

Бланк-заявка пропозиції (проекту), реалізація якої відбуватиметься за рахунок коштів громадського бюджету (бюджету участі) в Менській міській територіальній громаді на 2021 рік та список мешканців, що проживають на території населених пунктів Менської міської територіальної громади, які підтримують цю пропозицію (проект)

Ідентифікаційний номер проекту (вписує уповноважений робочий орган)	
--	--

Примітка: пункти, зазначені „*“ є обов'язковими для заповнення!

1.* Назва проекту (не більше 15 слів):

Фізичний тренажерний майданчик
«Сила духу»

2.* Проект буде реалізовано на території Менської міської територіальної громади (впишіть назву населеного пункту та житлового масиву/мікрорайону):

с. Киселівка

3.* Адреса, назва установи/закладу, будинку:

с. Киселівка, вул. Миру, 27

4.* Короткий опис проекту (не більше 50 слів)

створення майданчика з фізичними тренажерами для активних занять спортом на свіжому повітрі, основна мета якого: популяризація здорового способу життя серед жителів нашого населеного пункту.

5. Опис проекту (примітка: опис проекту не повинен містити вказівки на суб'єкт, який може бути потенційним виконавцем проекту):

встановлення спеціального та безпечного майданчика з фізичними тренажерами здійснить з вересня по листопад населення жителів с. Киселівка. Основна мета проекту - підвищення рівня фізичної підготовки населення. Ведуть

здоровою спосіб життя, впровадження
здорових звичок, зокрема спортивного дозвілля,
на вільний час.

6.* Інформація стосовно доступності (результатів) проєкту для мешканців населених пунктів Менської міської територіальної громади у разі його реалізації:
(примітка: інформація щодо доступності може стосуватися, наприклад, годин роботи об'єкту, можливої плати за користування, категорії мешканців, які зможуть і які не зможуть користуватись результатами реалізації даного проєкту)

Важкий випадок буде враховано на території Лисинської ЗЗСО - I-III ступенів вільного етапону.

7. Обґрунтування необхідності реалізації проєкту, а також його бенефіціари (основна мета реалізації проєкту; проблема, якої воно стосується; запропоновані рішення; пояснення, чому саме це завдання повинно бути реалізоване і яким чином його реалізація вплине на подальше життя мешканців; основні групи мешканців, які зможуть користуватися результатами реалізації завдання)

Можливість використання всієї вікової категорії населення старостинською округу, зокрема здоров'я населення, розвиток фізичної підготовки, молодого покоління з метою зростання на сьогодні дуже актуальним.

8.* Орієнтовна вартість (брутто) проєкту (всі складові проєкту та їх орієнтовна вартість)

Складові завдання	Орієнтовна вартість (брутто), грн
1. Вуличний тренажер "Баттерфляй"	14578,00
2. Вуличний тренажер "Маятник"	7467,00
3. Ліна зверху -	13223,00
4. Пил в'єт крудеи	17453,00
5. Универсальний вуличний тренажер з рукоходами	15223,00
6. П'єрестензія	5723,00
7. Ордітрек	10098,00
8. Пил котами	8490,00
9. Требуши вуличний тренажер	8088,00
10. Шадины з турніком	11504,00
11. Бруси	6537,00
(В орієнтовну вартість проєкту включено вартість монтажу та логістичної доставки)	
РАЗОМ:	121284,00

9.* Список з підписами щонайменше 15 громадян України, які зареєстрували своє місце проживання або перебування у відповідності до Закону на території населених пунктів Менської міської територіальної громади, мають право голосу та підтримують цю пропозицію (проєкт) (окрім його авторів), що додається. Кожна додаткова сторінка списку повинна мати таку ж форму, за винятком позначення наступної сторінки (необхідно додати оригінал списку у паперовій формі).

10.* Контактні дані авторів пропозиції (проєкту), які будуть загальнодоступні, у тому числі для авторів інших пропозицій, мешканців, представників ЗМІ, з метою обміну думками, інформацією, можливих узгоджень і т. д. (необхідне підкреслити):

а) висловлюю свою згоду на використання моєї електронної адреси uzazadupa.mofk.k@gmail.com..... для зазначених вище цілей

Підпис особи, що дає згоду на використання своєї електронної адреси.....
 б) не висловлюю згоди на використання моєї електронної адреси для зазначених вище цілей.

