



Næridrætsanlæg der rykker!



KØBENHAVNS KOMMUNE
Kultur- og Fritidsforvaltningen
Fritid & Idræt

August 2009

1. Indledning

Når børn og voksne ikke er fysisk aktive, begrundes det ofte med afstanden til idrætsfaciliteterne. For at imødekomme dette kan der etableres små, let tilgængelige og åbne idrætsfaciliteter nær borgernes bopæl - såkaldte næridrætsanlæg.

Derfor er der udarbejdet et idékatalog med forslag til ”10 næridrætsanlæg der rykker”. De 10 forslag i kataloget har hver sin profil med udgangspunkt i et udvalgt tema. Dermed henvender de sig til forskellige målgrupper. Elementerne i de 10 forslag kan imidlertid kombineres for at tiltrække en bredere skare af nærområdets beboere på samme anlæg.

”Næridrætsanlæg” er et begreb, der lægger sig tæt op ad tidligere ofte anvendte begreber som nærmiljøanlæg, næraktivitetsanlæg og bevægelsesklare områder. Til forskel fra disse anlæg er der i næridrætsanlæggene særlig fokus på idræt.

Definition på næridrætsanlæg

Et næridrætsanlæg er en mindre, indendørs eller udendørs facilitet, der inspirerer til fysisk aktivitet blandt nærområdets beboere. Næridrætsanlæg henvender sig både til foreninger og selvorganiseret brug. Det er centralt, at områdets beboere i videst mulig omfang frit kan benytte anlægget.

I forbindelse med udarbejdelsen af idékataloget har Kultur- og Fritidsforvaltningen været i dialog med Lokale- og Anlægsfonden, Teknik- og Miljøforvaltningen samt Sundheds- og Omsorgsforvaltningen.

2. Baggrund

Borgertilvækst¹, stigende idrætsdeltagelse og ændret idrætsmønster skaber et øget pres på Københavns Kommunes idrætsfaciliteter. For at imødekomme nuværende og kommende borgeres fritidsinteresser er der fremover behov for at etablere både store bydækkende og små, lokale idrætsfaciliteter.

Kultur- og Fritidsudvalget tog den 14. juli 2009 idékataloget ”10 idrætsanlæg der rykker” til efterretning. Heri blev fremlagt forslag til bydækkende idrætsfaciliteter. Med dette idékatalog følges op derpå ved at fremhæve 10 forslag til mindre, lokale idrætsfaciliteter. Forslagene er alene rettet mod idræt. Det ligger imidlertid i sagens natur, at der kan arbejdes med lignende projekter indenfor kulturområdet.

Let adgang, fleksibilitet og synlighed

Undersøgelser peger på, at afstanden til idrætsfaciliteter har stor betydning for idrætsdeltagelsen hos både børn og voksne. I Breddeidrætsudvalgets rapport fra maj 2009 understreges det, at man er mere tilbøjelig til at være fysisk aktiv, jo tættere man bor på et rekreativt område.² Korte afstande til idrætsfaciliteter er særligt afgørende for børn og ældre, da de er mindre mobile. Den korte afstand vil også være særlig betydningsfuld for de befolkningsgrupper, der i dag ikke dyrker motion, da barrieren for selv at deltage mindskes, når motionsaktiviteten synliggøres.

¹ I de sidste 10 år er der kommet 27.000 flere indbyggere i København. Fra 2009 til 2020 forventes Københavns befolkningstal at stige med ca. 50.000 indbyggere. Dermed vil indbyggertallet stige til 565.000 i 2020.

² Kulturministeriet (2009): ”Idræt for alle”

Med disse mindre, lokale idrætsfaciliteter vil bevægelse og motion altså lettere kunne indpasses i mange forskellige brugergruppers hverdag. I samspillet mellem de inaktive, selvorganiserede og organiserede brugere kan der skabes grundlag for, at flere bliver aktive både i og uden for foreningsregi. Næridrætsanlæggene kan på denne vis stimulere københavnernes idrætsdeltagelse til glæde for den enkelte borger og i bedste fald også påvirke sundhedsøkonomien. Flere næridrætsanlæg vil derudover skabe mere synligt liv i byens rum.

3. Anlæggene

I de 10 forslag til næridrætsanlæg er der lagt vægt på breddeidrætten i København. Anlæggene retter sig primært mod børn og unges spontane leg og idrætsudfoldelse, men tilbyder også faciliteter til andre aldersgrupper og københavnske idrætsforeninger.

Da typen af idrætsanlæg har betydning for, hvem der bruger anlægget, er det tilstræbt at målrette de 10 anlæg til forskellige brugergrupper. Eksempelvis henvender anlæg som dansepladsen og en boldplads sig primært til henholdsvis unge piger og drenge, mens en sydlandsk plads især appellerer til ældre.

