

PROYECTO N° 4

GIMNASIO EXTERIOR Y OPTIMIZACION DE ESPACIOS EN INSTALACIONES DEL POLIDEPORTIVO

Proyecto presentado por

CONSEJO SECTORIAL DE DEPORTES

Soto del Real, 20 de Julio 2022

INDICE

1. ANTECEDENTES
2. JUSTIFICACIÓN DEL ANTEPROYECTO
3. ALCANCE
4. OBJETIVOS
5. DESTINATARIOS
6. PROPUESTA TÉCNICA
7. METODOLOGÍA
8. CRONOGRAMA
9. PRESUPUESTO ECONÓMICO

1. ANTECEDENTES

El Consejo Sectorial de Deportes de Soto del Real se constituye con fecha 15 de diciembre de 2.015, tras múltiples reuniones, desde su primera sesión informativa celebrada el 17 de noviembre de 2.015.

Tras formalizar su reglamento de organización y funcionamiento interno, queda formado por los clubes y organizaciones siguientes:

- Club Marcha Nórdica
- Club de Pádel Soto del Real
- Club de Tenis Soto del Real
- Club Ciclista Najarra Xtrem
- Club Arco Soto
- Club Canto Berrueco (escalada)
- Club Piratas Soto Basket
- Club Soto Bosque (orientación)
- Club Soul Cico
- Club Tenis de Mesa Soto
- Soto del Real Rugby Club
- Club de Fútbol Recreativo Soto del Real
- Club Fútbol Sala VPSR
- Club Tandem Karate
- Club Hípico El Soto
- Plataforma de Urbanizaciones
- Club Voleibol Soto (miembro no constituyente)

Son también miembros constituyentes los técnicos municipales de deportes y una serie de vecinos particulares e interesados en el deporte y la actividad física en Soto del Real. Su Presidenta es Ignacio García Castañares (Concejal de Deportes).

Entendemos, desde este Consejo que **la práctica deportiva favorece todos los aspectos de la salud física, mental y cultural y que su promoción es una "obligación conjunta de los clubes y la administración local"**, quien debe velar por fomentar su práctica e incrementar las dotaciones adecuadas, sin descuidar el mantenimiento y mejora de las ya existentes.

2. JUSTIFICACIÓN DEL ANTEPROYECTO

Tras las reuniones mantenidas en el Consejo Sectorial, los Clubs han llegado a un consenso común sobre la necesidad de presentar este Proyecto que contempla la creación de un Gimnasio Exterior ubicado en el actual espacio de las Pistas de Pádel de muro y reubicar estas pistas de pádel en la parcela de la zona actual de las pistas de cristal, Junto al Parque Infantil.

Con este proyecto se pretende ampliar la oferta deportiva con una nueva zona de Gimnasio exterior que con el nuevo auge de la práctica deportiva en exteriores se cubriría este servicio gratuito a esta necesidad de los clubes y de los ciudadanos del Municipio en general.

La modificación de la orientación de las pistas de pádel actuales favorece la práctica de este deporte ya que en la nueva ubicación no existe la afección del sol en el deslumbramiento de los jugadores, como sucede actualmente.

Además, con estas intervenciones se optimizarían los espacios y usos deportivos en estas instalaciones del Polideportivo Municipal.

Es por estas razones, por la que se plantea la opción de mejora en estos espacios municipales.

3. ALCANCE

Las mejoras lograrán satisfacer a todos los vecinos de Soto del Real, así como los Clubs del municipio que trabajan sobre las necesidades de la población a nivel deportivo.

4. OBJETIVOS

1.- Aprovechamiento total del espacio deportivo en las instalaciones del Polideportivo Municipal.

2.- Coherencia de usos de espacio por deporte.

Zona de práctica de Fútbol y Rugby

Zona de práctica de pádel.

Zona de práctica de tiro con arco.

Polideportivo practica multidisciplinar.

Baloncesto, voleibol, bádminton...

Zona de rocódromo, practica escalada.

Servicios adicionales

Parque infantil.

3.- Nuevo servicio Gratuito a los deportistas con un Gimnasio Exterior

4.- Mejora de la calidad de la oferta deportiva/educativa.

5.-Dotar a las instalaciones de un material técnico adecuado para sus necesidades.

5. DESTINATARIOS

Todos los usuarios de las instalaciones deportivas afectadas, del público asistente a los eventos y los vecinos y visitantes de Soto del Real.