Примітка:

Контактні дані авторів пропозицій (проектів) (тільки для Менської міської ради), вказуються на зворотній сторінці бланку-заявки, яка є недоступною для громадськості.

11. Інші додатки (якщо стосується):

- а) фотографія/ї, які стосуються цього проекту,
- б) мапа з зазначеним місцем реалізації проекту,
- в) інші, суттєві для заявника проекту, які саме?

.....

.....

.....








.....





ТОВАРИСТВО З ОБМЕЖЕНОЮ ВІДПОВІДАЛЬНІСТЮ

«ЖЕЖ-КО»

Юр. адреса: 15531, Чернігівська обл., Чернігівський р-н, с.Брусилів, вул. Паркова, Будинок № 4Д, тел.: (0462) 61-19-80,
код за ЄДРПОУ 37330958 пошта: info@brustyle.com.ua

Комерційна пропозиція

Артикул	Найменування	Фото	Ціна, Грн	К-сть	Сума, Грн
BS-117	Баттерфляй		17 578,00	1	17 578,00
BS-102	Маятник		7 467,00	1	7 467,00
BS-101	Тяга зверху		13 123,00	1	13 123,00
BS-114	Жим від грудей		17 453,00	1	17 453,00
SG-201.1	Універсальний вуличний тренажер з рукоходом		15 223,00	1	15 223,00
SG-120	Гіперекстензія		5 723,00	1	5 723,00
SG-108	Орбітрек		10 098,00	1	10 098,00

BS-100	Жим ногами		8 490,00	1	8 490,00
SG-111	Гребний тренажер		8 088,00	1	8 088,00
BS-180	Драбина з турніком		11 504,00	1	11 504,00
BS-103	Бруси		6 537,00	1	6 537,00
Всього з доставкою та встановленням:				11	121 284,00

Баттерфляй

Відчуй себе метеликом. Баттерфляй, в перекладі з англійської означає метелик. І дійсно, спостерігаючи за заняттями в цьому вуличному тренажері, можна помітити подібність із польотом метелика. Змахнули крилами звели важелі - злетіли підняли себе за допомогою важільного механізму, ось вам і відчуття польоту. Ось так трохи політали, а заодно і потренували грудні м'язи, а також серцево-судинну систему. Обов'язково повинен бути присутнім на майданчику з іншими вуличними тренажерами.



