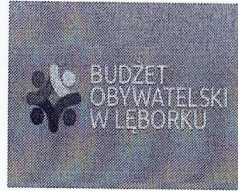


Załącznik nr 2  
do Zarządzenia Nr 92/2016  
Burmistrza Miasta Lęborka z dnia 14 lipca 2016 r.



## Formularz zgłoszenia projektu

### do zrealizowania w ramach Budżetu Obywatelskiego w Lęborku

D.K.  
R

#### 1. Podstawowe informacje:

a) Kategoria projektu:

Duży projekt - zadanie inwestycyjne, o wartości od 40 001 zł do 200 000 zł,

b) Tytuł projektu (maksymalnie 150 znaków, w tym spacje):

WEŹ TO NA KLATĘ - STREFA CROSSFITU W PARKU MICHALSKIEGO.

c) Wnioskodawca/y:

Sławomir Łukaszuk, Małgorzata Marjuszyc - Łukaszuk

d) Lokalizacja projektu:

Park im. Mieczysława Michalskiego w Lęborku

e) Szacunkowy koszt projektu:

200.000 zł

f) Kontakt do wnioskodawcy / wnioskodawców (należy podać imię, nazwisko, numer telefonu oraz o ile to możliwe adres e-mail):

#### 2. Opis skrótowy projektu (maksymalnie 500 znaków, w tym spacje):

Projekt zakłada rozbudowę istniejącego w parku im. Mieczysława Michalskiego Placu Sportów Miejskich o dodatkowe elementy służące do uprawiania coraz popularniejszej dziedziny sportu zwanej CrossFitem.



**3. Pełny opis projektu wraz z uzasadnieniem (należy przedstawić opis projektu, w tym jego główne założenia i działania, które będą podjęte przy jego realizacji wraz z ewentualnym uzasadnieniem potrzeby realizacji projektu, opisem istniejących problemów i sposobu ich rozwiązania poprzez realizację projektu – maksymalnie 2500 znaków)**

Celem projektu jest wyposażenie Placu Sportów Miejskich o dodatkowe elementy umożliwiające trenującym już użytkownikom rozwój o pokrewną, zyskującą coraz większą w naszym kraju popularność, dyscyplinę sportową zwaną CrossFitem.

CrossFit, to nic innego jak wytrzymałościowo - siłowy system treningowy, którego głównym założeniem jest poprawa ogólnej sprawności fizycznej, poprzez doskonalenie następujących cech motorycznych.

- sprawności układu sercowo – naczyniowo – oddechowego;
- wytrzymałości siłowej;
- siły;
- gibkości;
- dynamiki;
- szybkości;
- koordynacji;
- zwinności;
- równowagi;
- celności/precyzji.

CrossFit stanowi fundament aktywności fizycznej, tę znaną z życia codziennego, sportową, a także wykorzystywaną w warunkach ekstremalnych.

Uprawiać CrossFit mogą wszyscy, ponieważ w trakcie zajęć sami wyznaczamy sobie ilość oraz granicę ćwiczeń. W propozycji znajduje się kilka specjalistycznych urządzeń, które stymulują odpowiednie partie ciała, takie jak mięśnie nóg, pleców, barków.

Dzięki swojej wszechstronności i skuteczności CrossFit jest systemem, z którego na całym świecie korzystają jednostki specjalne, służby mundurowe oraz zawodnicy różnych dyscyplin sportowych. Dla wielu osób trening na naszym placu będzie doskonałym sposobem na utrzymanie dobrego samopoczucia, zdrowego stylu życia i atrakcyjnej sylwetki.

Zestaw winien zawierać:

- koła gimnastyczne;
- ścianki do wspinaczki lub ćwiczeń stania na rękach;
- worek bokserski;
- drążki;
- ścianka linowa do wspinaczki;
- lina battle rope przeznaczona do ćwiczeń siłowo-wytrzymałościowych;

- poręcze równoległe do ćwiczenia ramion;
- twister do ćwiczenia bioder;
- równoważnię do ćwiczenia zmysłu równowagi;
- kostki poliuretanowe różnych wysokości ;
- walce poliuretanowe do ćwiczeń slalomu, które także mogą być użytkowane jako stepper.

