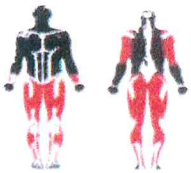
Zařízení je v souladu s normou:

ČSN EN 16630



Venkovní posilovací stroj

Elipsovité zařízení XC - 05



Typ produktu: Cvičební, rozvoj koordinace těla

Funkce: Zvyšuje pohyblivost horních i dolních končetin a zlepšuje ohebnost kloubů.

Použití: Pevně uchopte rukojeti oběma rukama a postavte se na pedály. Pohybujte pažemi a nohama dopředu a dozadu jako při chůzi.

Provádění: Doporučujeme 3 - 5 cvičení po 3 minutách s minutovou přestávkou a dále podle fyzického stavu cvičící osoby. Budete-li cítit jakoukoliv bolest, cvičení přerušte.

Poznámka: Maximální hmotnost uživatele je 120 kg. Druhé osobě je zakázán vstup do vzdálenosti 2m od uživatele. Zařízení smí užívat pouze osoby vyšší 140 cm. Jiné než uvedené použití je zakázané.

Pro 1 osobu

Rozměry: 1270 x 530 x 1480 mm

Hmotnost: 59 kg

Instalace: 2 osoby; 2,5 hodiny

Požadavek na beton: 0,15 m^3

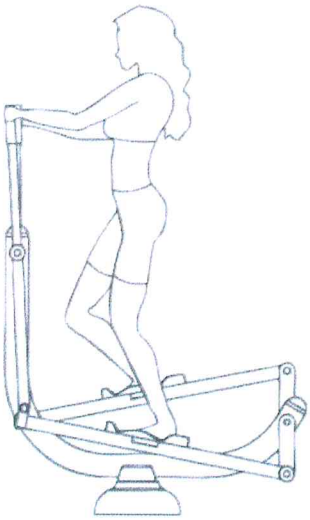
Počet základů: 1

Instalace na pevný povrch: ano

Barevné provedení: antracit / zelená

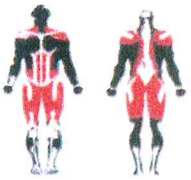
Zařízení je v souladu s normou:

ČSN EN 16630



Venkovní posilovací stroj

Procvičování chůze XC - 07



Typ produktu: Cvičební

Funkce: Zvyšování pohyblivosti spodních končetin, zlepšování koordinace a rovnováhy těla, zvyšování kapacity srdce a plic, posilování nohou a hýžďových svalů.

Použití: Uchopte rukojeť a postavte se na pedály, upravte Vaše těžiště a pohybujte nohama střídavě vpřed a vzad. Nohy vždy střídejte a nepohybujte oběma nohama ve stejném směru.

Provádění: Doporučujeme minimálně desetiminutovou chůzi běžným tempem a dále podle fyzického stavu cvičící osoby. Budete-li cítit jakoukoliv bolest, cvičení přerušte.

Poznámka: Maximální hmotnost uživatele je 120 kg. Druhé osobě je zakázán vstup do vzdálenosti 2 m od uživatele. Zařízení smí užívat pouze osoby vyšší 140 cm. Jiné než uvedené použití je zakázané.

Pro 1 osobu

Rozměry: 1075 x 535 x 1390 mm

Hmotnost: 72 kg

Instalace: 2 osoby; 2,5 hodiny

Požadavek na beton: 0,15 m³

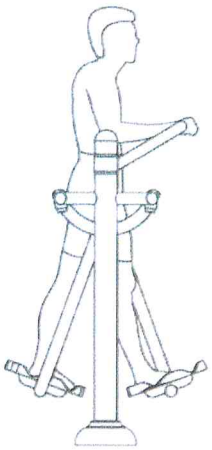
Počet základů: 1

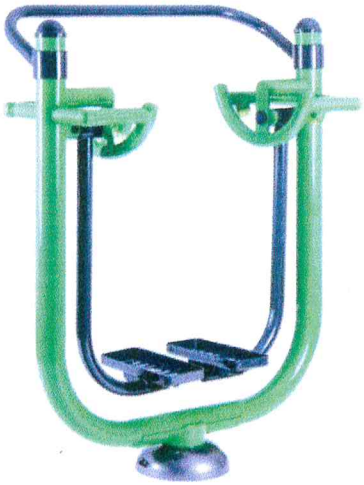
Instalace na pevný povrch: ano

Barevné provedení: antracit / zelená

Zařízení je v souladu s normou:

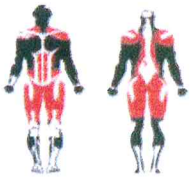
ČSN EN 16630





Venkovní posilovací stroj

Jezdecké zařízení XC - 08



Typ produktu: Cvičební

Funkce: Posilování svalů horních a dolních končetin, pasu, spodní části břicha a hrudníku. Možnost kompletního protažení těla.

Použití: Posaďte se na sedátko, chodidla položte do pedálů a rukama uchopte rukojeti. Tlačte nohama směrem od sebe a rukama směrem k sobě - sedák se s vámi začne zvedat. Pomalu se vraťte do výchozí polohy.

Provádění: Doporučujeme 3 série po 10 - 15 cvicích s minutovou přestávkou mezi sériemi a dále podle fyzického stavu cvičící osoby. Budete-li cítit jakoukoliv bolest, cvičení přerušte.

Poznámka: Maximální hmotnost uživatele je 120 kg. Druhé osobě je zakázán vstup do vzdálenosti 2 m od uživatele. Zařízení smí užívat pouze osoby vyšší 140 cm. Jiné než uvedené použití je zakázané.

Pro 1 osobu

Rozměry: 1060 x 600 x 1160 mm

Hmotnost: 47 kg

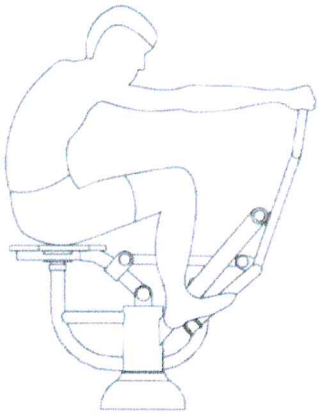
Instalace: 2 osoby; 2,5 hodiny

Požadavek na beton: 0,15 m^3

Počet základů: 1

Instalace na pevný povrch: ano

Barevné provedení: antracit / zelená

Zařízení je v souladu s normou:

ČSN EN 16630