



REPUBLIKA E SHQIPËRISË

BASHKIA PATOS
DREJTORIA E PLANIFIKIMIT URBAN, PROJEKTEVE, SHËRBIMEVE DHE EMERGJENCAVE
CIVILE

RELACION PËRSHKRIMOR

OBJEKTI: *Rehabilitim dhe rikonceptim i lulishtes prane stadiumit.*

1. Gjendja aktuale

Objekti në fjalë ndodhet në Lagjen “Naftëtari”, përgjatë rrugës “Unaza”, në pjesën veriore të shkollës “Muhamet Shehu”. Hapësira ka një sipërfaqe rreth 3950 m² ku pjesën më të madhe të sipërfaqes e zënë dy fushat sportive. Aktualisht kjo hapësirë shfrytëzohet për kryerjen e aktiviteteve sportive nga individë apo grupe të ndryshme të qytetit.

Si një ambient me hapësirë të konsiderueshme dhe me një pozicion të rëndësishëm përgjatë rrugës, nisur edhe nga reagimet e qytetarëve të ndryshëm, kjo hapësirë ka elementë të vakët dhe mungesë infrastrukture për tu shfrytëzuar nga gjithë grupmoshat në qytet dhe për këtë arsye ka nevojë për ndërhyrje në rikonceptim dhe rijetëzimin e kësaj hapësire, duke rikonstruktuar elementet bazike të fushave ekzistuese si dhe duke krijuar minihapësira të reja me lojra për fëmijë, hapësira të gjelbëruara, implementim të pajisjeve sportive të palëvizshme, pista vrapimi etj.





1. Përshkrim i Projektit

Projekti i hartuar ka si qëllim kryesor rigjallërimin dhe rijetëzimin e kësaj hapësire duke përmirësuar elementët ekzistues si dhe duke shtuar ambiente të reja rekreative, hapësira të gjelbëruara, kënde lojrash për fëmijë etj.

Ndërhyrjet e projektit përfshijnë konkretisht:

- 1. Fushat sportive:** Trajtim i sipërfaqes së fushave ekzistuese me rezinë sintetike me ngjyra për terrene sportive. Vijëzime me bojë sipas secilës disipline. Riparim dhe zëvendësim i rrethimit perimetral me rrjetë të fushave. Plotësimi me elementë si: rrjeta volejboli, kosha basketbolli etj për kryerjen e aktiviteteve sportive.
- 2. Sipërfaqet e trotuareve:** Është parashikuar zgjerimi i hapësirave të shtruara brenda zonës së konturuar duke kombinuar shtrimin me pllaka trotuari me sipërfaqet me beton të pigmentuar.
- 3. Zonat për fëmijë:** Projekti parashikon krijimin e minizonave të përshtatura për kënde lojrash për fëmijë, disa të shtruara me tapet bari artificial dhe disa me shtresë gome të derdhur me ngjyra sipas kompozimit në projekt. Konkretisht janë parashikuar 2 zona të dedikuara për fëmijë: Zona 1, në pjesën veriperëndimore të sheshit ku janë parashikuar të krijohen “duna” të trajtuara me bar artificial, me lartësi deri në 60 cm. (4 të tilla). Zona 2 ndodhet në pjesën qendrore të sheshit, në të cilën do të implementohen lodra të ndryshme për arzetimin e femijëve si stacion loje multifunksionale për fëmijë, lisharëse, stacione lëkundëse, rrotulluese, lojra barazpeshe etj.

Më poshtë janë specifikuar llojet e lodrave që do të implementohen:

Lisharese per femije me 4 ndenjëse

Këto lisharëse të thjeshta dhe të forta kanë 2 ndenjëse për seksion , zinxhir çeliku të salduar me galvanizim të nxehtë 4/0, sedilje rripash rezistente ndaj prerjes, varëse me kushineta prej bronzi vetëlubrifikuese, shina të sipërme të galvanizuar dhe këmbë të zinkuar.



