

**VISAGINO SAVIVALDYBĖS FIZINIO AKTYVUMO ERDVIŲ ANALIZĖ IR  
VYSTYMO KONCEPCIJA**

Parengė: Aleksandr Bražnikovas

2023-12-19

## Turinys

TIKSLAS .....	3
PAGRINDINĖS UŽDUOTYS .....	3
KONTEKSTAS IR AKTUALUMAS .....	3
ESAMŲ FIZINIO AKTYVUMO AIKŠTELIŲ BŪKLĖS ANALIZĖ .....	4
KREPŠINIO AIKŠTELIŲ BŪKLĖS ANALIZĖ .....	7
FUTBOLO AIKŠTELIŲ BŪKLĖS ANALIZĖ .....	19
BĖGIMO, SLIDINĖJIMO, ŠIAURIETIŠKO ĖJIMO TAKELIAI IR MARŠRUTAI.....	28
TINKLINIO AIKŠTELIŲ BŪKLĖS ANALIZĖ .....	36
STALO TENISO INFRASTRUKTŪROS ANALIZĖ .....	42
LAUKO TRENIRUOKLIAI IR SKERSINIŲ KOMPLEKSAI .....	43
LAUKO TENISO INFRASTRUKTŪROS ANALIZĖ.....	44
DVIRAČIŲ INFRASTRUKTŪRA IR TAKAI.....	45
FIZINIO AKTYVUMO INFRASTRUKTŪROS PRITAIKYMAS NEĮGALIESIEMS .....	48
FIZINIO AKTYVUMO IR SPORTO INFRASTRUKTŪROS VYSTYMO KONCEPCIJA .....	49
Kosmoso-Partizanų-Vilties gatvių zona .....	49
Festivalio gatvės zona .....	56
Visagino ežero pakrantės zona .....	56
Tarybų-Veteranų gatvių zona.....	57
Parko-Kosmoso g. zona.....	57
KIEMŲ TERITORIJŲ SPORTINĖS IR FIZINIO AKTYVUMO INFRASTRUKTŪROS VYSTYMAS.	61
KONCEPCIJOS ĮVYKDYMO DARBAI PRIORITETO TVARKA .....	67
KONTAKTAI .....	71
LITERATŪRA IR NUORODOS .....	72

## **TIKSLAS**

Šio plano pagrindinis tikslas yra tobulinti Visagino savivaldybės aktyvių poilsio erdvių infrastruktūrą, siekiant skatinti gyventojų fizinį aktyvumą, sveikatą, poilsį ir užtikrinti, kad infrastruktūra būtų prieinama visiems gyventojams.

## **PAGRINDINĖS UŽDUOTYS**

1. Išnagrinėti esamą aktyvių poilsio erdvių infrastruktūrą Visagino savivaldybėje, įskaitant sporto aikšteles, sporto saleles, parkus ir žaliąsias zonas.
2. Nustatyti esamų aktyvių poilsio erdvių būklę ir poreikius, identifikuoti trūkumus ir galimus tobulinimo taškus, siekiant užtikrinti, kad infrastruktūra būtų universaliai prieinama.
3. Sukurti išsamų aktyvių poilsio erdvių plėtros planą, siūlomas priemones infrastruktūros tobulinimui.
4. Atsižvelgiant į turimus išteklius ir finansinius apribojimus, nustatyti prioritetus ir planuoti aktyvių poilsio erdvių infrastruktūros plėtrą.
5. Skatinti bendradarbiavimą su visuomenės organizacijomis, neįgaliųjų organizacijomis, sporto klubais, ir kitais suinteresuotais subjektais, siekiant įgyvendinti aktyvių poilsio erdvių plėtros projektus.
6. Užtikrinti, kad aktyvių poilsio erdvių infrastruktūros plėtra būtų suderinta su aplinkos apsaugos ir darnaus miesto principais, atsižvelgiant į neįgaliųjų mobilumo poreikius.

## **KONTEKSTAS IR AKTUALUMAS**

Visagino savivaldybė, kaip miestas su išskirtiniu potencialu, turi unikalią galimybę tobulinti savo aktyvių poilsio erdvių infrastruktūrą. Šis planas tampa dar aktualesnis atsižvelgiant į naujus miesto vystymosi aspektus ir gyventojų poreikius.

Dabartinėje aplinkoje miesto plėtra ir investicijos yra svarbesnės nei bet kada anksčiau. Visaginas, kaip perspektyvus regioninis centras, turi galimybę ne tik pritraukti investuotojus, bet ir patraukti vis daugiau turistų, kurie ieško ne tik kultūrinių, bet ir aktyvių laisvalaikio praleidimo galimybių.

Didelis dėmesys gyventojų sveikatai ir fiziniam aktyvumui yra globali tendencija. Šis planas atsako į šį iššūkį, siekdamas sukurti infrastruktūrą, skatinančią gyventojus būti fiziškai aktyviais ir sveikais. Tai yra itin svarbu siekiant pagerinti gyventojų gyvenimo kokybę.

Be to, siekiant tapti tvariu miestu, svarbu turėti modernią ir tvarią aktyvių poilsio erdvių infrastruktūrą. Tai ne tik atitiktų šiuolaikinius poreikius, bet ir prisidėtų prie miesto ilgalaikės darnos.

Šis planas yra ne tik atsakas į esamus iššūkius, bet ir žingsnis link kuriant integruotą, modernią ir įvairią aktyvių poilsio erdvių infrastruktūrą, kuria gali didžiuotis kiekvienas Visagino gyventojas.

### ESAMŲ FIZINIO AKTYVUMO AIKŠTELIŲ BŪKLĖS ANALIZĖ

Remiantis Lietuvos sporto centro statistika, Visagino savivaldybėje išsiskiria kelios populiariausios sporto šakos, kurios sudaro daugiau nei 5% visų sportuojančiųjų skaičiaus (žr. Lentelė 1). Tai yra futbolas, sportinė akrobatika, krepšinis, baidarių ir kanojų irklavimas, bei įvairios fizinio aktyvumo veiklos, tokios kaip bėgimas, šiaurinis ėjimas, joga ir kitos.

