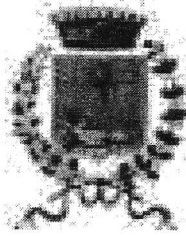


prot. n° 5604  
del 08/02/2021



**DEMOCRAZIA PARTECIPATA ANNO 2021**  
**SCHEDA PROGETTO**

**Titolo del progetto :** “ Mens sana in corpore sano....la palestra PER TUTTI in mezzo al verde”. ( Nel progetto sono stati considerati attrezzi inclusivi)

**breve descrizione:**

**Il nostro progetto prevede la creazione di una palestra all'aperto all'interno della villa comunale di Canicattì.** Nella creazione, abbiamo focalizzato la nostra attenzione su attrezzi di grado di offrire un allenamento completo e multifunzionale ;adatto a tutti i profili, (non sportivi, utenti occasionali ed atleti di alto livello) anche alle persone con disabilità e di tutte le età, senza perdere di vista aspetto“divertimento”. Di fatto il sito creato si trova a metà strada tra un tradizionale percorso fitness e una palestra. Il nostro scopo è incentivare lo stile di vita sano, offrendo attrezzature adatte, grazie alle qualità a tutti i cittadini (anche coloro i quali non possono permettersi un abbonamento in palestra) possono mantenersi in forma ed evitare malattie legate alla sedentarietà.

Il progetto è composto da: 4attrezzi della gamma fitness di sport leggero, una mini stazione calisthenics creata su misura e un pannello di benvenuto.

**descrizione dettagliata del progetto :**

Il percorso di Fitness all'aperto è un grande classico dei parchi pubblici in tutto il mondo, un ottimo metodo a stazioni per mantenersi in forma, progettato in Svizzera nel 1968, che a cinquant'anni di distanza dalla sua nascita si conferma una delle scelte preferite degli amanti del fitness outdoor. Pratico ed economico, il percorso fitness nei parchi è un'alternativa alla palestra, che con l'allungarsi delle giornate e l'aumento della temperatura viene preferito agli spazi chiusi da moltissimi in combinazione con la corsa. Anche un parco di medie dimensioni può essere attrezzato con attrezzi multifunzionali e una serie di stazioni progettate per un allenamento specifico, senza risultare mai invasivo e riqualificando anche un'area verde anonima. Nel percorso da noi proposto sono presenti anche **ATTREZZI INCLUSIVI** in modo da coinvolgere nell'allenamento anche le persone diversamente abili. All'ingresso proponiamo un cartello descrittivo in alluminio, che fornisce istruzioni sul numero delle ripetizioni e delle serie di esercizi da fare, ricreando idealmente il circuito di training di una palestra all'aperto.

**Stima approssimativa dei costi:**

Station su misura: Euro 2000 + Iva ; Bici Ellittica 1.200 euro +Iva ; Cavalcata 1.190 euro +Iva ; Abdo Semplice 790 euro +Iva ; Push Pull inclusivo : 1.690 + Iva Pannello di benvenuto con descrizione esercizi : 490 euro +Iva :

Indispensabili: Spese di Montaggio: 2.454 euro + Iva : Spese di Trasporto .2.392 euro + Iva : Tot 12.296 + Iva

## Modalità di Gestione progetto :

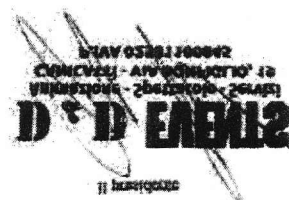
Il percorso di Fitness presentato dall'A.r.c. DD EVENTS è un allenamento che stimola l'apparato Cardiocircolatorio e Respiratorio, Facendo Bruciare Grassi. L'istallazione del circuito all'interno della villa comunale di Canicattì consentirà agli utenti dai 10 ai 70 anni di eseguire esercizi anche senza la presenza di un istruttore grazie a dei cartelli informativi con illustrazioni grafiche che consentiranno la corretta esecuzione dell'esercizio che sarà basato su durata e intensità. All'interno della struttura l'associazione ha intenzione di installare un defibrillatore portatile in modo da garantire la massima sicurezza non solo di chi fa sport ma di tutti gli utenti della villa comunale.

## Durata della gestione:

L'associazione garantirà per un periodo di sei mesi la presenza di un istruttore qualificato, laureato in Scienze motorie, per due volte la settimana , con date da concordare con l'amministrazione comunale. Ogni utente potrà aderire al percorso di Fitness guidato firmando una liberatoria sul proprio stato di salute ed inoltre sarà assicurato contro eventuali infortuni presso l'E.P.S. Libertas, ente riconosciuto dal C.O.N.I.

## Personale:

Il personale impiegato nel progetto sarà altamente qualificato, sarà impiegato un istruttore con laurea in Scienze Motorie e 1 tecnico federale del C.O.N.I. Il personale sarà in grado di far svolgere ogni esercizio tenendo sotto Controllo Il Battito Cardiaco grazie ad appositi cardiofrequenzimetri che fornirà l'associazione. Durante le fasi dell'allenamento si viene costantemente seguiti dagli istruttori e gli ingressi saranno contingentati



**Foto e documenti aggiuntivi (facoltativo) :**

**Alleghiamo elaborato grafico 3D del progetto finale all'interno dell'area comunale sita presso la villa di viale della Vittoria.**

**Nel caso di soggetti associati o Ditte il proponente è il legale rappresentante**

**In caso di Associazione indicare**

1. Ragione Sociale : A.R.C. D.D. EVENTS
2. Data costituzione \_\_\_\_ 15/12/2009
3. Numero registrazione presso Agenzia delle Entrate n. 1758
4. Sede: Via Bonfiglio, 19 Canicattì(Ag)
5. Cod. Fiscale/P.IVA 0

***(Allegare copia documento di identità del Presidente)***