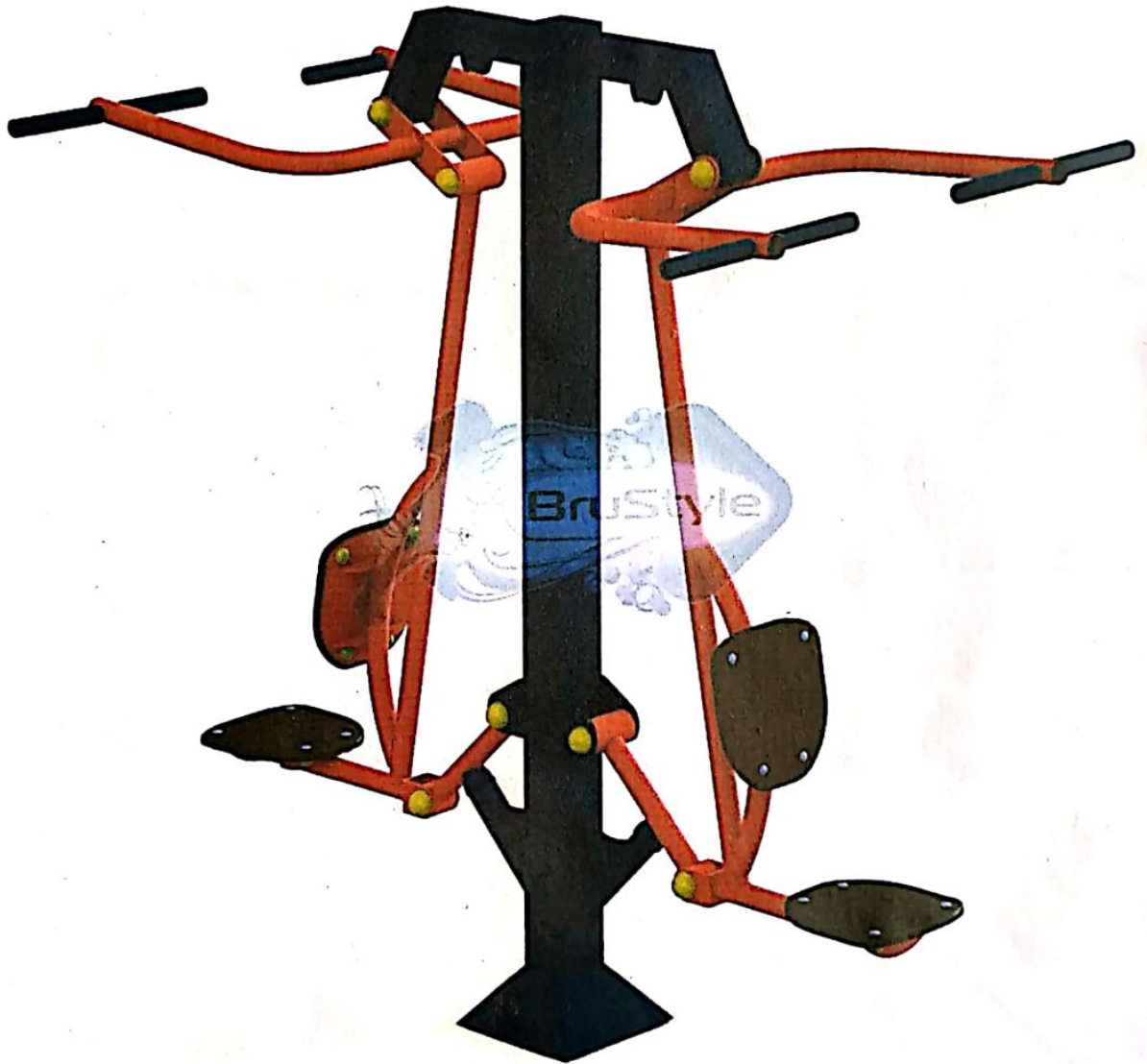
Маятник

Спортивне вуличне обладнання Тренажер для привідних-відвідних і сідничних м'язів стегна називають вуличним тренажером МАЯТНИК, тому що коливальні рухи в ньому нагадують розгойдування маятника. Розгойдуючись один навпроти одного, Ви неодмінно станете посміхатися, а значить, додатково включаться ще і м'язи обличчя, тому все тренування Ви легко проведете з веселим і позитивним настроєм.



Тяга Зверху

Ефективний і цікавий вуличний тренажер Тяга зверху. Виконуючи вправу «вертикальна тяга», Ви не залишаєтеся в класичному статичному положенні, а піднімаєте себе в той час, коли докладаете зусилля. Тренування на цьому вуличному тренажері доставлять Вам суцільне задоволення. Правильне робоче положення забезпечує роботу кількох груп м'язів.



Жим від грудей

Є квінтесенцією самого поняття вуличний тренажер. Саме на ньому чітко видно задум створення вуличних тренажерів лінійки «стандарт». А конкретно роботу з власною вагою.

Цільові робочі групи м'язів - грудні, якщо точніше, тренажер створено для цільового і безпечного навантаження великого грудного м'яза. Виконуючи «жимовий» рух від грудей, Ви, тим самим, за допомогою важільного механізму піднімаєте себе вгору, а потім, слідуючи правильній техніці, плавно опускаєтесь в початкове положення.

Конструкція цього вуличного тренажера для жиму грудей двостороння. Це дозволить займатися в ньому одночасно двом охочим.



Універсальний тренажер з рукоходом

Завоював місце популярного і затребуваного тренажера серед вуличної лінійки. А все тому, що він підходить ідеально для роботи з усім комплексом м'язів людини.

Складається даний атлетичний комплекс універсальний з таких елементів:

- Шведська стінка - мегапопулярний снаряд для різних комплексів вправ
- Лавка для преса
- Запобіжна стійка для штанги при жимі лежачи
- Турнік для широкого хвату, турнік для вузького хвату, турнік для біцепса
- Упор для преса з підніжкою для зручності використання
- Бруси, що дозволяють займатися різними хватами
- Рукохід .