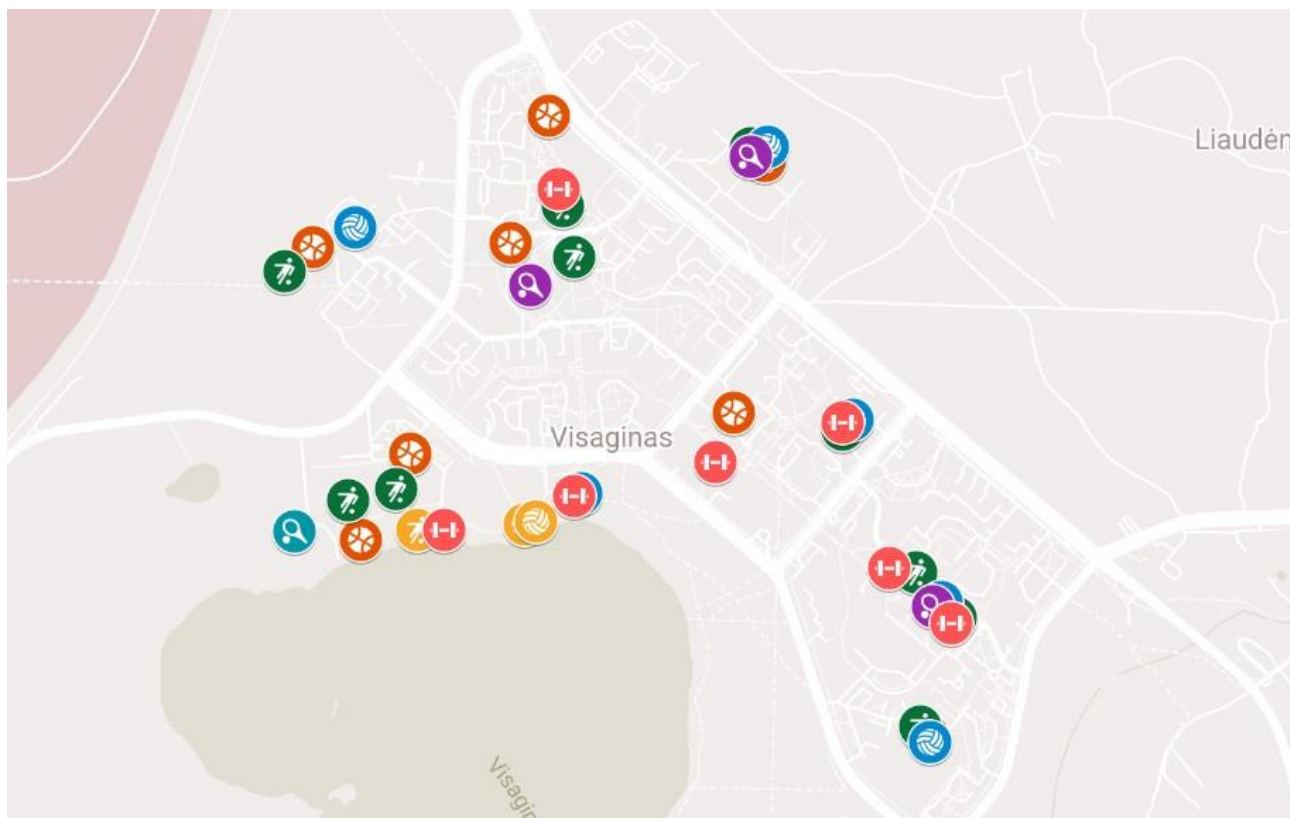
Šalia šių populiariųjų sporto šakų, Visagine taip pat yra puoselėjamos ir kitos sporto šakos, kurios turi galias tradicijas mieste, tačiau nesulaukia masinio populiarumo. Tarp šių sporto šakų ir fizinio aktyvumo veiklų galima išskirti graikų ir romėnų imtynes, bokšą, sportinius šokius, tenisą, aerobinę gimnastiką, plaukimą bei šachmatus.

**Lentelė 1. 2022 m. Visagino savivaldybės sporto organizacijų sportuojantieji pagal sporto šakas (Lietuvos sporto centras, 2022)**

Sporto šaka arba disciplina	Sportuojantieji		
	Sporto ugdymo centruose	Sporto klubuose, sporto viešosiose įstaigose	Viso
Futbolas	174	38	212
Gimnastika (sportinė akrobatika)	180		180
Baidarių ir kanojų irklavimas	122	34	156
Krepšinis	102	30	132
Kitos sporto šakos ar fizinės veiklos (bėgimo mėgėjai, keliautojų sportas, dailioji mankšta ir t.t.)	0	72	72
Imtynės (graikų ir romėnų)	60	6	66

Bokisas	49	15	64
Sportiniai šokiai	63		63
Tenisas	0	60	60
Gimnastika (aerobinė)	56		56
Plaukimas	22	30	52
Šachmatai	0	51	51
Slidinėjimas (lygumų)	25	25	50
Gimnastika (akr. šuoliai ant batuto)	45	0	45
Biatlonas	42	0	42
Stalo tenisas	0	42	42
Dvikovinės sporto šakos	0	42	42
Tinklinis	0	32	32
Lengvoji atletika	19	0	19
<b>Neįgaliųjų sportas</b>			
Judėjimo neįgaliųjų	0	20	20
Viso	959	497	1456

Ši statistika pabrėžia ne tik populiarias sporto šakas, bet ir parodo, kurios sporto šakos ir veiklos sulaukia didžiausio dėmesio tarp Visagino gyventojų. Tačiau, atsižvelgiant į miesto turimos sporto infrastruktūros prieinamumą (lentelė 2), kyla klausimų apie esamų objektų prieinamumą ir tinkamumą.



Sportinių ir fizinio aktyvumo aikštelės Visagine

**Lentelė 2. Visagino savivaldybės sporto infrastruktūros prieinamumas pagal mikrorajonus.**

Sporto šakos	Įrengtų aikštelių kiekis (rezervas)	Aikštelių kiekis (Kiekis/1000 gyventojų)			
		1 mikrorajonas (9,35 tūkst.)	2 mikr. (2,85 tūkst.)	3 mikr. (7.95 tūkst.)	Viso (20,1 tūkst.)
Futbolas	10 (1)	7 (0,74)	1 (0.35)	2 (0.25)	10 (0,49)
Krepšinis	10 (1)	6 (0.64)	2 (0.70)	2 (0.25)	10 (0.49)
Tinklinis	6 (1)	3 (0.32)	1 (0.35)	2 (0.25)	6 (0.30)
Stalo tenisas	3	2 (0.21)	1 (0.35)	1 (0.12)	3 (0,15)
Skersinių ir treniruoklių kompleksai	7	3 (0.32)	2 (0.70)	2 (0.25)	7 (0.34)

Sporto šakų infrastruktūros vertinimas ir analizė:

**Futbolas:** Esama 10 aikštelių, įskaitant rezervinę (Festivalio g.). Paskirstytos visame mieste, bet tam tikruose mikrorajonuose jų kiekis yra nepakankamas, pvz., 2 aikštės visame 3 mikrorajone ir viena 2 mikrorajone.

**Krepšinis:** 10 aikštelių, bet rezervinių tik 1 (Festivalio g.). Prieinamumas yra geras visuose mikrorajonuose, tačiau atsiranda iššūkių dėl aikštelių būklės ir saugumo.

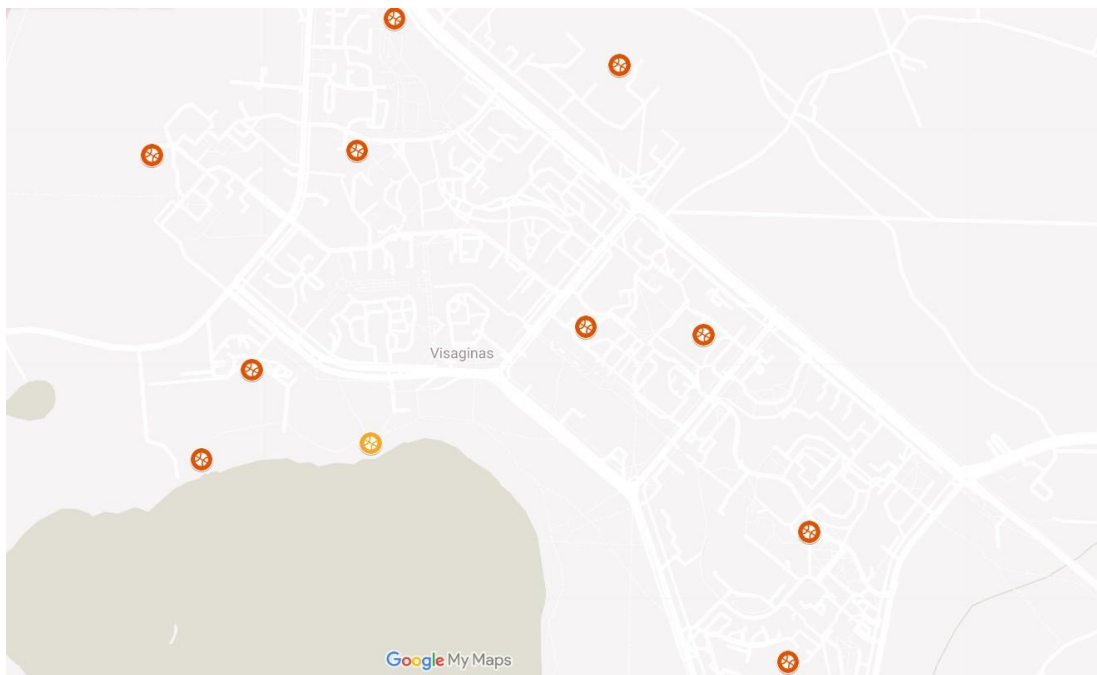
**Tinklinis:** 6 aikštelės, iš kurių viena rezervinė.(Festivalio g.). Prieinamumas yra priimtinas, bet gali būti pagerintas.