6. PROPUESTA TÉCNICA

A continuación se realiza una propuesta técnica de los elementos materiales y constructivos a incluir dentro del proyecto. Todos ellos están pensados para mejorar el deporte de Soto del Real, entre nuestros deportistas y todos los vecinos que hagan uso de la instalación:

6.1 EQUIPAMIENTO DEPORTIVO EN ZONA DE PISTAS DE PÁDEL DE MURO ACTUAL.

Zona con máquinas específicas de exterior para entrenamiento de los diferentes grupos musculares.

.- Cesión por parte de la concesionaria Tennis and Pádel Team SI del espacio ya urbanizado de la zona de pistas de pádel de muro.

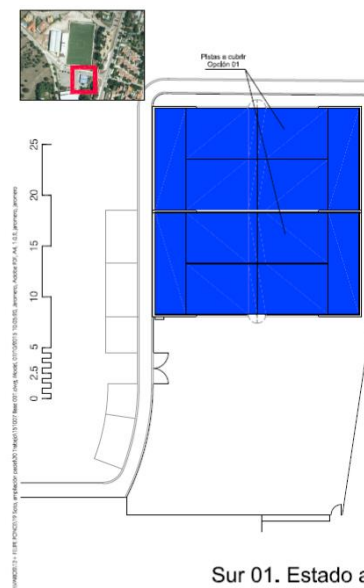
Un espacio de 500 m² de uso público gestionado por al Ayto. de Soto del Real para la instalación de maquinaria de entrenamiento y musculación deportiva para todos los usuarios.

Esta zona ya está cerrada y acotada por lo que el control de acceso será fácil para el bedel de la instalación.

Acceso a zona de aseos que están en el mismo recinto.

Zona de 400 m² con moqueta y solera de hormigón que facilitara la práctica deportiva en suelo y el anclaje de la nueva maquinaria.

Actualmente está dotado con alumbrado lo que permitirá la práctica deportiva al atardecer durante todo el año.



Sur 01. Estado actual.

Se propone la instalación de máquinas y equipamiento deportivo de exterior en la zona de pistas de Pádel de muro para el entrenamiento al aire libre. Serán máquinas y elementos de musculación adaptables a cada grupo de edad y nivel de entrenamiento de los usuarios, gracias a la regulación de la carga para ajustar el peso a las capacidades de cada persona.

Serán elementos fabricados en acero inoxidable, de gran resistencia a las inclemencias meteorológicas y antivandálicos, lo que permite poder ubicarlos en exterior para posibilitar así el uso de un mayor número de usuarios. Garantía del fabricante por 10 años y vida útil estimada de todas las máquinas de 21 años.

Cada uno de estos elementos tendrá una placa de identificación con sus instrucciones de uso.

Así mismo, se dotara de un protocolo de acceso de usuarios y en particular el control de acceso a menores.

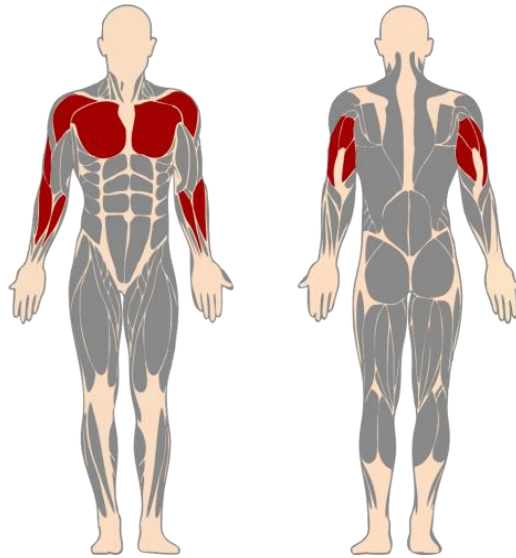
DETALLE DE CADA MÁQUINA PROPUESTA:

PRESS DE BANCA

Un dispositivo para el entrenamiento de la prensa de pecho para desarrollar los músculos del pecho, tríceps y antebrazos.