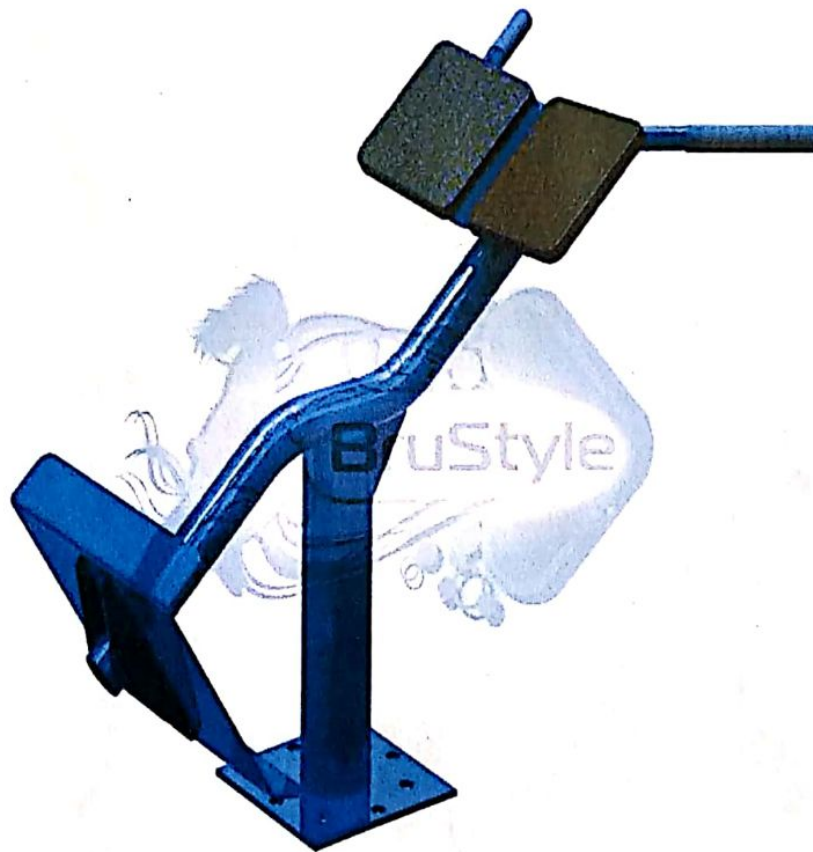


Гіперекстензія

Основне призначення Гіперекстензії - це прокачування м'язів хребта і нижньої частини спини на відкритому повітрі під кутом 45 градусів. Вправи на гіперекстензії навантажують, в основному, хребці і м'язи попереку.

При виконанні вправ на вуличному тренажері гіперекстензія застосовують обважнювачі-диски або гантелі.

Даний тренажер часто використовують при реабілітації: при зміцненні м'язів хребта, для активізації кровообігу глибоких м'язів хребців і для витягування хребта.



Орбітрек

Призначений ефективно розвивати і тренувати м'язи ніг, м'язи тулуба, тазостегнові і колінні суглоби, підтримує серцево-судинну систему. Вуличний орбітрек ідеально підходить для встановлюється на вулиці для проведення тренувань на відкритому повітрі.

Часто орбітрек використовують для проведення занять з фізкультури, виховання у молоді здорового способу життя, підтримки відмінного фізичного стану ніг, суглобів ніг і стану серцево-судинної системи.



Жим ногами

Тренажер двосторонній. Це дає можливість одночасно, самостійно один від одного, робити вправи відразу двом охочим.