Anlæggene har hver deres tema for at gøre dem unikke og særligt velegnede til udvalgte bevægelsesformer. Elementerne i de forskellige anlæg kan imidlertid også kombineres, hvis man ønsker at inddrage flere brugergrupper på et anlæg. Det skal i hvert tilfælde overvejes hvor mange aktiviteter, der kan indarbejdes i et anlæg, uden at det går udover anlæggets primære funktion.

Der er *ikke* prioriteret mellem de enkelte anlæg.

De 10 anlæg:

Boldplads - Interaktiv plads - Dansefacilitet - Bevægelsesstier – Gymnastikplads
Vandidrætslegeplads - Sydlandsk plads - Fitnessplads - Klatre- og parkourplads - Idrætslegeplads

På hovedparten af anlæggene er den fysiske udfoldelse omdrejningspunktet. Her kan man både dyrke traditionelle idrætsgrene og bruge kroppen til alsidig leg og motion. På andre anlæg tages der udgangspunkt i en stemning eller sanseoplevelser, som dog på forskellig vis opfordrer til bevægelse. Sigtet er at stimulere til fysisk aktivitet – også blandt borgere, der normalt ikke er aktive eller ikke finder glæde ved en bestemt idrætsgren.

I forbindelse med fysisk aktivitet og idræt er der ofte både tilskuere og ”oversiddere” til stede på pladsen sammen med de aktive. For at skabe rum for disse skal der på hvert af de 10 anlæg medtænkes arealer og faciliteter til ophold med udsyn til primæraktiviteten. I pladسدannelsen skal der også tænkes i den hele familie, så de aktive børns forældre kan trives på pladsen samtidig med børnene. Foruden siddepladser kan dette ske i valg af beplantning, sol- og skyggeforhold samt ved evt. at skabe rum for fysisk aktivitet for voksne.

Det tilstræbes, at næridrætsanlæggene får karakter af en plads i byen – et mødested. Med hyggelig belysning og ekstra lys på aktivitetsfladen kan pladsen bruges hele døgnet. Dette vil understøtte øget aktivitet blandt flere målgrupper og gøre pladser mere sikre at opholde sig på.

Placering

Der er blandt københavnernes en stigende interesse for at dyrke idræt i det fri og i selvorganiseret regi.³ For at understøtte denne tendens er størstedelen af de 10 forslag frit tilgængelige, udendørs faciliteter. Placeringen udendørs gør samtidig aktiviteterne på næridrætsanlæggene synlige i

³ Københavns Kommune, Kultur- og Fritidsforvaltningen: ”Idrætspolitisk Redegørelse 2008”

bybilledet. Foruden øget tilgængelighed og synlighed er udendørsanlæggene generelt væsentlig billigere at etablere og vedligeholde end indendørsfaciliteterne. Flere af forslagene vil imidlertid både kunne etableres indendørs og udendørs.

Flere af anlæggene vil med fordel også kunne placeres på eller i forlængelse af eksisterende samlingssteder for områdets beboere som fx institutioner, medborgerhuse, parker og torve. Herved vil den fysiske aktivitet på næridrætsanlæggene indgå som en naturlig del af det fælles møde. Samtidig vil det eksisterende liv i området medvirke til at fremme anlæggets anvendelse. Det er vigtigt, at pladsen udformes sammen med de lokale beboere for at skabe accept af og ejerskab for pladsen.

I en storby som København med en stigende befolkningstæthed og få frie arealer er udnyttelsen af restarealer og ubenyttede bygninger af stadig større betydning. I fremtidige planer om at udbygge faciliteter til idræt skal der derfor tænkes i anvendelse af byens åbne rum samt genanvendelse af kommunale bygninger. I den forbindelse er der særligt to områder, der kan sættes fokus; Skoler og lommeparker.

Skoler

I Københavns Kommunes Strukturreform på skoleområdet er der planer om at sammenlægge og lukke flere af de kommunale skoler. Derfor kan man overveje at anvende de nedlagte skolers indendørslokaler og udendørs opholdsrum til idrætsbrug. Evt. kan skolefaciliteten indeholde flere forskellige sundhedsorienterede tilbud, som eksempelvis de kommende sundhedshuse eller kulturrelaterede tilbud, som kulturhusene udbyder.

Skolerne har den fordel, at der allerede er tænkt i en central placering i boligområder og sikre adgangsveje til området. I en storby som København med meget trafik kan sikre adgangsveje have stor indflydelse på børns anvendelse af et anlæg.

Derudover er klasselokalernes størrelse særligt velegnede til mindre pladskrævende aktiviteter som fx kampsport, dans og gymnastik. Skolelokalerne kan især imødekomme behovet for lokaler til bløde bevægelsesformer, som særligt kvinder og ældre efterspørger.