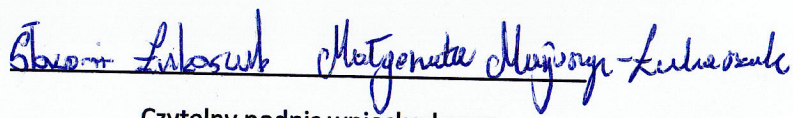
Strefa do uprawiania CrossFitu znajdzie swoich odbiorców wśród dzieci, młodzieży, a także dorosłych. Umieszczenie urządzeń stanowi kontynuację trendu uatrakcyjniania Parku im. Mieczysława Michalskiego, przez które staje się ono miejscem przyjaznym dla rodzin i obiektem sportowo-rekreacyjnym na wolnej przestrzeni.

Plac do uprawiania CrossFitu będzie ciekawą propozycją na spędzanie wolnego czasu oraz szansą na stworzenie nowych atrakcji na tym terenie.

**Dodatkowe załączniki (zalecane):**

- Zdjęcia
- Przykładowa wycena

Zgodnie z ustawą z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych (t.j. Dz. U. z 2014 r., poz. 1182 z późn. zm.) wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych dla potrzeb niezbędnych do przeprowadzenia konsultacji w ramach Budżetu Obywatelskiego Miasta Lęborka.

  
Czytelny podpis wnioskodawcy



# 1MOVE

## STREET WORKOUT & PARKOUR

"1 Move" Sp. z o. o.  
ul. Morelowa 5/30  
80 – 174 Gdańsk

Gdańsk 30.03.2018

Sz.P. Sławomir Łukaszuk

### Oferta Placu Crossfit

L.p.	Nazwa elementu	Ilość	Cena za sztuke netto	Wartość netto
1	Słup konstrukcyjny 2,5 m	9	366,08 zł	3 294,72 zł
2	Słup konstrukcyjny 1,3 m	4	332,64 zł	1 330,56 zł
3	Słup konstrukcyjny 0,8 m	4	319,00 zł	1 276,00 zł
4	Słup konstrukcyjny 0,3 m	4	304,48 zł	1 217,92 zł
5	Koła gimnastyczne	1	1 430,00 zł	1 430,00 zł
6	Drażek 1,2 m	3	198,00 zł	594,00 zł
7	Drażek 1,5 m	3	239,80 zł	719,40 zł
8	Drażek 2,0 m	5	275,00 zł	1 375,00 zł
9	Drażek 2,4 m	3	292,80 zł	878,40 zł
10	Drażek żmijka	1	737,00 zł	737,00 zł
11	Ścianka linowa	1	2 400,00 zł	2 400,00 zł
12	Lina battle rope 15m	1	480,00 zł	480,00 zł
13	Ścianka	2	1 500,00 zł	3 000,00 zł
14	Walec poliuretanowy	5	625,00 zł	3 125,00 zł
15	Kostka poliuretanowa	3	940,00 zł	2 820,00 zł
16	Twister i poręcze równoległe.	1	3 270,00 zł	3 270,00 zł
17	Brama Crossfit	1	14 800,00 zł	14 800,00 zł
18	Worek bokserski z uchwytem	1	902,00 zł	902,00 zł
19	Tablica informacyjna	1	1 508,60 zł	1 508,60 zł
Urządzenia razem netto:				45 158,60 zł

Montaż	1	15 805,51 zł	15 805,51 zł
Nawierzchnia poliuretanowa 40mm wraz z podbudową	247,5	285,00 zł	70 537,50 zł
Nawierzchnia poliuretanowa 60mm wraz z podbudową	85,3	359,00 zł	30 622,70 zł
Transport	1	420,00 zł	420,00 zł

Razem netto:	162 544,31 zł
VAT 23 %	37 385,19 zł
<b>Razem brutto:</b>	<b>199 929,50 zł</b>

Termin realizacji:	4 – 6 tygodni
Gwarancja:	24 miesiące
Oferta ważna:	30 dni
Kolorystyka:	Słupy w dowolnej kolorystyce / reszta elementów ocynkowana ogniowo, bez malowania
Ofertę sporządził:	Kamil Sokołowski, tel.: + 48 733 221 221