**Stalo tenisas:** 3 aikštelės. Ši sporto šaka turi mažiau infrastruktūros, o esamos aikštelės pasižymi žemu prieinamumu.

**Skersinių ir treniruoklių kompleksai:** 7 kompleksai, gana lygiai paskirstyti antrame ir trečiame mikrorajone, bet pirmame mikrorajone (išskyrus Visagino ežero poilsio zona) prieinamumas labai žemas. Trūksta ir modernių jėgos lauko treniruoklių, kur galima būtų dirbti su svoriais.

### **Krepšinio aikštelių būklės analizė**

Visagino savivaldybės teritorijoje randasi 10 lauko krepšinio aikštelių. Tik dvi iš dešimties aikštelių (Verdenės ir futbolo stadiono) atitinka aukšto meistriškumo varžyboms reikalavimams. Kitos aštuonios krepšinio aikštelės tinka gyventojų fizinio aktyvumo užtikrinimui. Reikia pažymėti, kad 4 krepšinio aikštelės yra asfaltuotos ir dėl to nėra pakankamai saugios žaidimui.



Lauko krepšinio aikšteles Visagine

### *Draugystės progimnazijos sporto aikštynas*



Krepšinio aikštelės dydis nestandartinis pagal plotį ir ilgį, dėl to netinka oficialioms 3x3 varžybos organizuoti. Kartą per 2-3 metus reikia užsakyti aikštelės ženklavimo paslaugą. Šiuo metu ženklavimas vos matosi. Per aikštelę vaikštoma, važinėjimas su dviračiais ir riedlentėmis, norint nukirpti kelią dėl to kad atidarytas praėjimas prie Draugystės mokyklos. Apšvietimo nėra.

Siūlymai:

1. Atstatyti tvora pagal perimetrą, kad sumažinti ėjimo srautą per krepšinio aikštelę.
2. Įrengti dirbtinį apšvietimą
3. Užsakyti ženklavimą
4. Įdiegti vaizdo stebėjimo kameras, kad užtikrinti aikštelės saugumą



### *Žiburio pagrindinės mokyklos krepšinio aikštelė*



Po atlikto aikštelės dangos remonto aikštelė atrodo tvarkingai. Ženklinimas matosi. Bet po 1-2 metų reikės nudažyti krepšinio aikštelės linijas. Stovų ir krepšinio lankų būklė gera. Galima būtų pagerinti sporto aikštelės infrastruktūrą, įdiegiant aikštelės apšvietimą.

### *Verdenės gimnazijos sporto aikštynas*

Dvi krepšinio aikštelės, esančios Verdenės gimnazijos aikštyne ne atitinka saugumo reikalavimams varžybų organizavimui reikalavimams dėl to kad šalia esančia tvora sukelia pavojų žaidėjų sveikatai. Saikingai, nuotolį tarp aikštelės ir tvoros lemia keletas faktorių, įskaitant aikštelės paskirtį, vietos apribojimus, ir galimus pavojus. Tačiau dažniausiai yra rekomenduojami bent 3-5 metrų atstumas nuo aikštelės iki tvoros arba kitų apribojančių objektų. Tai suteikia pakankamai vietos sportininkams, kad jie galėtų saugiai žaisti, vengiant sužalojimų, ir tuo pat metu užtikrina, kad kamuoliai nepateks per tvorą ar kitus apribojimus.

Viena aikštelė pilnai atitinka reikalavimams pagal dydį, bet ji nėra tinkamai išenklinta, nes linijos vos matosi.

Siūlymai:

1. Demontuoti tvoras tarp aikštelių.
2. Įrengti dirbtinį aikštelių apšvietimą.
3. Nudažyti krepšinio aikštelės linijas.
4. Įdiegti vaizdo stebėjimo kameras, kad užtikrinti aikštyno saugumą

## *Atgimimo gimnazijos krepšinio aikštelė*



Krepšinio aikšteles būklė – puiki. Pagrindinė problema, kad ji neprieinama miesto gyventojams dėl to, kad raktas nuo tvoros saugomas Atgimimo gimnazijoje.

Siūlymai:

1. Įdiegti vaizdo stebėjimo kamerą, kad užtikrinti aikštelės saugumą
2. Nerakinti sporto aikštelės, kad ji būtų prieinama vaikams iš aplinkinių kiemų.

## *Gerosios vilties progimnazijos krepšinio aikštelė*



Krepšinio aikštelė šiuo metu reikalauja rimto remonto arba visiško atnaujinimo. Krepšinio stovai yra geros būklės, todėl pakeitimų jų atžvilgiu nereikėtų, tačiau pačios aikštelės būklė yra pavojinga dėl esančios asfaltinės dangos, arti esančių krūmų, tvoros ir pėsčiųjų tako iš betono plytų.



### **Siūlymai:**

1. Dangos atnaujinimas: Svarbu atnaujinti dabartinę asfaltinę dangą į guminę, kuri yra saugesnė sporto veiklai. Šis patobulinimas sumažintų traumų pavojų sportininkams.
2. Tinklinio stovai: Galima numatyti tinklinio stovų montavimą aikštelėje. Tai leistų naudoti aikštelę ne tik krepšiniui, bet ir tinkliniam sportui, kuris taip pat yra populiarus.
3. Suoleliai arba tribūnos: Būtų naudinga įrengti tribūnas arba suolelius prie Gerosios vilties progimnazijos krepšinio aikštelės. Tai suteiktų galimybę sportininkams ir mokiniams iš šalia esančios mokyklos patogiai atsisėsti ir stebėti žaidimus ar treniruotes. Tribūnos arba suoleliai taip pat padėtų sukurti labiau socialinę ir bendruomeninę aplinką aplink aikštelę, kur žmonės galėtų susirinkti, palaikyti komandą, arba tiesiog pailsėti.

4. Naujos tvoros: Senąją tvorą būtų galima demontuoti ir pastatyti naują tvorą aplink aikštelės perimetrą. Tvoros turi būti mažiausiai 2 metrų atstumu nuo aikštelės ženklų linijų, užtikrinant saugumą sportininkams ir žiūrovams.
5. Pakeisti pėsčiųjų taką: Esant saugumo sumetimais, būtų geriau demontuoti dabartinį pėsčiųjų taką ir perkelti jį į šoną, priešais aikštelę, paliekant mažiausiai 3 metrų atstumą nuo aikštelės. Tai sumažintų pavojų, kad kamuoliai gali netyčia nukristi ant pėsčiųjų tako.
6. Krūmų šalinimas: Aplink aikštelę esantys krūmai turėtų būti likviduoti. Tai pagerintų aikštelės matomumą ir sumažintų kamuolių praradimo pavojų.