MÚSCULOS ENTRENADOS
PECHO / TRÍCEPS / ANTEBRAZOS



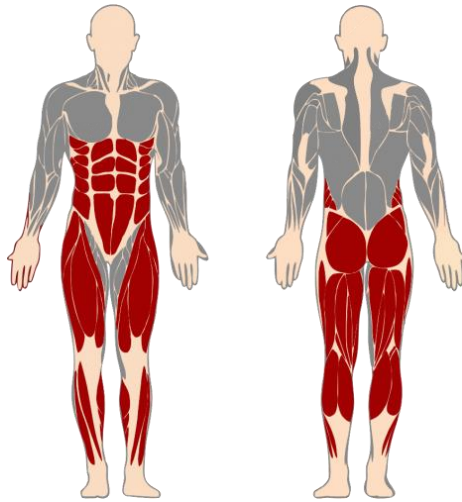
<https://www.iveoutdoor.com/ive-devices/bench-press/>

PRENSA DE SENTADILLA

Un dispositivo para el trabajo de cuádriceps, glúteos, caderas, pantorrillas y músculos de la espalda.



MÚSCULOS ENTRENADOS
CUÁTRICES / GLÚTEOS / CADERAS / PANTORRILLAS / ESPALDA



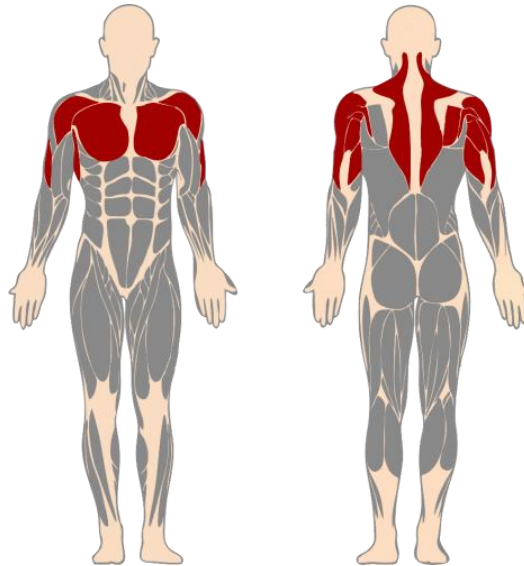
<https://www.iveoutdoor.com/ive-devices/squat/>

PRESS DE HOMBRO

Desarrolla los músculos de los hombros, bíceps, tríceps y antebrazos.



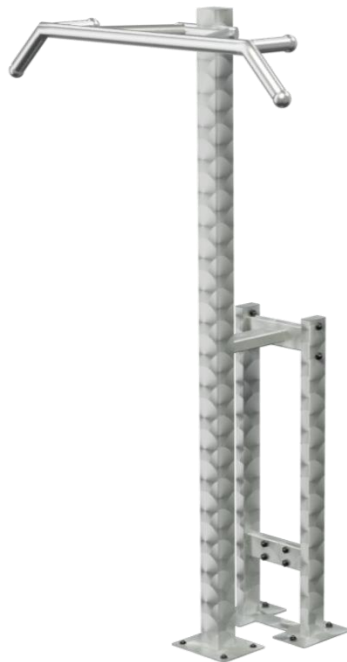
MÚSCULOS ENTRENADOS
HOMBROS / BÍCEPS / TRÍCEPS / ANTEBRAZOS



<https://www.iveoutdoor.com/ive-devices/shoulder-press/>

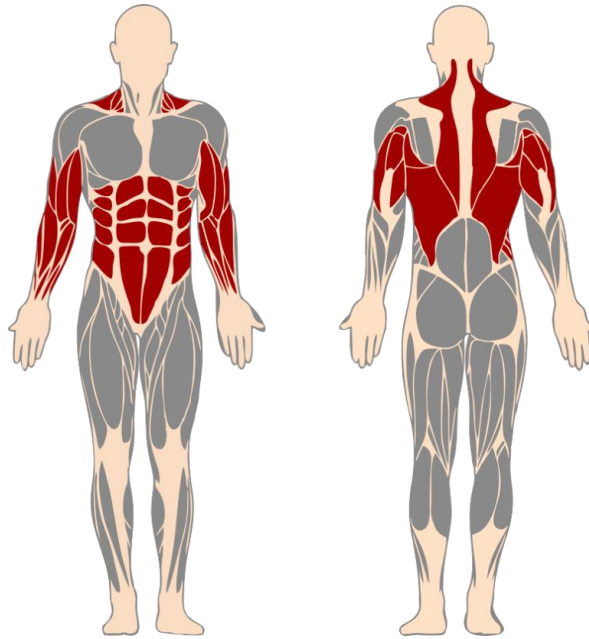
BARRA DE DOMINADAS

Desarrolla los músculos de la espalda, los hombros, los bíceps y los antebrazos.