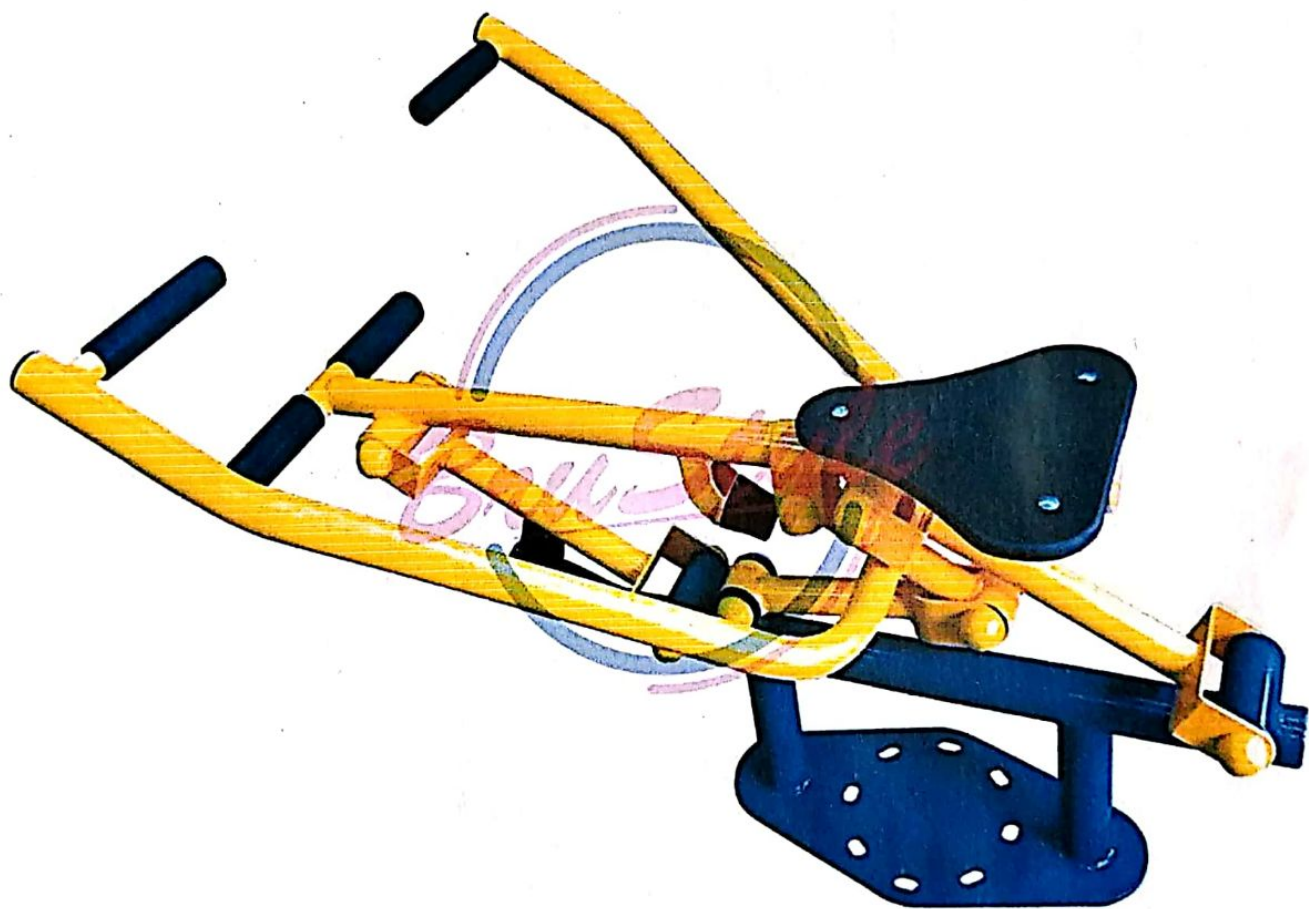
Тренажер створений для відновлення тонусу основних м'язів ніг: м'язи стегон, сідничні м'язи і м'язи гомілки. Додатково жим ногами для вулиці використовують для розробки і відновлення колінних суглобів. Перевагою даного спортивного снаряду є той факт, що виконуючи вправи, Ви виключаєте «перевантаження» суглобів, самостійно регулюючи зусилля, використовуючи власну вагу.