Samtidig indeholder skolerne allerede toiletter og omklædningsforhold, ligesom klasselokaler og evt. simple køkkener kan bruges til ophold, opbevaring og mødelokaler for såvel selvorganiserede brugere som idrætsforeninger. Dette vil imødekomme den store efterspørgsel på klublokaler blandt de mange små københavnske idrætsforeninger, som bl.a. kom til udtryk i forbindelse med ansøgningerne til ”Klubhuspuljen” i 2009 og undersøgelsen, ”Københavnske Idrætsforeninger”⁴. De fleste skoler vil derudover have tilstødende – og ofte afgrænsede – gårdarealer, som fortsat kan anvendes som udendørs idrætspladser.

I Norge har man haft stor succes med at etablere næridrætsanlæg i tilknytning til skolers udearealer. Undersøgelser viser her, at næridrætsanlæg placeret i nærheden af børneinstitutioner har haft en positiv effekt på antallet af brugere.

Lommeparker

Teknik- og Miljøforvaltningen har udarbejdet et udspil om ”Lommeparker, træer og andet grønt”, hvori der forslås anlæg af 14 såkaldte lommeparker frem mod 2015. Udspillet indgår i budgetforhandlinger om budget 2010 og forventes fremlagt på Teknik- og Miljøudvalget i september 2009. Begrundelsen for at etablere lommeparker er primært, at små grønne områder til ophold og leg

⁴ Københavns Kommune, Kultur- og Fritidsforvaltningen (2005)

giver plads til sundhed, byliv og bevægelse til glæde for mange af byens borgere. Der er dermed en række sammenfald mellem lommeparker og ”10 næridrætsanlæg der rykker”, hvad angår idéer til faciliteter, placeringsmuligheder samt filosofien bag små anlæg tæt på borgerne.

Anlægs- og driftsudgifter

Der er i forbindelse med hvert af de efterfølgende forslag lavet et overslag på anlægspriser blandt andet baseret på erfaringstal fra lignende projekter og udregninger på baggrund af generelle erfaringer om prisen for idrætsbyggeri i København (p/l 2010). De skønnede anlægspriser indbefatter udgifter til etablering af selve pladsen, herunder belægninger, beplantning, inventar m.m. Alle anlægspriser er ekskl. grundkøb.

Næridrætsanlæggene er som udgangspunkt fleksible i deres udformning for lettere at kunne tilpasses bolignære placeringer. Anlæggene kan derfor udfoldes på større eller mindre arealer og med forskelligt ambitionsniveau. En kunstgræsbane kan eksempelvis skiftes ud med en grusbane, hvilket billiggør projektet, ligesom der kan fjernes eller tilføjes elementer til det enkelte næridrætsanlæg.

Der er ikke beregnet driftsudgifter for de enkelte anlæg. Driftsudgifterne afhænger af pladsens størrelse og karakter. Med udgangspunkt i Teknik- og Miljøforvaltningens udspil om lommeparker og erfaringer fra de københavnske idrætsanlæg skal der afsættes i størrelsesordenen 50 – 100 kr. pr. m² til drift af udendørs pladser og i størrelsesordenen 1.000 kr. pr. m² til opvarmning, rengøring m.m. af et ordinært indendørs idrætslokale.

Finansiering

Som opfølgning på Breddeidrætsudvalgets rapport fra marts 2009 har Kulturministeriet og Nordea-fonden afsat i alt 20 mio. kr. til kåring af 5-7 breddeidrætskommuner. I tilfælde af, at Københavns Kommune ansøger herom, er næridrætsanlæggene en oplagt støttemulighed.

Lokale- og Anlægsskuffonden har udarbejdet et katalog med elementer til næraktivitetsanlæg og sigter mod at støtte en række anlæg af en sådan karakter. En støtte fra Lokale- og Anlægsskuffonden forudsætter kommunal medfinansiering, og at fonden kan deltage aktivt i udviklingen af pladsen.

Boldplads

Boldpladsen er et multi-anvendeligt areal til boldspil og boldleg. På arealet kan placeres kurve og mål til basket, netball, fodbold, håndbold osv., samt net til eksempelvis volleyball og tennis. Der kan etableres forskelligt underlag som kunststof, gummi, asfalt eller grus alt efter ambitionsniveau og ønsker for anvendelsesgraden.

For at skabe mulighed for forskellige spilformer kan mål, net og baneopstregninger udformes, så de ikke overholder standarderne for de forskellige sportsgrene. Miniaturebaner kan henvende sig til områdets mindre børn. Eksempelvis vil lavere basketkurve samt bänder til fodbold gøre det sjovere for børnene, fordi der henholdsvis scores flere mål og bolden lettere holdes i spil.

Ud over banerne kan der anlægges boldmure af forskellig højde og bredde på pladsen. Boldmurene vil opfordre til småspil, leg og træning inden for boldspil som fodbold, håndbold, tennis og volleyball, samt til lege som eksempelvis ”Hop-over-bold” og ”Antonius”.