MÚSCULOS ENTRENADOS

ESPALDA / HOMBROS / BÍCEPS / ANTEBRAZOS



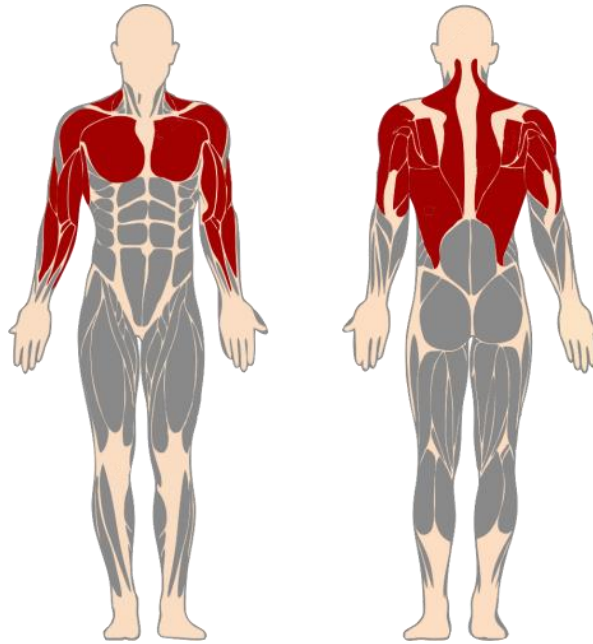
<https://www.iveoutdoor.com/ive-devices/pull-up-7-grips/>

REMO

Un dispositivo para el entrenamiento de la espalda (remo) que desarrolla los músculos de la espalda, bíceps, tríceps y antebrazos.



MÚSCULOS ENTRENADOS
CUÁTRICES / GLÚTEOS / CADERAS / PANTORRILLAS / ESPALDA



<https://www.iveoutdoor.com/ive-devices/low-row/>

6.2 INSTALACION DE UNA PISTA DE PADEL CRISTAL

Urbanización en la zona propuesta para la instalación de una pista de pádel de cristal y la preparación del espacio para la instalación de una segunda pista.

Esto facilitara la concentración de la actividad del Pádel en una misma zona para todos los usuarios.

La orientación de la nueva pista permitirá a los deportistas la práctica de pádel sin deslumbramientos, cosa que ahora nos sucede en las actuales pistas de muro.

Se adjuntan planos de actuación.



7. METODOLOGÍA

El anteproyecto, en caso de ser aprobado en la correspondiente pregunta ciudadana, saldrá a licitación pública, tal y como corresponde a la política de transparencia de la corporación. Una vez adjudicada la contratación, será competencia de los técnicos municipales la supervisión de su ejecución. El Consejo Sectorial, a su vez se implicará todo lo que sea necesario y siempre y cuando sea requerido en la elaboración final de cada epígrafe del anteproyecto y en el trasvase de las ideas originales a los pliegos de contratación.

8. CRONOGRAMA

El anteproyecto contempla su inclusión en los presupuestos participativos. En caso de ser aprobado, la realización definitiva dependerá de los plazos necesarios marcados por los técnicos y por el calendario de trabajo, en función del proceso de adjudicación de las obras y de los procedimientos administrativos necesarios para llevarlas a cabo.

9. PRESUPUESTO ECONÓMICO

CONCEPTO	PRECIO €
<u>GIMNASIO EXTERIOR:</u>	
Dotación de equipamiento fijo y auxiliar	22.000,00 €
Acondicionamiento zona de pistas actuales	3.000,00 €
Subtotal 1	25.000,00 €
<u>URBANIZACION Y CONSTRUCCION DE UNA PISTA DE PADEL</u>	
Trabajos previos	1.500,00 €
Movimiento de tierras y saneamiento	5.250,00 €
Pavimento deportivo	9.800,00 €
Iluminación pistas	4.320,00 €
Urbanización	10.430,00€

Pista de cristal	18.700,00 €
Subtotal 2	50.000,00 €
TOTAL PROYECTO	75.000,00 €

9.1 OBSERVACIONES SOBRE EL PRESUPUESTO

- Las cantidades estimadas incluyen impuestos.
- En función de los requisitos municipales para llevar a cabo el anteproyecto, este Consejo puede adaptarse a otro tipo de elementos propuestos por los técnicos municipales, determinados tanto por los propios procedimientos administrativos necesarios para llevar a cabo la adjudicación del anteproyecto, como por las cuestiones de tipo estético o funcional que considere oportunas la corporación municipal, entendiéndose que la suma total propuesta se mantendrá en el pliego o pliegos de licitación definitivos.