Гребний тренажер

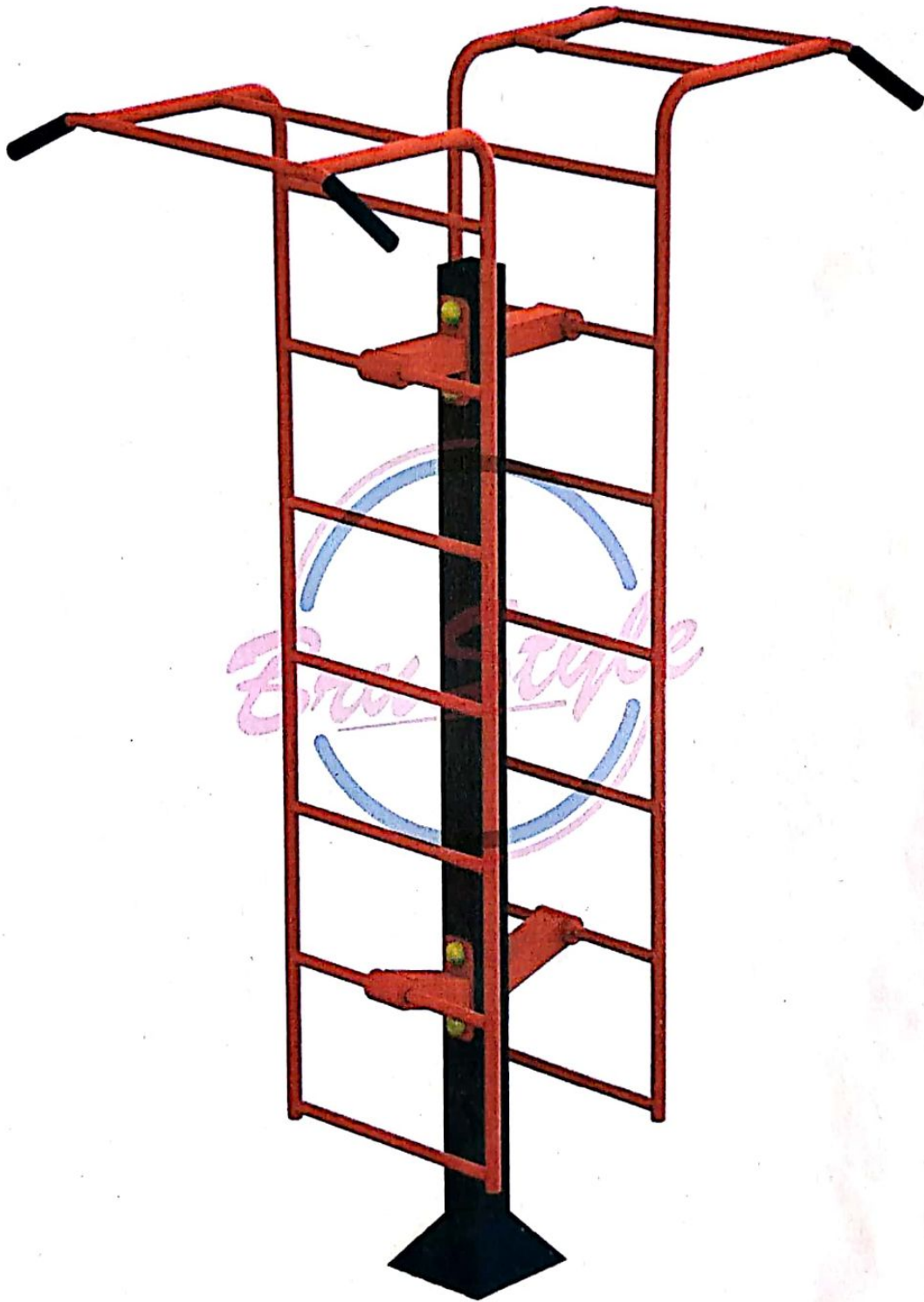
Забезпечує комплексне тренування основних груп м'язів, сприяє збільшенню гнучкості суглобів і активному спалюванню підшкірного жиру.

Даний тренажер рекомендується для тренування як жінок, так і чоловіків. Вік від 14 до 70 років.



Драбина з турніком

Комплексний тренажер, призначений для занять різними видами вправ



Бруси

Старі добрі бруси. Снаряд, який практично незамінний для бажаючих отримати гарну атлетичну статуру.

Тренажер двосторонній, дві паралельні поперечини розташовані по обидва боки підстави на різній висоті, що дає можливість віджиматися людям з різними характеристиками зросту. Поперечини заокруглені, не мають гострих виступів, таким чином для тренажера не потрібно особливої зони безпеки. Робота суглобів на вуличному тренажері Бруси передбачає згинання та розгинання в плечовому (блоковидному), а також ліктьовому (циліндричному) суглобах. Задіяні всі складові ліктьового суглоба.