### *Veteranų g. 6/8 krepšinio aikštelė*



Krepšinio aikštelė Veteranų g. 6-8 yra labai populiarus ir svarbus jaunimo susibūrimo taškas. Tačiau, aikštelė yra padengta asfaltu, kuris gali būti pavojingas žaidėjams. Be to, aikštelė neturi apsauginės tvoros arba barjero, dėl to egzistuoja pavojus, kad kamuolis gali patekti į priparkuotas mašinas.

### **Siūlymai**

**Pilnavertė krepšinio aikštė:** Esama aikštelės plotas yra pakankamai didelis, kad įrengti pilnavertę krepšinio aikštelę, kurioje galėtų žaisti ir mokytis daugiau žmonių. Siūloma įdiegti dvi krepšinio lankas ir tinklinius stovus, kad žaidėjai galėtų patirti tikrąją krepšinio atmosferą.

**Apsauginė tvora:** Būtina pastatyti apsauginę tvorą aplink aikštelę, kad apsaugoti praeivius ir automobilius nuo kamuolio smūgių. Tvoros turi būti išdėstytos taip, kad jos būtų mažiausiai 2 metrų nuo aikštelės ženklų, atsižvelgiant į saugumo reikalavimus.

**Apšvietimas:** Aikštelės apšvietimas yra svarbus tiek saugumui, tiek galimybei žaisti net ir tamsiu metų laiku. Todėl būtina numatyti kokybišką apšvietimą aikštelei, nes tai pagerins ir kiemo apšvietimą.

**Suoleliai arba tribūnos:** Aikštelės projektas turėtų apimti vietą, kur žmonės galėtų atsipalaiduoti ir stebėti žaidimus. Suoleliai arba tribūnos galėtų būti pastatyti šalia aikštelės, kad žiūrovai galėtų aktyviai dalyvauti įvykiuose.

### ***Centrinio futbolo stadiono krepšinio aikštelė***

Krepšinio aikštelė centriniam futbolo stadione yra vienintelė su dirbtiniu apšvietimu, idealiai pritaikyta 3x3 krepšinio varžyboms. Deja, futbolo stadiono renovacijos metu pažeistas dviejų apšvietimo bokštų maitinimo kabelis, todėl apšvietimas neveikia, o tai neleidžia organizuoti naktinių krepšinio varžybų.

Nors aikštelė pritaikyta tinkliniui su žymėtomis linijomis ir vietomis tinklinio stovams, ji neaktyviai naudojama dėl trūkstančių tinklinio stovų. Tačiau galimybė įvesti naktinio tinklinio formatą gali padidinti jos populiarumą tarp šios sporto šakos entuziastų.

Siūlymai aikštelės gerinimui yra šie:

- 1. LED apšvietimo įrengimas:** Pirma, reikia atkurti apšvietimą aikštelėje. Galima įdiegti LED apšvietimą, kuris būtų ekonomiškas ir leistų organizuoti naktines krepšinio varžybas ar kitas sporto renginius.
- 2. Linijų žymėjimas:** Ant aikštelės linijos turi būti atnaujintos, kad žaidėjai galėtų žaisti pagal oficialias taisykles ir aiškiai matytų žaidimo ribas.
- 3. Naktinio krepšinio ir tinklinio formatų plėtra:** Būtų naudinga vystyti naktinio 3x3 krepšinio ir tinklinio formatus, kad būtų geriau išnaudojama aikštelė. Tai pritrauktų sporto entuziastus ir galėtų padidinti sporto turizmo srautą į miestą.
- 4. Atnaujinti tvoras:** Tvoros aplink aikštelę turi būti atnaujintos, ypač vietose, kur jų trūksta. Tai padidintų saugumą ir apibrėžtų aikštelės ribas.

### *Parko g. krepšinio aikštelė*



Parko g. krepšinio aikštelė

Krepšinio aikštelė Parko gatvėje skubiai reikalauja kompleksinio remonto arba pilno atnaujinimo. Šiuo metu aikštelės danga yra betoninė ir nesaugi dėl nelygumų. Be to, pažymėtina, kad prie aikštelės nėra jokio takelio, kas gali trukdyti prieinamumui ir naudojimui.

#### **Siūlymai:**

1. Būtų išmintinga įrengti visiškai naują 30\*15 metrų krepšinio aikštelę su galimybe pastatyti tinklinio stovus. Tai pagerintų aikštelės kokybę ir naudojimą. Alternatyvus variantas: Įrengti pilnavertę trikrepio krepšinio aikštelę (vienintelė Lietuvoje, bet atrodo labai gražiai ir moderniai, aktyviai naudojama JAV sporto aikštynuose).



Trikrepšio aikštelės pavyzdys (iš dešinės)

2. Aplink aikštelės perimetrą turėtų būti pastatyta tvora, kuri ne tik apsaugotų aikštelę, bet ir suteiktų daugiau privatumo žaidėjams.
3. Aikštelės viduje reikėtų įrengti suolelius žaidėjams ir žiūrovams, taip pat užtikrinant, kad jie neturėtų kelti grėsmės sportininkams. Tai skatintų žmones būti ilgiau ir komfortiškai aikštelėje.
4. Prie aikštelės galima būtų įrengti skersinių kompleksą, kuris suteiktų galimybių treniruotis ir varžytis įvairiose krepšinio šakose.
5. Taip pat būtų naudinga įdiegti aikštelės LED apšvietimą, kuris ne tik pagerintų aikštelės naudojimą naktį, bet ir padėtų gerinti Parko gatvės kiemo apšvietimą bei aplinkinių automobilių parkavimų vietų matomumą. Tai galėtų padidinti bendruomenės saugumą.

### *Kosmoso g. krepšinio aikštelė*



Kosmoso g. krepšinio aikštelė

Aikštelė prie Kosmoso gatvės yra išties svarbi šio rajono gyventojams, nes šiame rajone trūksta kitų sporto aikštelių ar laisvalaikio praleidimo vietų.

#### **Siūlymai:**

1. Svarbu pradėti naujo sporto aikštyno statybą prie Kosmoso gatvės. Tai galėtų apimti ne tik krepšinio aikštelę, bet ir kitas sporto šakas, kad visi rajono gyventojai turėtų galimybę aktyviai leisti laiką. Nauja aikštelė turėtų tapti svarbia dalimi rajono bendruomenės ir pagerinti vietinės visuomenės gyvenimo kokybę. Tai yra žingsnis teigiama linkme, kuris galėtų praturtinti rajono socialinį gyvenimą ir skatinti sveiką gyvenseną.



### *Paplūdimio krepšinio aikštė*



Paplūdimio krepšinio aikštelė

Paplūdimio krepšinio aikštelė atitinka visus paplūdimio krepšinio standartus. Tačiau, viena iš svarbių problemų yra susijusi su smėlio kokybe, kuri turi tiesioginį poveikį žaidimui ir žaidėjų komfortui. Šiuo metu aikštelėje naudojamas statybinis smėlis.