Fig.10.1 - Modeli i lisharesve per femije me 4 ndenjese (1 cope)

Lëkundëse dyshe për fëmijët

Një lojë lekundese nuk del kurrë nga moda me fëmijët. Kjo pajisje ofron gezim , femijet do të qeshin, do të ndiejnë flutura në barkun e tyre dhe patjetër do të argëtohen shumë. Pajisja ka një mbështetje të lehtë të pasme përmes sediljes së derdhur që është një vlerë e shtuar sigurie. Ngjyrat e ndezura blu dhe të verdha janë tërheqëse për shkollat dhe ambientet e hapura te parqeve. Moshë: 2-5 vjet, Kapaciteti i fëmijës: 2





Fig.11.1 - Modeli i lekundeses dyshe per femije

Stacion rrotullues për fëmijë me 3 ndënjëse

Një lojë rrotulluese është një nga më të parapëlqyerat në parqet për fëmijë. Kjo pajisje ofron gezim, fëmijet do të qeshin, do të ndiejnë fluturim në barkun e tyre dhe patjetër do të argëtohen shumë. Pajisja ka një mekanizëm të poshtëm rrotullues, dhe do të ketë 3 vende me mbështetje të lehtë të pasme përmes sediljes së derdhur që është një vlerë e shtuar sigurie.



Fig.12.1 - Modeli i stacionit rrotullues për fëmijë me 3 ndenjese

Lodër lëkundëse për fëmijë në formë makine

Lodër plastike me baze suste celiku me veti lëkundëse për të argëtuar fëmijet



Fig.12.1 - Modeli i lodres lekundese ne forme makine

Lodër lëkundëse për fëmijë në formë kali

Loder plastike me baze suste celiku me veti lekundese per te argetuar femijet



Fig.13.1 - Modeli i lodres lekundese ne forme kali

Stacion loje multifunksional për fëmijë

Duke pasur një larmishmeri elementësh këto lloj instalacionesh të lojrave për fëmijë krijojnë mundësi për të akomoduar njëherësh disa fëmijë të cilët kanë mundësinë të ndërveprojnë dhe të arctohen sëbashku.



Fig.14.1 - Modeli i stacionit te lojes multifunksional per femije

- 4. Zona e aktiviteteve sportive:** Ne pjesen qendrore te zones eshte kompozuar nje hapësire ku jane implementuar pajisje statike per ushtrime fizike per grupmoshat e rritura. Gjithashtu ne pjesen lindore jane kompozuar dy hapësira ne forme rrethore, perkatesisht njera per ushtrime Taekëondo dhe ne tjetren eshte parashikuar vendosja e 2 tavolina ping-pong, ku dy hapësirat jane te lidhura me njera-tjetren me nje rrugice te harkuar te shtruar me asfalt, e cila mund te shfrytezohet edhe si minipiste per patina.

Me poshte jane specifikuar llojet e pajisjeve qe do te implementohen:

Paralele teke set me 3 seksione

Paralelet me 3 seksione lartësie , janë një element i thjeshtë por pothuajse thelbësor i pajisjeve të fitnesit. Këto tre shufra sipër janë vendosur në lartësi të ndryshme, në mënyrë që të gjithë të mund të gjejnë një lartësi të rehatshme dhe të arritshme për ta. Kërcimet e mjekrës janë një ushtrim shumë i mundimshëm, por një nga mënyrat më të mira për të rritur shpejt forcën e krahut. Jo të gjithë do të jenë në gjendje t'i bëjnë ato menjëherë, por me këto shufra kete ushtrim force, ata mund të vazhdojnë të praktikojnë derisa të munden.

Këto shufra janë një bazë e shkëlqyer edhe për një sërë ushtrimesh të tjera, si varja, lëkundja dhe madje edhe gjimnastika bazë. Shufrat janë bërë nga copa të forta çeliku të galvanizuar, të cilat me siguri i rezistojnë ndryshkut dhe motit të keq.



Fig.1.1 - Modeli i setit te paraleleve teke me 3 seksione

Cift paralelesh për ushtrime

Seti i paraleleve cift është një strukturë në dukje e thjeshtë fitnesi e cila mund të përdoret për të kryer një shumëllojshmëri të gjerë aktiviteteesh fitnesi. Për shumicën e përdoruesve, ato do të përdoren për aktivitete gjimnastike per te ushtruar kryesisht muskujt e kraheve.



Fig.2.1 - Modeli i setit te paraleve cift

Stacion i dyfishtë ushtrimi për muskujt e kofshëve

Stacioni i dyfishtë i këmbëve u siguron atletëve, fillestarëve dhe profesionistëve, një pajisje që do t'ju sfidojë dhe do t'ju ndihmojë të fitoni tonin e muskujve në mënyrë të sigurt. Ky është një mjet i shkëlqyer për ata që nuk kanë shumë kohë për të kaluar në palestër. Me përdorim të rregullt, vetëm dhjetë minuta ushtrime në pajisje do të japin rezultate dhe do t'ju bëjnë të ndiheni të fortë, fleksibël dhe të përtërirë.