Midt på pladsen kan der etableres en informationsstander, hvor man kan udfordre andre hold til kampe og småspil. Eksempelvis ved at sætte en seddel op på en tavle med betegnelsen ”vil gerne spille i dag”.

I pladsens udformning kan der derudover tages højde for de børn, venner og forældre, der vil være tilskuere, ved at etablere små tribuner og opholdspladser.

Hvorfor

Der er fortsat stor tilslutning til boldspil blandt især børn og unge. Fx er fodbold den mest populære idrætsgren blandt københavnske 5. og 9. klasses drenge og den tredje mest populære blandt pigerne.⁵

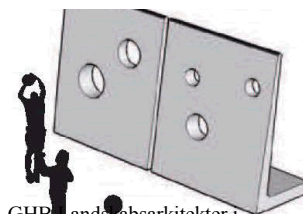
Boldspil dyrkes hovedsageligt i foreningsregi. Der spilles imidlertid også bold i mange af byens åbne rum. Boldpladsens små baner tiltrækker primært selvorganiseret boldspil, hvor der kan spilles sammen med venner, klassekammerater eller familie.

Da pladsen indeholder faciliteter til flere forskellige boldspil, åbnes der samtidig op for samvær på tværs af boldspilsinteresser og vennegrupper. Her kan børn og unge samles om glæden ved at spille bold, hvad end det er basket, fodbold, volleyball eller blot selvstændig boldleg. Pladsen kan på den vis blive et samlingssted, hvor nye bekendtskaber udvikles.

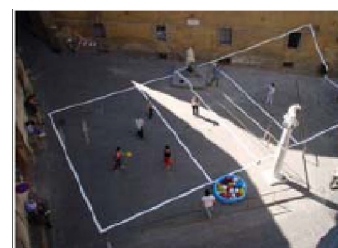
Pris

På baggrund af udregninger i forbindelse med et forslag om et fodboldeksperimentarium på Kløvermarken er anlægsudgifterne for en boldplads ca. 1.300 kr./m²

Dermed vil en boldplads på fx 3.000 m² koste i størrelsesordenen 3,9 mio. kr.



GHB Landskabsarkitekter i samarbejde med René Kural og Lokale- og Anlægsfonden



⁵Københavns Kommune, Kultur- og Fritidsforvaltningen (2007): ”Børns idrætsdeltagelse i Københavns Kommune”

Interaktiv plads

Den Interaktive plads udnytter mulighederne for at understøtte leg og fysisk aktivitet med interaktive lege- og bevægelsesredskaber. Nogle af redskaberne kan udformes, så de i form og funktion kan være med til at skabe opmærksomhed på energiforbrug og dermed også CO²-problematikken.

Pladsen kan indeholde:

- Interaktive fliser med lysdioder. Fliserne blinker, når man skal træde på dem, eller spiller en tone, når man træder på dem. De kan evt. udformes som et interaktivt dansegulv.
- En skærm der kan sendes korte videoklip til og fra mobiltelefoner. Klippene kan være af brugernes tricks, selvopfundne danse m.m.
- Redskaber der registrerer bevægelse. Disse vil eksempelvis kunne lægge op til at løbe om kap med dyrene, kendte løbere som Carl Lewis eller kammeraterne. Andre redskaber vil kunne måle, hvor højt man kan hoppe, hvor langt man kan springe osv.
- Interaktive legeredskaber der lægger op til konkurrence på reaktionsevne, hurtighed og balance. Hvem får først trykket på blinkende knapper gemt rundt på pladsen, eller hvem får først styret en figur rundt i en labyrint ved at bruge sin egen kropsvægt på et balancebræt?

De enkelte elementer skal kunne udskiftes for at sikre den fortsatte glæde ved at benytte redskaberne samt udforske pladsen.

Hvorfor

Interaktive medier er en integreret del af børn og unges hverdag. Med en interaktiv plads kan disse interaktive redskaber udnyttes til at sætte gang i bevægelse og motion. Redskaberne vil støtte kendte former for aktivitet og bevægelse samt opfordre til nye aktiviteter, der kan dyrkes både individuelt og i fællesskab.

For 2½ år siden var København den første by i verden til at bygge en interaktiv legeplads (i H.C. Ørstedparken). Den interaktive plads er en mulighed for fortsat at være på forkant med udviklingen. Den interaktive plads adskiller sig imidlertid fra legepladsen i H.C. Ørstedparken ved at henvende sig til teenagere, og ved at fokusere på idræt og bevægelse frem for et skolepædagogisk indhold. En interaktiv plads forventes at appellere til nye brugergrupper.

I forbindelse med udarbejdelsen af en interaktiv plads vil det være fordelagtigt at samarbejde med forskningsenheder og/eller virksomheder inden for området.

Pris

Prisen varierer i forhold til karakteren og antallet af interaktive redskaber, som ifølge legepladsproducenten, Kompan, kan koste op mod 400.000 kr. pr. stk. Anlægsprisen skønnes at være ca. 10.000 kr. pr. m².