#### **Siūlymas:**

1. Svarbiausia problema, kurią reikia spręsti, yra smėlio kokybė. Siūloma pakeisti esamą statybinį smėlį į kokybiškesnį upės smėlį. Šis smėlis yra plaunamas upėje ir turi daug privalumų, tokių kaip geresnė drėgmės išlaikymo savybės, mažiau dulkių ir akmenų, taip pat ilgesnė naudojimo trukmė. Tai pagerintų paplūdimio krepšinio žaidimų sąlygas ir padarytų juos saugesnius bei malonesnius žaidėjams.

**Lentelė 3. Krepšinio aikštelių būklės suvestinė.**

Adresas arba pavadinimas	Krepšinio stovai		Danga		Ženklinimas	Sutvarkymo prioritetas
	Vnt.	Būklė	Materialas	būklė		
Draugystės	4	Gera	Guminė	gera	Nėra	žemas
Žiburio	4	Gera	Guminė	Gera	Nėra	žemas
Verdenės	6	Gera	Gumine	Gera	Nėra	žemas

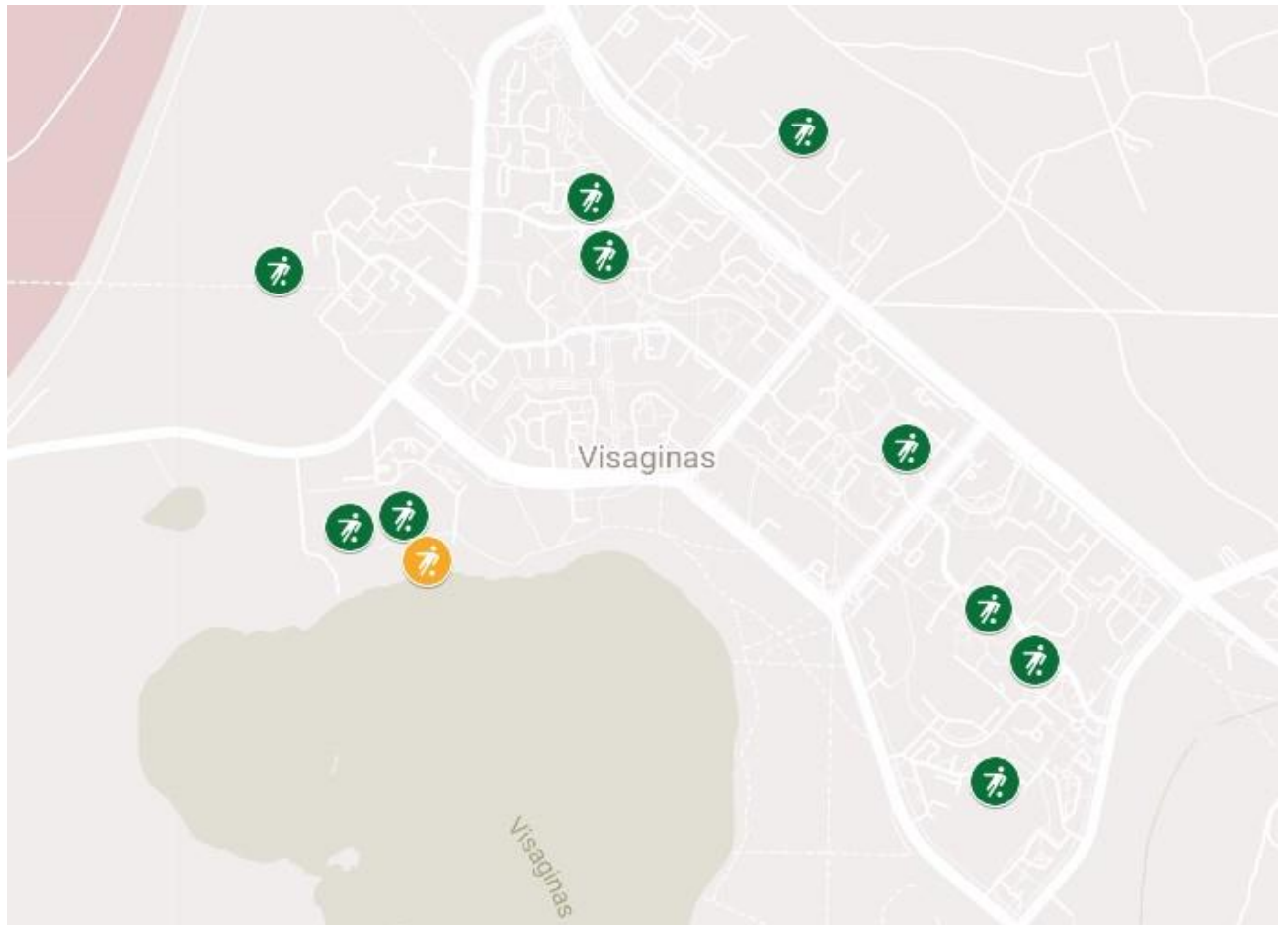
Gerosios vilties	2	Gera	Asfaltas	Reikalauja atnaujinimo	Nėra	aukštas
Atgimimo	2	Puiki	Guminė	Puiki	Yra	vidutinis
Veteranų g. 6/8	1	Bloga	Asfaltas	Reikalauja atnaujinimo	Yra	aukštas
Futbolo stadiono aikštelė	2	Gera	Guminė	patenkinama	Nėra	aukštas
Parko g.	1	Gera	Asfaltas	bloga	Nėra	vidutinis
Kosmoso	1	Gera	Asfaltas	bloga	Nėra	aukštas
Paplūdimio aikštelė	2	Puiki	Smėlis	patenkinama	-	žemas

Asfaltas yra kietas paviršius, todėl jis nesuteikia tokio paties atšokimo ir šokimo lankstumo kaip, tarkime, sporto aikštelės grindys. Tai gali padidinti sužeidimų pavojų, ypač kai žaidėjai atlieka aukštus šuolius arba krenta ant asfalto. Dažnas krepšinio žaidimas ant asfalto gali turėti ilgalaikes pasekmes sąnariams ir raumenims.

### **Rekomendacijos:**

1. Ieškoti galimybes pakeisti asfaltines dengiamas krepšinio aikšteles į gumines grindis. Tai gali padėti sumažinti sužeidimų riziką, pagerinti žaidimo kokybę ir saugumą bei padaryti krepšinį žaisti daug malonesniu visiems dalyviams.
2. Visos krepšinio aikštelės savivaldybės teritorijoje neturi ženklinimo linijų. Kartą per 2-3 metus rekomenduojama užsakinėti sporto aikštelių ženklinimo paslaugas savivaldybės teritorijoje, tam kad užtikrinti saugumą ir taisykles laikymąsi. Tai padeda išvengti sužalojimų ir konfliktų aikštelėje, nes žaidėjai žino, kur galima judėti ir kur negalima. Ženklimas leidžia pagerinti žaidimo kokybę ir įtraukti daugiau intelekto į krepšinio žaidimą.

## Futbolo aikštelių būklės analizė



Futbolo aikštelių ir stadionai Visagino savivaldybės teritorijoje

Futbolo aikštės pakankamai gerai išdėstytos po miesto teritoriją, bet ne visos futbolo aikštės turi tinkama dangą ir inventorių, kad pilnai atitiktų reikalavimus bei gyventojų poreikius.

## *Centrinis futbolo stadionas ir atsarginė aikštė*



Visagino centrinis futbolo stadionas

Centrinis futbolo stadionas visiškai atitinka reikalavimus, išskyrus kelis trūkumus. Pirmiausia, nėra sutvarkyta švieslentė, kuri šiuo metu neveikia, ir apšvietimas turi būti patikrintas. Be to, bėgimo takeliai aplink centrinį futbolo stadioną reikalauja pakeitimų, siekiant užtikrinti optimalias sąlygas sportinėms varžyboms.

