

## Dwie nowe siłownie w Krasiejowie i Szczedrzyku



Dzięki realizacji operacji utworzono siłownie plenerowe oraz plac zabaw na terenie gminy Ozimek. W Szczedrzyku istniejący plac zabaw został doposażony w modułowe urządzenia siłowe, natomiast w Krasiejowie powstał kompleks rekreacyjno-sportowy w postaci placu zabaw dla dzieci oraz urządzeń siłowych, przeznaczonych do ćwiczeń dla młodzieży i osób dorosłych.

Siłownie zewnętrzne są atrakcyjną, coraz bardziej popularną formą aktywności ruchowej. Przyrządy do ćwiczeń są łatwe w samodzielnej obsłudze, odpowiednio dobrane zestawy urządzeń służą do ćwiczenia niemal wszystkich grup mięśni, m.in.: rąk, nóg, brzucha, pleców i klatki piersiowej.

Urządzenia do ćwiczeń na świeżym powietrzu to doskonale uzupełnienie placu zabaw. Dzięki temu nie tylko najmłodszy, ale także ich rodzice i dziadkowie zadbają o kondycję fizyczną i spędzą aktywnie wolny czas. Tym sposobem kolejne miejsca staną się chętnie odwiedzane przez użytkowników w każdym wieku, atrakcyjną, ogólnodostępną i bezpieczną przestrzenią dla lokalnej społeczności.

### **I. Siłownia w miejscowości Szczedrzyk:**

1. zestaw urządzeń rower (jeździec) + wiosłarz;
2. zestaw urządzeń biegacz (piechur) + orbitrek;
3. zestaw urządzeń wyciskanie siedząc (motyl) + wyciąg górny (krzeselko do podnoszenia masy ciała);

### **II. Siłownia w miejscowości Krasiejów:**

1. zestaw urządzeń biegacz (piechur) + orbitrek;
2. zestaw urządzeń twister (trenażer talii i bioder) + wahadło;
3. zestaw urządzeń wyciskanie siedząc (motyl) + wyciąg górny (krzeselko do podnoszenia masy ciała);

**Wartość całkowita projektu: 71 216,39zł**

**Dofinansowanie z PROW: 45 936,00zł**