Trzy kolejne ścieżki rekreacyjne powstaną w 2013 roku w Toruniu. Na ich budowę miasto przeznaczy 120 tys. zł.

- Idea tworzenia tego typu miejsc sięga dawnych ścieżek zdrowia, na których można zażyć ruchu. W tym roku jedna ścieżka powstanie w parku na bydgoskim Przedmieściu, za nowym boiskiem, druga przy orliku u zbiegu Szosy chełmińskiej i ul. Polnej, a trzecia w parku przy strudze przy ul. Wojska Polskiego – ***mówi Sławomir Wiśniewski z Wydziału Inwestycji i Remontów UMT.*** *– Na budowę każdej mamy zarezerwowane 40 tys. zł.*

Na terenie ścieżek zamontowane zostaną urządzenia rekreacyjno-ruchowe, na których każdy będzie mógł poćwiczyć. A ponieważ tu – w przeciwieństwie do zwykłych siłowni czy klubów fitness – nie ma karnetów i nie obowiązują godziny otwarcia, o tężyznę fizyczną i zdrowie będzie można dbać bez ograniczeń.

Ścieżki będą gotowe latem.

Ze ścieżek zdrowia mogą korzystać osoby w różnym wieku

W ubiegłym roku w Toruniu powstały dwa tego typu miejsca - wzdłuż terenu sportowego na osiedlu Przy Skarpie i w Parku Tysiąclecia. Obie cieszą się dużym zainteresowaniem.

W lokalizacji przy ul. Przy Skarpie wykonany został kompleks 6 stanowisk siłowni zewnętrznych (bezpośrednio za orlikiem). W skład kompleksu wchodzą urządzenia dwuosobowe typu:

- wahadło (wzmacniające mięśnie pasa i poprawiające koordynację i giętkość całego ciała)
- prasa nożna (rozwijające o wzmacniające mięśnie nóg i pasa)
- wyciąg górny i wyciskanie siedząc (wzmacniające i rozwijające mięśnie rąk, barków, górnej części klatki piersiowej i pleców, poprawiające wydolność krążeniowo - oddechową)
- steper (wzmacniające kończyny dolne) i motyl (do ćwiczenia ramion, klatki piersiowej i pleców)

Powstały również urządzenia jednoosobowe typu:

- biegacz (poprawiające sprawność kończyn dolnych równoważąc i koordynując pracę całego ciała)

- drabinka (wzmacniające wszystkie mięśnie ciała w zależności od rodzaju ćwiczenia).

W ramach zadania wykonana została również ścieżka rekreacyjna, wkomponowana w część leśną, w taki sposób aby w pełni wykorzystać ukształtowanie i walory przyrodnicze terenu np. pieńki, leżące konary drzew, naturalne wzniesienia i obniżenia terenu. Przy każdej stacji zamontowana została tabliczka pokazująca jak należy wykonywać dane ćwiczenie.

W Parku Tysiąclecia przy ul. Woyczyńskiego, obok istniejących dwóch urządzeń zainstalowanych przy placu zabaw, zamontowane zostały kolejne urządzenia dwuosobowe -steper i motyl oraz wahadło. Jest tam także jednoosobowy biegacz. Dodatkowo na terenie parku powstało dziewięć stanowisk ćwiczebnych wykorzystujących naturalne walory terenu. Można między innymi wykonać slalom z dodatkowymi przeszkodami, pompki na poręczach, pompki w podporze tyłem, podciąganie na drążku i inne. Przy każdym elemencie zainstalowana została tabliczka informująca o sposobie wykonania ćwiczenia.

Podobne urządzenia zainstalowane zostaną na ścieżkach, które powstaną w tym roku.