Atsarginė aikštelė jau parodo tam tikrą susidėvėjimą. Lietuvos futbolo federacija (LFF) siūlo galimybę skirti naują dangą atsarginėje aikštelėje. Šis pasiūlymas yra svarbus, kadangi tai pagerintų aikštelės būklę ir galimybę vykdyti treniruotes bei varžybas. Verta paminėti, kad LFF gali finansuoti dangos įsigijimą, o tai gali sumažinti finansinį krūvį savivaldybei. Visgi, norint įgyvendinti šį projektą, reikės skirti finansavimą senos dangos nuėmimui ir naujos uždėjimui. Seną dangą galima panaudoti prie mokyklų ir darželių, tai būtų tvari ir ekologiška sprendimo dalis.

Pripučiamas slėginis kupolas tampa būtina priemone, siekiant užtikrinti futbolo klubo ir visų miesto gyventojų aktyvumą šaltuoju periodu nuo lapkričio iki balandžio. Ši nauja aikštė, dydžio 70x45 metrai, su slėginiu kupolu, taptų universalia vieta žaisti ir treniruotis žiemą.

Prognozuojama, kad žiemą sportuos apie 500 žmonių, o savaitgaliais vyks turnyrai ir įvairūs renginiai, įtraukiant kitų sporto šakų atstovus, tokius kaip irkluotojai, biatlonininkai, lengvosios atletikos mėgėjai ir kt. Suderinus grafikus, ši nauja aikštė galėtų pasitarnauti įvairioms sporto šakoms, prisidedant prie miesto sportinės kultūros plėtros.

### ***Gerosios vilties futbolo aikštė***

Futbolo aikštės dirbtinė danga ("gardas") susidėvėjo ir privalo būti pakeista. Kai kuriuose vietose jau matosi asfaltas. Pagal galimybes aplink aikštelę įrengti automatinį apšvietimą iki 22:00, kuris apšviestų ją ir aplink esančius bėgimo takelius iki vidurnakčio. *(suderinus atsarginės aikštės dangos keitimą, esamą galima būtų išnaudoti ir šioje teritorijoje)*

### ***Draugystės progimnazijos futbolo aikštė***



Draugystės progimnazijos futbolo aikštelė

Draugystės progimnazijos futbolo aikštė šiuo metu susiduria su didelėmis būklės problemomis, kurias būtina išspręsti, norint, kad ši infrastruktūra taptų praverčia naudojant visą miesto bendruomenę:

**Aikštelės Būklė:** Būtina atnaujinti aikštelės dangą. Tai galėtų būti įgyvendinta perkeliant nuo senosios natūralios dangos prie moderniosios dirbtinės dangos arba įdiegiant naują gazoną. Šis

žingsnis padėtų sukurti saugesnę ir funkcionalią aikštelę, kuri būtų tinkama futbolui, žaidimams, ir treniruotėms. *(suderinus atsarginės aikštės dangos keitimą, esamą galima būtų išnaudoti ir šioje teritorijoje)*

**Tribūnų Trūkumas:** Reikėtų įdiegti tribūnas arba kitokius sėdimų vietų variantus. Tai padėtų sukurti patogesnes sąlygas žiūrovams ir dalyviams stebėti ar dalyvauti įvairiose sporto veiklose.

**Vartai ir Tinklai:** Svarbu užtikrinti, kad futbolo vartai būtų su tinklais, kad kamuoliai nepatektų už aikštės ribų bei už vartų įrengti gaudykles, kad nebūtų trukdoma kitoms sporto šakoms esančioms aplink (krepšiniui, tinkliniui)

**Apšvietimas:** Būtina apmąstyti apšvietimo sistemos diegimą stadione. Apšvietimas leistų naudotis aikštele iki vėlyvosios valandos, padidinant jos panaudojimo efektyvumą ir pritraukiant daugiau miesto gyventojų.

Šie pasiūlymai galėtų padėti transformuoti Draugystės progimnazijos futbolo aikštę į modernią, funkcionalią ir saugią sporto infrastruktūrą, kuri būtų naudojama ir mokyklos moksleiviams, ir miesto bendruomenei sporto ir laisvalaikio veikloms.

## *Partizanų gatvės stadionas*



Partizanų g. futbolo stadionas

Partizanų gatvės futbolo stadionas turi potencialą tapti svarbia sporto infrastruktūros vieta, tačiau šiuo metu jis negauna pakankamai dėmesio iš miesto gyventojų dėl kelių svarbių aspektų, kuriuos būtina išspręsti:

**Būklės trūkumai:** Šiuo metu stadiono aikštės danga prastai pritaikyta futbolui ir netenkinanti saugumo reikalavimų. Tai daro šią vietą nepatrauklią vaikams, jaunimui ir suaugusiems futbolo entuziastams. *(suderinus atsarginės aikštės dangos keitimą, esamą galima būtų išnaudoti ir šioje teritorijoje)*

**Trūksta esminės įrangos:** Stadione nėra modernių futbolo vartų su tinklais, kurie būtų tinkami žaisti futbolą skersai per aikštę. Tai ypač svarbu atsižvelgiant į tai, kad vaikai dažnai nori žaisti šiaip ar taip, pačiais įvairiausiai būdais.

**Saugumo priemonės:** Trūksta tinklo arba tvoros, kuri užtikrintų, kad kamuoliai neskristų už aikštelės ribų. Tai ne tik galimas sužeidimų šaltinis, bet ir pavojinga praeiviams bei

žaidžiantiems asmenims, kadangi kamuolys nuo stipresnio smūgio gali pakliūti į pravažiuojamąją dalį.

**Apšvietimas:** Stadionas turėtų būti apšviestas dirbtine šviesa iki vėlyvų vakarų valandų, maždaug iki 22:00 val. Tai padėtų traukti daugiau miesto gyventojų dėmesio ir suteiktų jiems galimybę naudotis infrastruktūra ir praktikuotis net ir po darbo ar mokymų dienos pabaigos. Šis pasiūlymas pagerintų stadiono panaudojimo efektyvumą ir padarytų jį patrauklesnį visai miesto bendruomenei.

Ši vieta turi didelį potencialą tapti vertinga sporto infrastruktūros dalimi mieste. Vienas iš galimų sprendimų būtų įrengti futbolo maniežą su bėgimo takeliu viduje, o svarbiausia, pagerinti aikštelės būklę, uždėjant tinkamą dirbtinę dangą ar naują gazoną. Toks veiksmas leistų žmonėms praktikuotis ir žaisti futbolą ir kitus žaidimus bet kuriuo metų laiku, skatinant fizinį aktyvumą mieste. Vis dėlto norint, kad ši vieta taptų patrauklesnė miesto gyventojams, būtina atsižvelgti į paminėtus trūkumus ir juos sėkmingai išspręsti.

### *Žiburio pagrindinės mokyklos futbolo aikštė*



Futbolo aikštelė prie Žiburio gimnazijos



Ši futbolo aikštė įsikūrusi netoli Žiburio pagrindinės mokyklos, todėl būtų pravartu įdiegti sintetinį gazoną, kuris padarytų ją naudojamą visais metų laikais. Taip pat svarbu apšviesti aikštę, kad vaikai galėtų jos naudotis net ir vėlyvomis valandomis ir žaisti futbolą. (*suderinus atsarginės aikštės dangos keitimą, esamą galima būtų išnaudoti ir šioje teritorijoje*).