Dy persona mund ta përdorin pajisjen njëherësh, duke e bërë atë një mjet të shkëlqyeshëm për familjet, shkollat ose ekipet që kufizohen së bashku pas një praktike të gjatë. E ndërtuar nga materiali me cilësi të lartë, stacioni i dyfishtë i këmbëve kursen hapësirë dhe përfshin mbulesa të montimit në sipërfaqe për të mbrojtur pajisjen.



Fig.3.1 - Modeli i stacionit te dyfishte per muskujt e kofsheve

Stacion ushtrimi lavjerrës për trupin

Stacioni lavjerrës për trupin është një pajisje mjaft popullore për palestrat e jashtme që është e lehtë për të gjitha moshat e të rriturve për të vepruar. Një përdorues thjesht qëndron në bazën e lavjerrësit dhe kap dorezat e dorës. Ndërsa trupi i përdoruesit lëkundet nga njëra anë në tjetrën, ushtrohen përkulësit e kofshës midis shumë muskujve të tjerë. Dy persona mund ta përdorin pajisjen njëherësh.



Fig.4.1 - Modeli i stacionit lavjerrës për trupin

Stol force për ushtrimet e barkut

Stolat e forces janë një zgjidhje e qëndrueshme për nevojat tuaja të fitnesit në natyrë. Dizajni përfshin pllaka për montim sipërfaqësor në beton. Mbulesat e montimit sipërfaqësor janë përfshirë për të fshehur harduerin e zgjatur që shpesh përfshin montimi në sipërfaqe. Të rriturit do të ushtrojnë vazhdimisht në stolin e dyfishtë të ulur.

Pajisja e lehtë për t'u përdorur është e destinuar për përdorim të të rriturve dhe ushtron rajonet e barkut të trupit. Konstruksioni i rëndë prej çeliku i lejon blerësit të vendosin stolin "Double Sit Up" edhe në mjediset më intensive, duke përfshirë oborret e burgjeve, shkollat e mesme, kolegjet, parqet publike dhe më shumë.



Fig.5.1 - Modeli i stolit te forces per ushtrimet e barkut

Stacion për ushtrime të shpinës dhe krahëve

Kjo pajisje ndihmon për të ushtruar krahët dhe shpinën njëkohësisht për një stërvitje sa më efektive dhe aktivizon levizjen e disa muskujve në të njëjtin ushtrim.

Përdoruesi thjesht duhet të ulet mbi të me një shpinë të drejtë dhe të tërheqë dorezat drejt vetes. Ndërsa tërhiqen, ata ngrihen lart duke e kthyer trupin e tyre në rezistencën e nevojshme për ndërtimin e muskujve. I vendosur në katër këmbë të forta, "Single Station Roëer" qëndron mirë në vend ndërsa pesha juaj ngrihet dhe ulet përsëri. E bërë nga një kombinim i plastikës dhe metaleve me cilësi të lartë, do të jetë në gjendje të përballojë kërkesat e përdorimit të rëndë në zonat publike.



Fig.6.1 - Modeli i stacionit për ushtrime të shpinës dhe kraheve (1 cope)

Stacion ushtrimi për humbjen e peshës

Kjo pajisje mundeson djegien e kalorive dhe forcon muskujt duke ju mundësuar të ushtroheni në ajër të pastër, duke e bërë atë një ndihmë për entuziastët e natyrës që preferojnë të shmangin palestrën dhe në vend të kësaj të shijojnë peizazhin.

Vërtet, është një mënyrë fantastike dhe argëtuese për të humbur peshë, dhe kjo është pajisja e përsosur për ata që duan përfitimet e aktivitetit të lartë pa rreziqe sigurie. Pajisja rrjedh me trupin tuaj për të përsëritur ndjesinë e skijimit, duke synuar grupet e muskujve të mëdhenj dhe të vegjël për një stërvitje të plotë të trupit. Ju do të tonifikoni muskujt e shpatullave dhe këmbëve ndërsa rrisni aftësinë për qëndrim dhe ekuilibër më të mirë. Ky është mjeti i përsosur për palestra në natyrë.



Fig.7.1 - Modeli stacionit te ushtrimit per humbjen e peshes

Stacion i dyfishtë ushtrimi për muskujt e krahavorit

Të gjithëve u pëlqen një gjoks i tonifikuar dhe muskuj të fortë në trup. Megjithatë, të gjithë nuk mund të përballojnë të shkojnë në një palestër çdo ditë për të përkulur disa muskuj. Kjo është arsyeja pse ky stacion është një zgjidhje efiçente për ushtrime në natyrë. Siç sugjeron emri, shtypja e dyfishtë e gjoksit përsërit lëvizjet që bëni gjatë një ushtrimi të shtypjes në stol. Ajo tonifikon muskujt në gjoks, duke ju dhënë një pamje më të fortë.