"1 Move" Sp. z o. o.  
ul. Morelowa 5/30, 80 – 174 Gdańsk  
1@1move.pl tel. + 48 600 273 852  
NIP: 583-316-80-39 REGON: 222099133 KRS: 0000512494



# 1MOVE

## STREET WORKOUT & PARKOUR

### Parametry techniczne urządzeń

- **Słupy pionowe:** przekrój min. 88,9 mm, grubość ścianki min. 3,6mm.
- **Drażki:** przekrój min. 33 mm, grubość ścianki min. 2,5mm.
- **Poręcze równoległe:** przekrój min. 48 mm, grubość ścianki min. 2,5mm.

Słupy malowane proszkowo na kolor czarny – RAL 9005. Reszta elementów (drażki, poręcze itp.) ocynkowana ogniowo (bez malowania). Istnieje możliwość zamówienia całości w kolorze. W takim przypadku gwarancja nie obejmuje naturalnego zużycia powłoki lakierniczej w miejscu styku z ćwiczącym.

Wszystkie słupy i rury są zaślepione w sposób uniemożliwiający dostęp wilgoci do ich wnętrza.

**Sposób fundamentowania:** każdy słup zalewany betonem pólsuchym B25 na głębokości 80cm. Objętość podstawy fundamentowej jednego słupa: min 0,125m<sup>3</sup>. Fundamenty znajdują się minimum 30 cm pod ziemią co zapobiega przypadkowemu lub celowemu odkryciu fundamentu.

Dla urządzeń o wysokości powyżej 1m zalecana **nawierzchnia bezpieczna** o grubości warstwy 30cm z:

- kory o frakcji 20-40 mm lub żwirowa (żwir rzeczny płukany, frakcja 2-8 mm).
- inna nawierzchnia bezpieczna według normy **PN-EN 1177:2009**.

Urządzenia posiadają certyfikat zgodności z najnowszą normą bezpieczeństwa **PN-EN 1176 -1:2009**, co pozwala na użytkowanie przez dzieci i umiejscowienie w okolicy placu zabaw.

**Gwarancja: 2 lata** - na konstrukcję urządzeń i elementy metalowe.

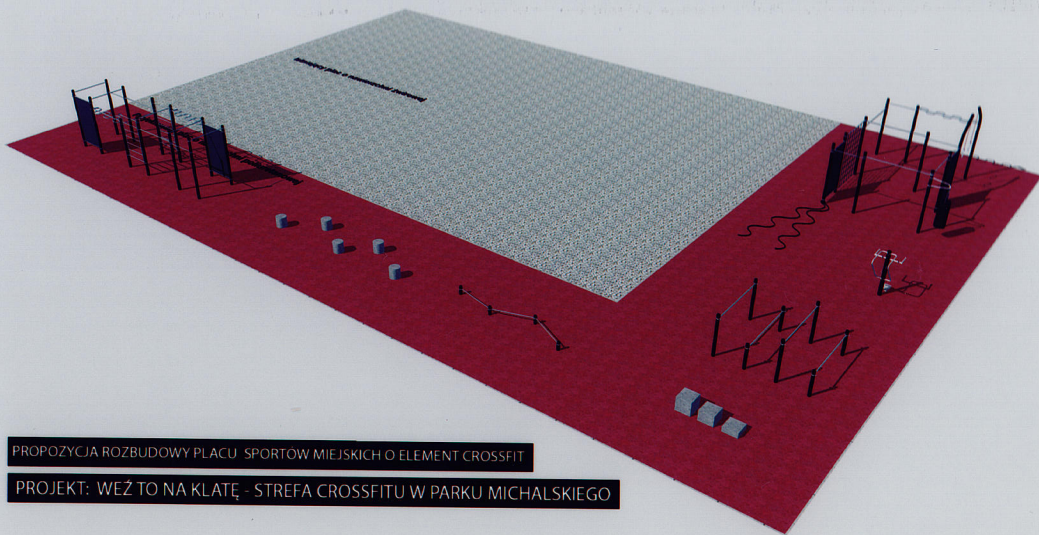
Wykonawca posiada potwierdzenie zgodności urządzeń z wymaganiami użytkowników wystawione przez Polską Federację Parkour i Freerun.