Be to, galima apsvarstyti galimybę įrengti nedideles tribūnas arba suolelius aplink aikštę, kur vaikai galėtų atsipūsti ar bendrauti. Tokios papildomos erdvės suteiktų daugiau galimybių mokyklos moksleiviams ir miesto gyventojams aktyviai naudotis šia sporto infrastruktūra.

### ***Atgimimo futbolo aikštė***

Tai naujai įrengta futbolo aikštė. Šiuo metu patekti į aikštelę galima tik turint raktą, todėl ji beveik nenaudojama miesto bendruomenei. Siūlau svarstyti galimybę atidaryti aikštelę visą parą, saugant raktą raktų dėžutėje su kodu. Taip pat būtina įdiegti kamerą, kuri padėtų nustatyti asmenis, jei bus padaryta žala.

Jei aikštelė bus atidaryta visą parą ir apsaugota, ji galės būti naudojama plačiau, prisidedant prie miesto gyventojų aktyvumo ir fizinio aktyvumo skatinimo.

### ***Verdenės futbolo aikštė***

Futbolo aikštė puikiai įrengta. Vienintelis dalykas, kurį galima tobulinti, yra mobiliųjų tribūnų (2-3 eilės) įrengimas šalia aikštės. Taip pat būtų naudinga įdiegti kamerą, kuri fiksuotų asmenis, darančius žalą aikštei arba inventoriui.

### *VTVPMC futbolo aikštė*



Šiuo metu VTMPMC futbolo aikštė negali būti naudojama pagal paskirtį. Siūloma ją panaudoti tam, kad pagerintume slidinėjimo-bėgimo trasos infrastruktūrą. Pavyzdžiui, aplink aikštę galėtų būti įrengtas guminiu dangų bėgimo takelis, o stadione galėtų būti įrengtas skersinių ir treniruočių kompleksas. Laisva vieta galėtų būti panaudota žiemos metu kaip vieta, kur slidininkai galėtų persirengti, pasigerti kavos arbatos, tepti slydžius ir kt. Tai galėtų pritraukti daugiau žmonių ir padaryti šią vietą naudingą visai miesto bendruomenei.

### *Paplūdimio futbolo aikštė*

Ši paplūdimio futbolo aikštė yra įrengta kempingo teritorijoje ir dalinai atitinka reikalavimus. Šiuo metu nereikia jokių papildomų pagerinimų, tačiau svarbu tinkamai prižiūrėti šią infrastruktūrą ir saugoti jos inventorių, kad ji ir toliau galėtų tarnauti miesto gyventojams ir kempingo lankytojams.

Norint organizuoti paplūdimio futbolo komandą ir rungtynes Lietuvos lygmeniu, reikėtų mąstyti apie kitą vietą ir didesnę aikštelę, kadangi esama neatitinka išmatavimų reikalavimų.

### **Lentelė 4. Futbolo aikštelių ir stadionų būklės suvestinė**

<b>Objekto pavadinimas</b>	<b>Reikalingi darbai</b>	<b>Prioritetas</b>
Centrinis futbolo stadionas	Švieslentės įrengimas	Aukštas

	Bėgimo takelių keitimas	Vidutinis
Centrinio stadiono atsarginė futbolo aikštelė	Dangos keitimas	Aukštas
	Pripučiamo kupolo įrengimas	Vidutinis
Gerosios vilties futbolo aikštė	Dangos keitimas	Aukštas
	Automatinio apšvietimo įrengimas (apšvietimo bokštai yra)	Žemas
Draugystės progimnazijos futbolo aikštė	Atnaujinti danga	Aukštas
	Pagerinti infrastruktūra (tinklai, vartai, tribūnos)	Vidutinis
	Įrengti aikštelės apšvietimą	Žemas
Partizanų gatvės stadionas	Pakeisti (atnaujinti) dangą	Aukštas
	Pagerinti infrastruktūra (tinklai, vartai, tribūnos)	Aukštas
	Atnaujinti bėgimo takelius, prijungiant juos prie bėgimo takelius Kosmoso-Partizanų-Vilties g.	Aukštas
	Automatinio apšvietimo įrengimas (apšvietimo bokštai yra)	Žemas
Žiburio futbolo aikštė	Pakeisti (atnaujinti) dangą	Aukštas
	Įrengti apšvietimą	Žemas
Atgimimo futbolo aikštė	Atrakinti aikštelė	Aukštas
	Įrengti aikštelės apšvietimą	Žemas
Verdenės futbolo aikštė	Pagerinti infrastruktūra (tribūnos)	Žemas
VTVPMC futbolo aikštė	Išnaudoti aikštės plotą slidinėjimo-bėgimo trasos infrastruktūros gerinimui	Vidutinis
Paplūdimio futbolo aikštė	Tinkamai prižiūrėti šią infrastruktūrą ir saugoti jos inventorių	-

## **Bėgimo, slidinėjimo, šiaurietiško ėjimo takeliai ir maršrutai**

Visagine, kaip ir daugelyje kitų miestų, sveikas gyvenimo būdas ir sportinė veikla tampa vis svarbesniu aspektu miesto gyventojų gyvenime. Šiandien norint pasiekti gyvenimo pusiausvyrą, reikia ne tik tinkamos mitybos, bet ir galimybių fiziškai aktyviai leisti laiką. Tai daroma lengviau, kai mieste yra infrastruktūra, palanki bėgimui, šiaurietiškam ėjimui vasaros laikotarpiu, o žiema slidinėjimui ir žygiams po mišką.

### **Esama padėtis:**

Šiuo metu Visagine turime vieną specializuotą bėgimo takelį su guminiu pagrindu, esantį centriniame futbolo stadione, bet ji jau reikalauja pilno keitimo. Dar vienas takelis yra prie Verdenės gimnazijos, bet jis randasi toli nuo gyvenamųjų namų, todėl nėra labai populiarus ypač rudens-pavasario laikotarpio metu, kai trumpėja dienos.

Be to, mieste yra asfaltuoti pėsčiųjų ėjimo ir dviračių takeliai, kurie gali būti naudojami laisvam bėgimui ir šiaurietiškam ėjimui, bet dėl to kad takeliai nėra sujungti į vieningą sistemą – jos mažai naudojamos ir negali būti viešinamos.

### **Tobulinimo idėjos:**

Tačiau galime žengti dar žingsnį pirmyn, pagerindami sportinę infrastruktūrą mieste ir skatinant gyventojus būti aktyvesniems. Štai keletas idėjų, kaip tai galima pasiekti:

**Maršrutai miške:** Visagine yra miškai ir gamtos oazės, kurios gali tapti puikiais bėgimo takų maršrutais. Šie maršrutai gali būti žymimi ir reguliariai prižiūrimi tiek vasarą, tiek žiemą. Žiemos laikotarpiu bėgimo trasos gali tapti puikiais slidinėjimo maršrutais, jeigu jos bus nuolat prižiūrimos, kaip tai daroma Zarasuose ir Ignalinoje. Tam reikia įsigyti ratraką – mašiną, kuri formuoja slidinėjimo takus. Tokios pramogos ne tik gerina miestiečių fizinę būklę, bet ir pritraukia turistus, kurie domina aktyvius poilsis ir natūralios gamtos grožis.

Informuojant visuomenę apie šias galimybes, mes skatiname žmones mėgautis sveiku oru ir aktyviai leisti laiką gamtoje.