Dy persona mund ta përdorin këtë pajisje fitnessi në të njëjtën kohë, gjë që shton kënaqësinë e ushtrimeve në natyrë.



Fig.8.1 - Modeli i stacionit per ushtrimin e muskujve te kraharorit

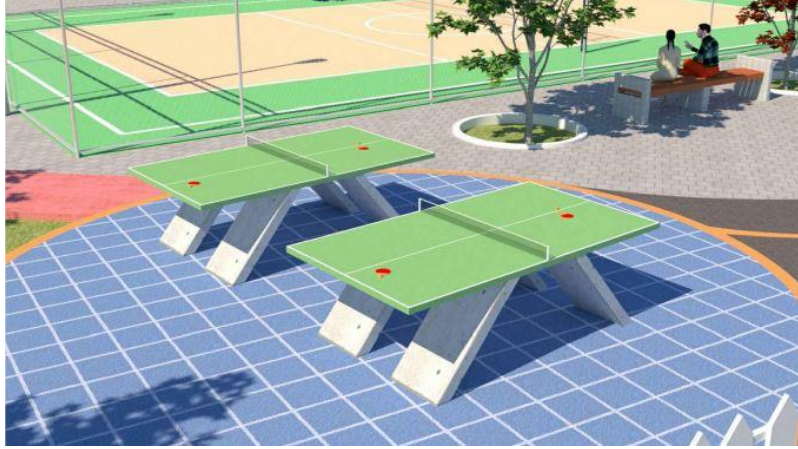
Stacion i dyfishtë për muskujt e këmbëve

Kjo pajisje ndihmon te gjithë ata që duan të fillojnë zakonin e fitnesit. Në fakt, kjo pajisje komerciale fitnesi është për këdo që kërkon të djegë kalori. “Double Air Walker” tonifikon muskujt e kofshëve dhe shpatullave tuaja.

Meqenëse dy persona mund të përdorin kete pajisje në të njëjtën kohë, ju mund të keni shoqëri gjatë stërvitjes. Dizajn i fortë dhe i lehtë për t'u përdorur janë vetëm disa nga përfitimet qe ofron kjo pajisje. Ky stacion eshte është projektuar për qendra komunitare dhe parqe, në mënyrë që të rriturit të mund të ushtrojnë në ambiente te jashtme.



Fig.9.1 - Modeli i stacionit per muskujt e kembeve



Modeli tavolinave te ping- pongut

- 5. Sipërfaqet e gjelbëruara:** Projekti parashikon shtim te hapësirave te gjelberuara, ku sipërfaqet e lulishteve do te mbillen me bar natyral, do te mbillen peme dekorative te ndryshme dhe shkurre dekorative. Ne sipërfaqet me bar, ne pozicione te caktuara sipas parashikimeve ne projekt, do te vendosen shkembinj natyral per dekoracion. Per sigurimin e jetegjatesise se sipërfaqeve te gjelberuara do te behet mirembajtja e tyre pergjate kohes.

Projekti parashikon gjithashtu implementim te stolave me konstrukcion druri, lyer me boje, te pozicionuar sipas projektit. Do te behet rrethimi i zones se lulishtes ne gjithe perimetrin e saj, me perjashtim te pjeses jugore.



Modeli stolave



Modeli i gardhit rrethues



Modeli i koshave te mbetjeve

Do të realizohet sistemi i kanalizimit të ujrave sipërfaqësore të reshjeve duke përdorur tuba drenazhi fi 150, të cilat shkarkojnë në shimbledhësat e pozicionuar në krah të trotuarit ekzistues të rruges, ku këto të fundit shkarkojnë nëpërmjet tubave të brinjëzuar fi200 mm në shimbledhësat ekzistues të rrugës.

Ndriçimi i ambienteve do të sigurohet nga montimi i shtyllave dekorative të ndriçimit me lartësi 4 m, me llampë Led 60w, ku janë parashikuar të montohen 12 copë të tilla në gjithë sipërfaqen. Gjithashtu shtyllat ekzistuese të ndriçimit të fushave do të pajisen me ndricues projektorë të rinj me llampe SAP-T 250w, me fuqinë e mjaftueshme për ndriçimin e ambienteve sportive gjatë natës.

Punoi: Silvana Mici

Arlind Rusto