

Kotimaiset esimerkkikohteet

Hapelähteenpuisto

Hyvinvointikeskus Onni Pukkila

Josefiina Koti Oy Turku

Kaarenkierros Vihti

Kaarenkierros kuvia

Kannelmäen palvelutalo

Kaupin urheilupuisto Tampere

Keravan senioripuisto Kerava

Liljendahlin senioripuisto,
Loviisa

Liperin senioripuisto

Norrköpinginpuisto Tampere

Onninpolku Kokkola

Palvelukeskus Paltanpuiston
aisti- ja liikuntapiha Paimio

Portsakoti Turku

Salpupuisto Kouvola

Savitaipaleen koulukeskuksen
lähiliikuntapaikka

Senioripuisto Loviisa

Senioritalo Tampereen
Vaskikodit Tampere

Sinirikonpuisto

Sorsapuisto Tampere

Suursuonpuisto Helsinki

Taavetinpuisto ja ikiliikujanreitti
Helsinki

Vieterinpuisto Iitti

Ulkomaiset esimerkkikohteet

Youtube-galleria

Kuvagalleria

Haku

Hae

Kaarenkierros, Vihti

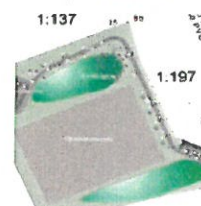
Vihdin Nummelassa sijaitseva Kaarenkierros on erityisesti ikäihmisille toteutettu lähiliikuntapaikka, jossa on kävelyreitti sekä kaikille käyttäjäryhmille sopivia liikuntalaitteita.

Kaarenkierros sijaitsee keskeisellä paikalla palvelukeskus Kaarikeskuksen läheisyydessä. Palvelutalon lisäksi lähiympäristössä on myös kouluja ja päiväkoteja. Reitti avattiin yleisölle vuonna 2009.

- Osoite: Pisteenskaari 13, 03100 Nummela
- Lisätietoja:
 - Liikuntatoimenjohtaja Raija Ranta-Porkka p. 050-592 0415, 09- 4258 3155



Reitin selkeys rohkaisee liikkumaan.



Asemakuva

"...mukavaa, kun voi päivittäiseen kävelyretkeen yhdistää erilaisia laitteita..."

- nainen 74v.

"...tapaa usein tuttaviani..."

- nainen 65v.

- Reitin ideoija on Anja Korpela-Ahola ja suunnittelusta ja toteutuksesta vastasi kunnanpuutarhuri Teuvo Vessmann yhdessä kunnan liikuntatoimen ja yleisten alueiden suunnittelijoiden kanssa.

Tavoitteena on tarjota vuodenajasta riippumatta mahdollisuus ulkoliikuntaan, hyvän mielen ja kunnon ylläpitämiseen ja kehittämiseen luonnonkauniissa ja turvallisessa ympäristössä.

- Kaarenkierros on 160 metriä pitkä ja kaksi metriä leveä joustavalla asfaltilla päällystetty kävelyreitti. Silmää miellyttävä reitti on varustettu istuimilla ja kaiteella ja sen varrelle on sijoitettu viisi ulkoliikuntalaitetta.

- Ulkoliikuntalaitteet ovat Kerko Sport -ulkokuntolaitesarjasta. Niiden tarkoituksena on kehittää kaikenikäisten lihaskuntoa, notkeutta ja elastisuutta.
- Suoritusvastuksena hyödynnetään käyttäjän omaa painoa.
- Laitteet sisältävät suomenkielisen ohjetarran.
 - Laitteet eroavat värykseltään muusta ympäristöstä.
- Laitteita ovat käsipyöräruori, surflaite, rinta- ja käsilihaslaite, jalkaprässi sekä hiihtostepperi. Reitti päättyy suureen tasapainorataan. Näiden laitteiden avulla voidaan harjoittaa koko vartaloa monipuolisesti.



Selkeä ohjeistus mahdollistaa omaehtoisen kuntoilun.



Tasapainorata.



Kuntoilupisteissä voi nauttia vuodenaikojen mukaan ilmestään muuttavista kasvillisuusalueista.

Sivustomme käyttää evästeitä käyttökokemuksen parantamiseksi. Käyttämällä sivustoa hyväksyt evästeiden käytön. Lue lisää

Hyväksy