En plads på fx 400 m² vil dermed koste i størrelsesordenen 4 mio. kr.

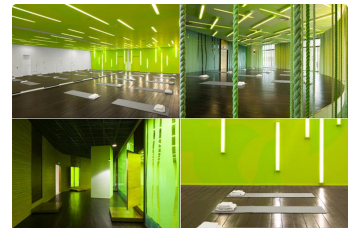


Dansefacilitet

Dansefaciliteten kan både være indendørs og udendørs. Facilitetens centrale element er et ca. 200 m² stort dansegulv til forskellige former for dans, bevægelse og leg. Dansegulvet omgives af bænkerækker. Dermed afgrænses faciliteten, og der skabes en intim stemning mellem dansere, publikum og ”oversiddere”.



Dans og musik hører sammen. Derfor skal der tilknyttes et lydanlæg, som forskellige brugere/brugergrupper kan benytte efter aftale. Fx i forbindelse med undervisning og fest. Musikanlægget skal kunne opbevares aflåst.



Dansefaciliteten kan placeres på en nedlagt skole, hvor der er indendørslokaler af tilpas størrelse samt evt. et udendørs afgrænset gårdareal med plads til en scene. Der kan evt. arbejdes med forskellig lokaleindretning og udsmykning matchende forskellige danseformer.

Hvorfor

Dans er en aktivitet under konstant udvikling. Nye danseformer kommer til, gamle danse genoptages og etniske folkeslag bringer deres danse til landet.



Dans er en aktivitet i vækst og med deltagelse af alle aldersgrupper. I de senere år har Sommerdans i Fælledparken haft børnedans på programmet. Den store tilslutning har vist, at dansen også har fat i de alleryngste.

Dans foregår for det meste i formelle rammer i foreningsregi eller på danseskoler. Med et dansegulv til fri afbenyttelse skabes der mulighed for, at de forskellige former for dans også kan dyrkes spontant og på tværs af dansesammenslutninger.



Dans hører også sammen med fest. Udover at være et sted til selvorganiseret dans, kan dansepladsen eksempelvis benyttes i forbindelse med private børnefødselsdage og kulturelle arrangementer.



Pris

Ombygning af indendørslokale til danselokale med dansegulv skønnes at koste ca. 2.200 kr. pr. m² inkl. inventar som spejle, lydanlæg m.m.

Anlægsprisen for en 200 m² scene af træ, som den der benyttes til Sommerdans i Fælledparken (billede 1), koster ca. 2,2 mio. kr.

En dansefacilitet bestående af fx fire klasselokaler á 100 m² samt et udendørs areal med en 200 m² dansescene koster dermed i størrelsesordenen 3,1 mio. kr.



Bevægelsesstier

Med bevægelsesstier lægges der op til forskellige oplevelser og bevægelsesformer igennem et stiforløb. Ét sted kan man balancere på en bom, et andet hoppe fra sten til sten, svinge sig i et reb, kravle gennem et rør eller på anden måde komme frem. Hermed lægges op til flere former for bevægelse end blot gang, cykling og løb.



På bevægelsesstien kan der også være små felter, som afbryder den fremadrettede bevægelse med lodrette, vandrette eller cirkulære bevægelsesmønstre som fx en karrusel, en gyngesving eller en vippe. På disse felter kan man også sidde og slappe af på en kant eller lege tagfat og ”Jorden-er-giftig”.



Bevægelsesstien kan enten etableres som et forløb ved siden af et eksisterende stisystem eller som en integreret del af en ny grussti.

Hvorfor

En undersøgelse af 13-15årige drenge og pigers aktivitetspræferencer foretaget af KOMPAN Play Institute viser, at forhindringsbaner ligger højt på både de adspurgte drenge og pigers ønskeliste.



Bevægelsesstien kan placeres på arealer, der ikke kan indeholde en traditionel boldbane eller lign. Derved udnyttes mindre og ’skæve’ arealer til bevægelse. Stien kan evt. sammenkæde ét bevægelsesområde med et andet - fx skolen med idrætsanlægget. Bevægelsesstierne vil også kunne anlægges i sammenhæng med eksisterende skoleveje, så der lægges op til forskellige former for bevægelse på børnenes vej til og fra skole.



Pris

Elementerne til bevægelsesstien koster ca. 5.000 kr. pr. stk. og er i gennemsnit 2,5 m. lange og 1 meter brede. Anlægsprisen for en bevægelsessti med 2 elementer pr. 10 m. er ca. 1.200 kr. pr. m².

Dermed vil en fx 1 km. lang bevægelsessti koste i størrelsesordenen 1,2 mio. kr.

Hvis der udover elementer skal anlægges en grussti, vil anlægsprisen med reference til idrætsbåndet på Kløvermarken være ca. 1.400 kr. pr. m².