### Informacje dodatkowe

- Gwarantujemy **transport i montaż** na terenie całego kraju. Możliwy jest również montaż we własnym zakresie.
- Urządzenia **modułowe** pozwalające na zastosowanie dowolnej ich konfiguracji zgodnie z życzeniem zamawiającego.
- Urządzenia produkowane w **Polsce**.
- Na naszych **tablicach informacyjnych** znajduje się specjalny zestaw **przykładowych ćwiczeń**, dzięki czemu każda osoba mająca po raz pierwszy styczność z takim obiektem, będzie mogła łatwo rozpocząć trening. Ćwiczenia na naszych tablicach zostały specjalnie dobrane przez osoby z wieloletnim doświadczeniem treningowym w parkour i street workout.

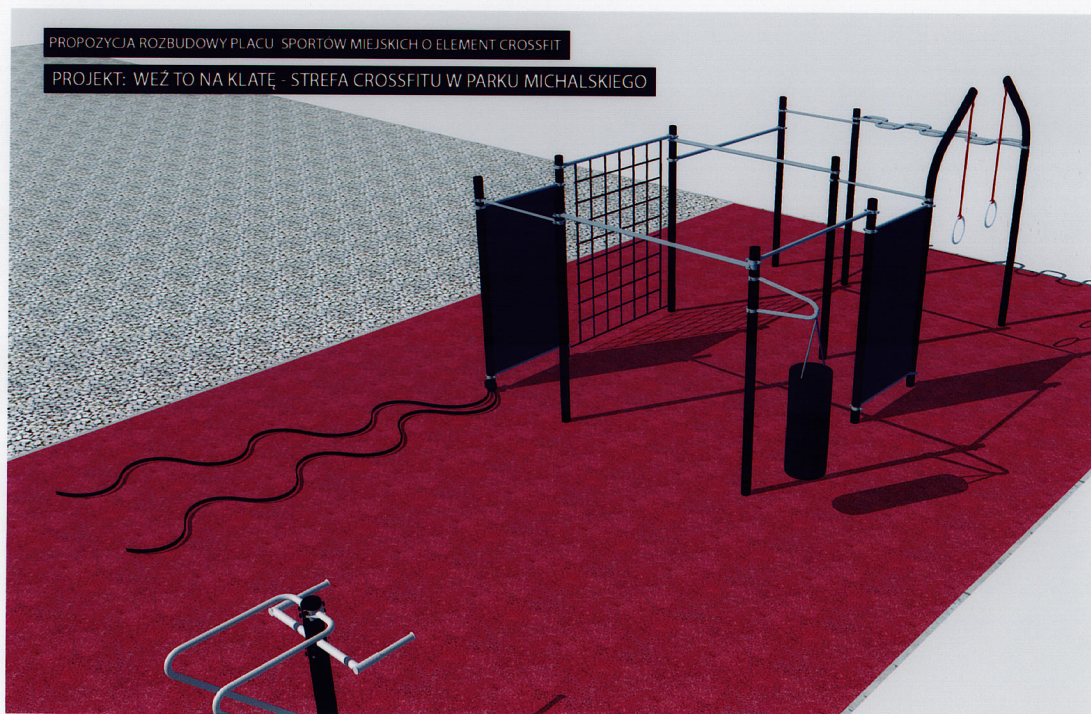
Ofertę sporządził: **Sokołowski Kamil** , tel.733 221 221 [1@1move.pl](mailto:1@1move.pl)





PROPOZYCJA ROZBUDOWY PLACU SPORTOW MIEJSKICH O ELEMENT CROSSFIT

PROJEKT: WEŻ TO NA KLATĘ - STREFA CROSSFITU W PARKU MICHAŁSKIEGO



PROPOZYCJA ROZBUDOWY PLACU SPORTOW MIEJSKICH O ELEMENT CROSSFIT

PROJEKT: WEŻ TO NA KLATĘ - STREFA CROSSFITU W PARKU MICHAŁSKIEGO



Lokalizacja: Park im. Mieczysława Michałskiego w Łęborku

PROJEKT: WEŻ TO NA KLATĘ - STREFA CROSSFITU W PARKU MICHAŁSKIEGO