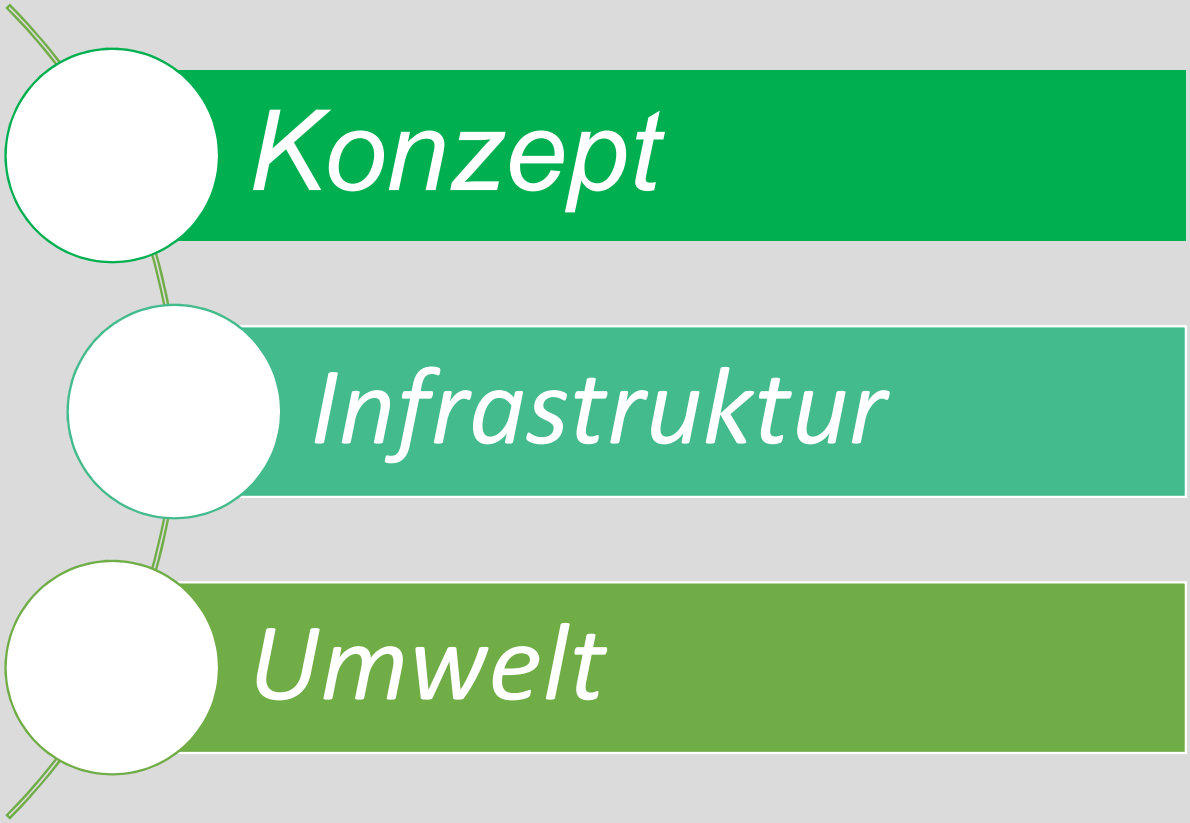
Sportservice



Grobkonzept zur Errichtung eines Trimm-dich-Pfades im Schmalholz

Trimm-dich-Pfad im Schmalholz



Konzept

Kennzeichen des neuen Trimm-dich-Pfades:

- Familienfreundlich
- Niedrigschwellig
- Verschiedene Schwierigkeitsstufen der Übungen
- Ganzheitliches Training
- Umweltverträglich
- Innovativ

Konzept

Aufbau des neuen Trimm-dich-Pfades:

- Zwei Laufstrecken: 2 km und 500 m
- 15 Stationen
- Schwerpunkte Ausdauer, Kraft, Koordination und Beweglichkeit
- Unterteilung in drei Bewegungsflächen

    1. Bewegungsfläche: Schwerpunkte Ausdauer und Schnellkraft (Laufstrecken)

    2. Bewegungsfläche: Schwerpunkte Ausdauer und Kraft

    3. Bewegungsfläche: Schwerpunkte Koordination und Beweglichkeit

Konzept

Mögliche Stationen des neuen Trimm-dich-Pfades:

Bei grün markierten Stationen sind keine Geräte notwendig

Ausdauer	Kraft	Koordination	Beweglichkeit
Battle-Rope	Hangelgerüst	Koordinationsleiter	Dehnung Oberkörper- und Rumpfmuskulatur
Kletterstange und Hangelabteil	Bauchbank	Bein- und Armkreisen	Dehnung Beine
Liegestütz und Absatzliegestütz	Bocksprunganlage	Taumelbalken / Slackline	Drei Yoga-Übungen
2-km-Strecke	Baumsitzen		
500-m-Strecke	Reck- und Klimmzugstangen		

Konzept

Kostenschätzung des neuen Trimm-dich-Pfades:

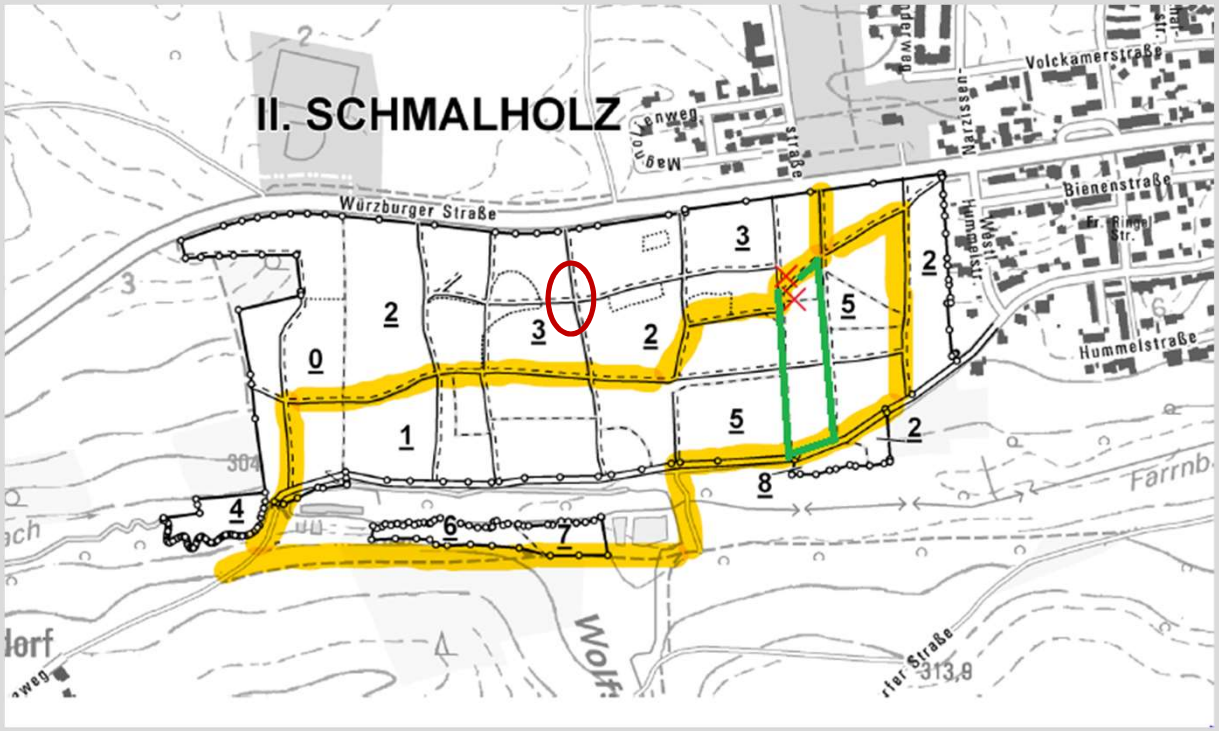
Posten	Grobkosten
Flächenbereinigung und Montage	25.000 €
Geräte gesamt	9.000 €
Grafik und Druck Schilder	9.000 €
Pflegekosten	1.000 € p.a.
Gesamt	**43.000 € + 1.000 € p.a.**

Infrastruktur

Lage des neuen Trimm-dich-Pfades:

Legende:

- Laufstrecke 2 km
- Laufstrecke 500 m
- Trimm-Dich-Pfad

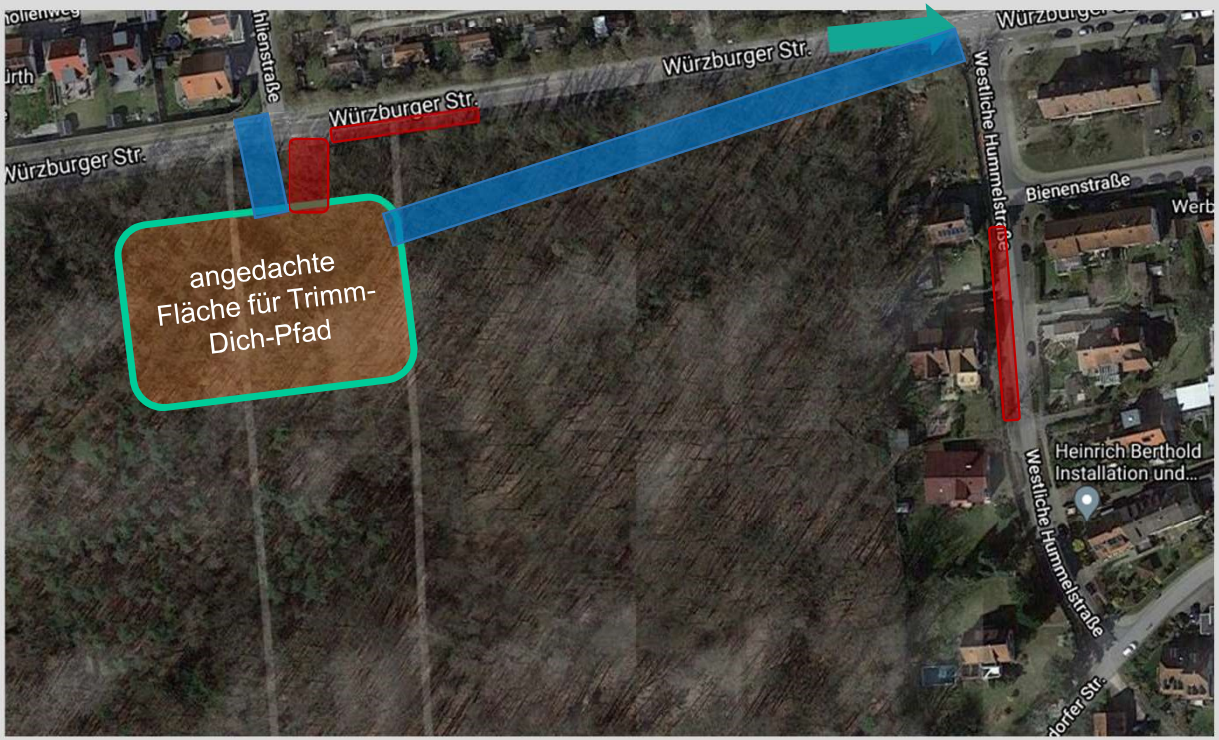


Infrastruktur

Erreichbarkeit des neuen Trimm-dich-Pfades:

Legende:

- Zugänge Laufen / Fahrrad
- Bushaltestelle Burgfarrnbach West
- Diverse Parkmöglichkeiten



Quelle: Google Maps (2021)

Umwelt

Umweltverträglichkeit durch Konzentration auf zwei Bewegungsflächen:

- Vorbereinigte Flächen aus den 1970-ern
- Holzernte nur an wenigen Stellen erforderlich
- Weiterhin keine Einschränkung nötiger Forstarbeiten
- Großteil des Schmalholz davon unberührt
- Attraktivität für Fußgänger bleibt bestehen
- Verwendung von Holz und Rindenmulch als Baumaterialien

Fazit

Gründe für neuen Trimm-dich-Pfad:

- Errichtung eines Ortes der sportlichen Begegnung
- Förderung der Gesundheit der Fürtherinnen und Fürther
- Niedrigschwelliger Zugang zur Sportaktivität
- Steigende Nachfrage nach öffentlichen Bewegungsflächen
- Gute infrastrukturelle und umwelttechnische Gegebenheiten
- Wertschätzung der Natur als Erholungsraum