Dermed vil en fx 1 km. lang bevægelsessti inkl. grussti koste i størrelsesordenen 1,4 mio. kr.



Gymnastikplads

Gymnastikpladsen er et idrætsanlæg til alsidig idrætsaktivitet. En gymnastikplads kan bygges op omkring en række redskaber til grundlæggende basisøvelser inden for gymnastikken. Eksempelvis kan gymnastikpladsen indeholde; romerske ringe, trampolin, trapezer, plinte, balancebom, klatrenet, klatretove og reck.

Belægningen på pladsen kan enten være af bark for at fremme legeelementet, eller af kunststof for at give pladsen et udtalt idrætspræg.

Gymnastikpladsen kan evt. sammentænkes med atletik- og klatrefaciliteter, der også tager udgangspunkt i nogle grundlæggende basisøvelser. Et eksempel på et sådan kombineret minianlæg er netop ved at blive etableret i Norge.⁶

Hvorfor

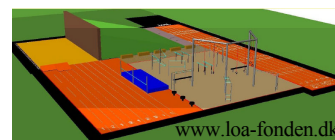
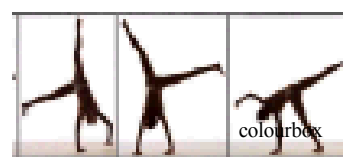
Formålet med en gymnastikplads er at etablere en facilitet, der byder på en mangfoldighed af bevægelsesmuligheder, hvor mange kan være aktive samtidig. Med en placering af faciliteten tæt på skoler kan den benyttes i idrætsundervisningen og måske skabe øget interesse for idrætsgrene som redskabsgymnastik og atletik.

Derudover vil en offentlig tilgængelig gymnastikplads gøre det muligt at bygge bro mellem decideret leg, selvorganiseret idræt og organiseret idræt. Sidstnævnte egenskab er dog afhængig af pladsens udformning, idet den organiserede idræt nødvendigvis vil stille højere krav til faciliteten.

Gymnastikpladsen vil i særlig grad appellere til piger, da interessen for gymnastik generelt er størst blandt piger.

Pris

Erfaringerne fra Norge viser, at anlægsprisen for en plads med både gymnastik og atletikredskaber er ca. 1.400 danske kr. pr. m². En plads på fx 1.200 m² koster dermed i størrelsesordenen 1,7 mio. kr.



⁶ De to første udgaver af "Friplassen" skal efter planen stå færdige i Gommerud og Sandbakken i 2009. Ref.: Lokale- og Anlægsfonden (2008): "Tribune no. 10"

Vandidrætslegeplads

Vandidrætslegepladsen indeholder en række forskellige idræts- og legeredskaber, der med et fælles udgangspunkt i vand giver muligheder for fysisk aktivitet.

Pladsen kan indeholde skulpturer med vanddyser, der kan klatres på, og vandkanoner og 'vandrende' vandstråler, der kan løbes igennem. For at udvide rammerne for den fysiske aktivitet kan vandkanonerne være drevet af cykler og romaskiner. Dermed bliver samarbejde og fysisk aktivitet en naturlig del af legen.

Andre faciliteter kan være musikredskaber, hvor man spiller musik ved at blokere forskellige vandstråler eller en række træstubbe med symboler/bogstaver" på lavt vand. For at komme tørskoet over, skal man huske en kode el. lign, så man træder på de stubbe, der ikke synker. Afhængig af anlæggets størrelse og behovet for at klæde om, kan pladsen etableres som en lille plads i byens åbne rum, som en større plads med tilknytning til omklædningsfaciliteter og/eller et idrætsanlæg. Pladsen kan eventuelt også placeres i forlængelse af et havneområde. For at øge synergieffekten med havneaktiviteten kan der fx etableres vipper, slisker samt opbevaring til bådmateriel. Herved skabes et samspil mellem pladsens selvorganiserede brugere og den selvorganiserede eller organiserede vandidræt i havnen.

I udformningen af pladsen og skulpturerne kan der tages højde for, at sæsonen er kort ved at lave opholdspladser og springvand, så pladsen kan benyttes som park resten af året.

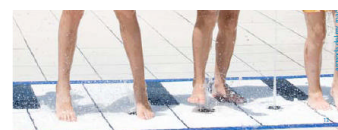
Hvorfor

Børn fascineres af vand, hvorfor en vandidrætslegeplads vil have en stor tiltrækning - især i de varmeste måneder. En vandidrætslegeplads vil derudover kunne udfordre, udvikle, interagere med og aktivere børn i mange aldre.

Pris

Med reference fra Bellahøj, hvor der blev etableret et soppelandskab i 2008, er anlægsprisen på en vandidrætslegeplads ca. 12.000 kr. pr. m².

Dermed er anlægsprisen for en vandidrætslegeplads på fx 400 m² i størrelsesordenen 4,8 mio. kr.



