

## Budowa Parku do kalisteniki i street workout-u

Projekt polega na Budowie Parku do kalisteniki i street workout-u.

Street Workout- kalistenika to młoda, ale coraz bardziej popularna dyscyplina, polegająca na użyciu elementów zabudowy do wykonywania ćwiczeń z wykorzystaniem własnej masy ciała. Ma ona szerokie zastosowanie jako trening siłowy w wielu sportach, atletyce czy parkourze.

Street workout to obiekt wyposażony w zróżnicowane stanowiska do ćwiczeń m.in.: drążki do podciągania, ławeczki do wykonywania brzusków, stanowiska TRX kółka gimnastyczne i inne.

Celem projektu jest uatrakcyjnienie i poszerzenie oferty kompleksu boisk Orli w Ozimku. Projekt posłuży jako alternatywa do aktywnego spędzania wolnego czasu na świeżym powietrzu dla wszystkich mieszkańców Ozimka a przede wszystkim dla dzieci i młodzieży.

