

PROJEKT IZGRADNJE SPREHAJALNE IN TRIM STEZE »EKOFIT BONOVČEK«



Uvod

Občina Medvode, se lahko pohvali s čudovito umestitvijo v naravno okolje osrednje slovenske regije, saj jo obdaja Polhograjsko hribovje, nižinsko pobočje ter na drugi strani sotočje rek Save in Sore. Torej prostor oziroma okolje, ki nudi posamezniku ali skupini nešteto različnih možnosti športnega udejstvovanja in sočasnega opazovanja turističnih in kulturnih znamenitosti.

Sprehajalna in trim steza Ekofit Bonovček bo tako predstavljala odlično dodano vrednost športno- rekreativne ponudbe tako za občane kot tudi vse ostale obiskovalce, ki bi želeli izkoristiti svoj prosti čas v naravnem okolju.

Cilji projekta in ciljne skupine:

Primarni cilj projekta je prispevati k bolj dinamičnemu bivalnemu okolju in izboljšanju življenjskih pogojev ter možnosti razvoja dodatnih dejavnosti in ponudbe v občini. Pravzaprav gre za dograditev nove sorodne športne infrastrukture k obstoječi, s čimer bo vadba v Nordijskem centru Bonovec Medvode in njegovi okolici možna v vseh letnih časih. Zagotoviti želimo brezplačno športno rekreativno udejstvovanje različnim generacijam in izboljšati psiho-fizično počutje posameznikov ali skupin v vseh starostnih skupinah (otroci, mladostniki, odrasli in starostniki), športni klubi in ostala populacija občanov Občine Medvode ter tudi ostali obiskovalci in turisti).

Pričakovani rezultati:

- Povečana športno rekreativna aktivnost občanov za 10% in s tem vpliv na podaljšanje življenjske dobe občanov.
- Ohranitev in povečanje psihofizične kondicije občanov v vseh starostnih obdobjih
- Zagotovljena brezplačna dostopnost športno rekreativnega udejstvovanja za vse občane in druge obiskovalce.
- Dodatna atraktivna ponudba občine, ki poveča prehod turistov in drugih obiskovalcev, katerih zanimanje je športno rekreativni turizem.
- Povečano udejstvovanje ranljivih skupin in s tem zmanjšanje vpliva sedalnega načina življenja.

Izvedbeni načrt:

Izgradnja projekta sprehajalne in trim steze bo potekala na podlagi trajnostnega pomena uporabe naravnih materialov v vsakdanjem življenju. Z obiskom sprehajalne in trim steze bodo vadeči obiskovalci na nevsiljiv način spoznali pomen športnega udejstvovanja, njegov dobrodejni vpliv, pomen sprostitve in rednega gibanja v naravnem okolju ter nenazadnje pomen ekološke uporabe materialov.

Faze projekta:

Izgradnja sprehajalne in trim steze bo potekala po naslednjih fazah:

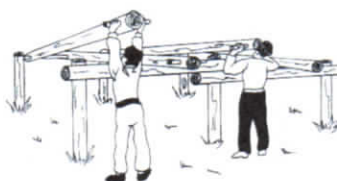
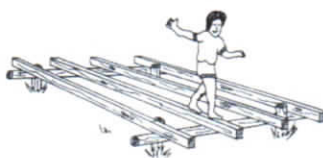
- Izgradnja in ureditev sprehajalne in trim steze po že obstoječi gozdni poti.
- Faza ureditve dovozne poti do fitnesa na prostem (že obstoječ objekt).
- Faza izgradnje in ureditev sprehajalne in trim steze

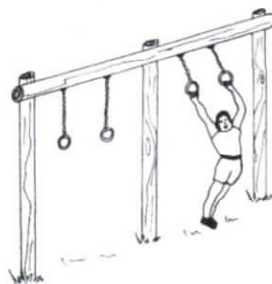
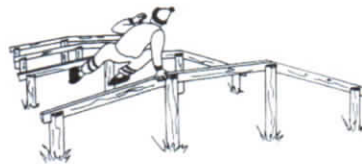
Ureditev sprehajalne in trim steze

Trim steza vsebuje 10. vadbenih postaj različnih težavnostnih stopenj namenjenih krepitvi vseh mišičnih skupin. Predvidena dolžina proge je 3,5 km ter ima cca 150 m višinske razlike. Po trim stezi bo vodila označba "Ekofit Bonovček". Na začetku bo informacijska tabla z grafičnim prikazom poteka vadbe, višinskimi razlikami, stopnjo težavnosti, številom vadbenih postaj ter nasveti za izvedbo in navodili vedenja v naravnem okolju.



Primeri vadbenih postaj iz naravnega lesa, ki ne bodo kazili naravnega okolja:





Medvode, 6.11.2017



Javni zavod Sotočje Medvode