Sydlandsk Plads

Den sydlandske plads er et parklignende område, hvor der kan placeres borde udformet som brætspil (dam, skak mv.), bordtennisborde, stort mikadospil, minigolf og et stort kalahaspil, der både har skulpturel kvalitet og kan benyttes som legeredskab. Desuden kan pladsen have petanquebaner, hvoraf nogle kan overdækkes, så man kan være på pladsen året rundt.

Pladsen kan også indeholde almindelige rekreative elementer som borde, stole og hængekøjer for at skabe en afslappet atmosfære. Endelig kan den sydlandske stemning fremhæves i valget af beplantning. Der kan derudover placeres en café i nærheden.

Hvorfor

Den sydlandske plads kan blive et samlingspunkt for lokalområdet. Pladsen vil indbyde især børn og ældre til rekreativ nydelse og spil, hvor især sidstnævnte målgruppe vil få muligheden for aktivitet og fællesskab. Det varierede aktivitetsudbud kan måske tiltrække inaktive borgere. Desuden vil den sydlandske plads adskille sig mærkbart fra Københavns eksisterende parker og pladser.

Pris

Med afsæt i Teknik- og Miljøforvaltningens udspil om lommeparker anslås anlægsprisen for en sydlandsk plads at være ca. 2.500 kr. pr. m².

Dermed vil en sydlandsk plads på fx 600 m² koste i størrelsesordenen 1,5 mio. kr.



Fitnessplads

Fitnesspladsen kan bygges op omkring en række af de velkendte udendørs træningsredskaber, der kan bruges til traditionelle styrketræningsøvelser og basale kropsbevægelser som at balancere, hænge, svinge, løfte m.m.

Pladsen kan indrettes således, at den appellerer til alle aldersgrupper. Det gøres først og fremmest ved at benytte træningsredskaber, der kan justeres i forhold til brugerens størrelse og kropsstyrke. Samtidig kan der appelleres til forskellige træningskoncepter i valget af træningsredskaber. Foruden træningspavillonerne kan der eksempelvis laves naturlige træplante og høje, som i særlig grad vil understøtte den voksende tilslutning til træningskonceptet "Hello Fitness", der tilbyder udendørs fitnessstræning i hold. Der kan også etableres et grønt græsareal eller et gummiunderlag, som gør liggende træningsøvelser mere behagelige.

Pladsen kan rumme såvel selvorganiserede som organiserede brugere. Et samarbejde med eksempelvis hjerteforeningen kan være med til at sikre en høj udnyttelse af pladsen.

Man kan med fordel placere pladsen i forbindelse med faciliteterne til andre motionsformer som eksempelvis løbe- eller cykelstier. Herved kan pladsen fungere som et "pit stop", hvor primæraktiviteten kombineres med styrketræning. Ved også at etablere en omklædningsfacilitet og opbevaring kan løb ligeledes starte og slutte på pladsen.

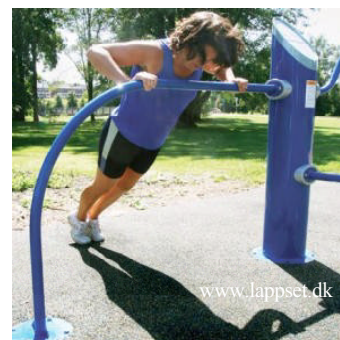
Hvorfor

Grundtanken bag pladsen er, at styrketræningen - modsat træning i et fitnesscenter - kan foregå i det fri og være gratis. Fitnesspladsen er en plads for unge, voksne og ældre. I dag tiltrækkes især unge af at træne kroppen med henblik på at forbedre deres udseende og sundhedstilstand. De udendørs fitnesspavilloner er dog også velegnet til leg blandt mindre børn og til let styrketræning blandt ældre.

Pris

Med afsæt i Teknik- og Miljøforvaltningens udspil om lommeparker samt parkudstyrsproducenten, Lappset, anslås anlægsprisen for en fitnessplads inkl. udstyr at være ca. 2.800 kr. pr. m².

En fitnessplads på fx 300 m² vil dermed koste i størrelsesordenen 850.000 kr.



Klatre- og parkourplads

Klatre- og parkourpladsen indeholder elementer til parkourtræning, ruteklatring og bouldering. Med parkours afsæt i at udnytte byens begrænsninger til kreative bevægelsesformer kan pladsen og faciliteterne udformes som et forvrænget bybillede med forstørrede skæve bænke, miniaturehøjhuse, overdimensionerede skraldespande, kæmpe trapper m.m.

Klatrefaciliteterne kan udformes med samme udtryk som kunstige forvrængede træer og klatrevægge op af gavle, ligesom klatrevægge kan benyttes til delvist at afskærme pladsen og skabe tryghed og intimitet.

Faciliteterne kan udformes, så de samme elementer kan bruges til parkour og klatring for at skabe størst muligt sammenfald mellem de to aktiviteter.

Alternativt kan faciliteterne til parkour og klatring anlægges på hver sin halvdel af pladsen. Klatrefaciliteterne kan her gives et præg af natur med kunstige klipper og træer. Dermed vil pladsen visualisere mødet mellem by og natur.

Elementerne på pladsen vil også lægge op til spontan leg og bevægelse som legeplads og forhindringsbane.

Hvorfor

Klatresporten oplever i dag stor interesse fra børn og unge, og klatrefaciliteterne i København er fuldt bookede. Det samme gør sig gældende for parkour. Med den kommende Parkourpark i Ørestad Syd, der bl.a. er rettet mod undervisning i parkour, kan man forestille sig, at interessen for sporten vil øges fremover.

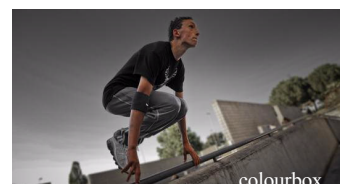
Klatre- og parkourpladsen kan benyttes af både selvorganiserede og organiserede idræt. Med sit urbane udtryk kan pladsen af arkitektoniske grunde måske appellere til nye brugergrupper, som finder pladsen interessant.

Pladsen vil være fleksibel, idet den kan udformes i forskellige størrelser alt efter forholdene. Derudover vil enkelte elementer fra pladsen kunne indgå i eksisterende parker og pladser samt i kommende lommeparker.

Pris

Baseret på erfaringer fra Parkour Park i Ørestad er anlægsprisen på en klatre- og parkourplads ca. 3.700 kr./m² fx afhængig af, hvor høj klatrevæggen er.

En klatre- og parkourplads på fx 600 m² vil dermed koste i størrelsesordenen 2,2 mio. kr.



Idrætslegeplads

Idrætslegepladsen er en plads med legeredskaber, der inspirerer til bevægelse og fysisk aktivitet. Idrætslegepladsen kan indeholde elementer fra de andre 9 forslag. Redskaberne kan være traditionelle legepladsrekvisitter som gynger, rutschebane, vippe, klatretårn m.m. Der kan derudover være boldspilsfaciliteter, forhindringsbaner, bane til cykling, skateboardrampe m.m.

Idrætslegepladsen kan etableres med forskellige belægningstyper som sand, grus, gummi og asfalt, der hver især vil lægge op til en bred vifte af aktiviteter. For at tilgodese forældre og familier kan der også etableres opholdssteder på pladsen, eksempelvis som bænke og borde i læ eller overdækket. I dette område kan der derudover opstilles vandpost og evt. et offentligt toilet.

For at skabe et samlet, spændende udtryk kan pladsen designes ud fra et overordnet tema. Eksempelvis kan der i form, funktion, materiale- og farvevalg tages udgangspunkt i tegneserier, eventyr, kendte fortællinger el. lign.

Hvorfor

Med idrætslegepladsen tilbydes nabolagets børnefamilier et samlingssted, hvor både store og små, drenge og piger kan deltage i mange forskellige former for leg og idræt.

Idrætslegepladsen kan gennem relativt beskedne investeringer skabe nye aktivitetssteder, der let kan indpasses i byens rum, og som kan være til glæde for en bred vifte af børn og unge. Pladsen vil med sin udformning stimulere fantasi og leg.

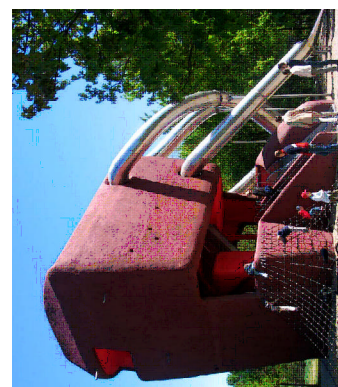
En undersøgelse fra 2003 viser, at etablering af en idrætslegeplads i nogle tilfælde har resulteret i, at uro og hærværk er formindsket.⁷ Der var i undersøgelsen belæg for, at idrætslegepladsen grundlæggende havde *gjort en forskel* i socialt belastede boligområder.

For at sikre mest mulig brug af pladsen kan den anlægges i umiddelbar nærhed af skoler, fritidshjem eller andre institutioner. På grund af befolkningstætheden i København vil adgang til nærtliggende afgrænsede udeområder kunne give et løft til en lang række af Københavns institutioner.

Pris

Da idrætslegepladser kan have meget forskellig størrelse, indhold og udseende er der store variationer i anlægsprisen. Med reference til Teknik- og Miljøforvaltningens udspil om lommeparker, samt erfaringer fra et projekt i Fredericia, skønnes anlægsudgifterne til en idrætslegeplads med boldspilsfaciliteter at være ca. 2.200 kr. pr. m².

En idrætslegeplads på fx 2.000 m² koster dermed i størrelsesordenen 4,4 mio. kr.



⁷ Ærø, Thorkild et al. (2003). "Veje til tryghed"