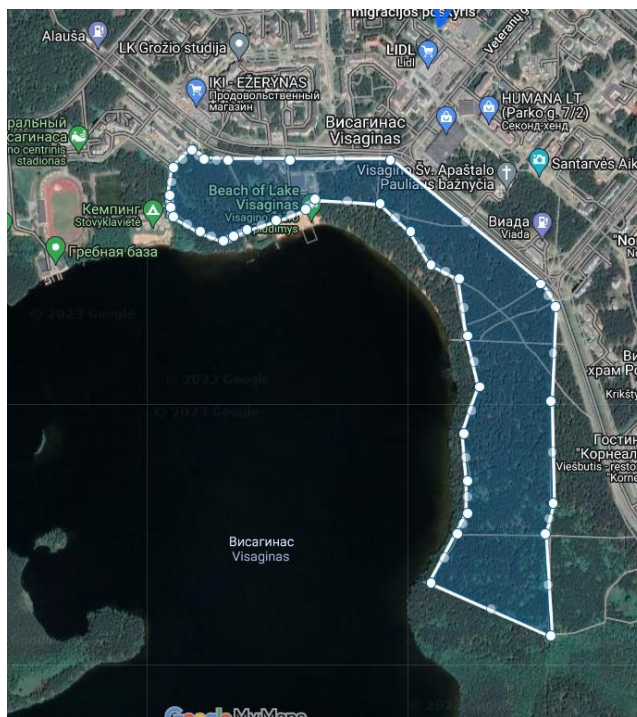
### **1 zona: Miškas už Taikos g.**

Miškas už Taikos g. šiuo metu nėra pritaikytas šiaurietiškam ėjimui arba bėgimui. Tačiau norint jį pritaikyti minimaliomis pastangomis, yra kelios galimos priemonės:

1. Pažymėti maršrutus: Pirmas žingsnis būtų pažymėti bėgimo maršrutus šiame miške. Tai galima padaryti nudažant bėgimo takus arba naudojant kitas vizualines žymes, kad žmonės lengviau galėtų sekti maršrutą.
2. Kelio ženklai: Reikėtų įrengti kelio ženklus, kurie informuotų tiek vairuotojus, tiek pėsčiuosius apie bėgimo takus. Šie ženklai turėtų parodyti, kad tai bėgimo takas ir ragintų vairuotojus būti atsargiems šioje vietoje.
3. Žiemos slidinėjimo trasos: Žiemos metu galėtų būti svarstoma slidinėjimo trasų paruošimo galimybė šiame miške. Tai pritrauktų ne tik bėgikus, bet ir žiemos sporto entuziastus.



**2 zona: Visagino ežero pakrantė**



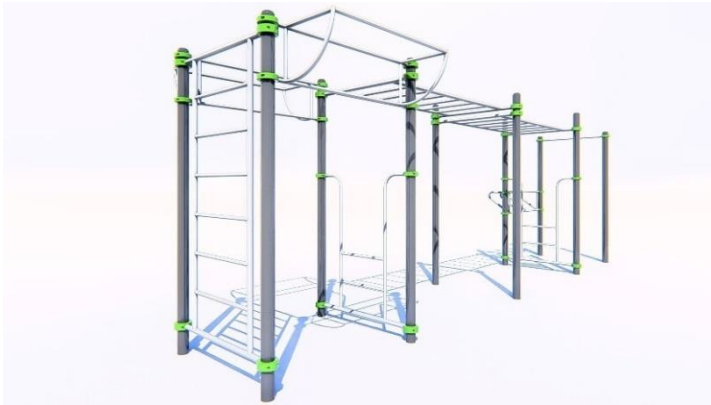
Visagino ežero pakrantė jau yra puiki vieta sportuoti ir leisti laiką gamtoje, tačiau tam, kad ji taptų dar labiau prieinama ir naudinga sportuojantiems, galima įgyvendinti kelias svarbias iniciatyvas:

1. **Bėgimo maršrutai:** Kad dar daugiau žmonių galėtų mėgautis sveiku laisvalaikiu ir bėgimo privalumais, rekomenduojama įženklinti bėgimo maršrutus ir aktyviai juos viešinti visuomenei. Tai pritrauks įvairaus amžiaus bėgikus ir suteiks jiems galimybę aktyviai treniruotis Visagino ežero pakrante.

2. **Tinklinio aikštelės atnaujinimas:** Siekiant atnaujinti sporto infrastruktūrą, galima sumontuoti naują skersinių ir treniruoklių kompleksą prie tinklinio aikštelės, pakeisdami seną, nenaudojamą skersinių kompleksą. Tai taptų daug naudingesne vieta, pritraukiant įvairaus amžiaus sportininkus, norinčius mėgautis tinkliniu.

3. **Jėgos treniruokliai:** Paminėti jėgos treniruokliai gali būti puiki priemonė, skatinanti tiek vyresnius žmones, tiek jaunimą aktyviai sportuoti ir išlaikyti sveiką gyvenimo būdą. Šie treniruokliai tinka įvairaus amžiaus sportininkams ir gali padėti stiprinti raumenis bei pagerinti fizinę būklę.

**Siūlomi treniruokliai:**



- SW-11.23 lauko gimnastikos kompleksas (4176 Eur) (Darom.lt)
- Krūtinės presas stovint su svorių bloku (3895 Eur) (Euroatletas)
- "Gatvės treniruotė" su svoriais (3 672 Eur) (Euroatletas)
- Atsilenkimų suoliukai ir skersiniai (2439 Eur) (Darom.lt)

**3 zona: Miškas už Festivalio g.**



Šioje zonoje, kur jau yra asfaltuota danga ir natūralūs kalnai, yra puiki galimybė įrengti slidinėjimo takus bei pagerinti sportinę infrastruktūrą. Norint tai įgyvendinti, būtų būtina atlikti tam tikrus darbus ir įrengti įvairaus tipo treniruoklių zonas.

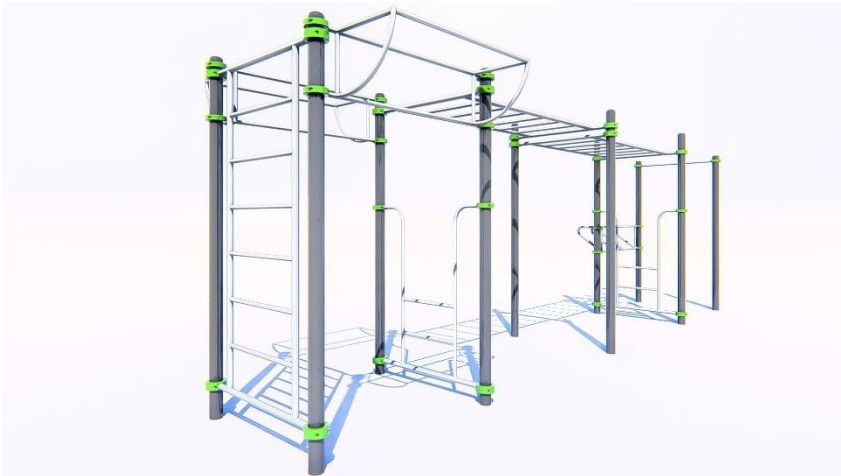
**1. Užasfaltuoti visą slidinėjimo trasą:** Užasfaltuoti slidinėjimo trasą gali būti svarbus žingsnis, kuris padarytų šią vietą patrauklesnę slidinėtojams. Užasfaltuoti kelio danga pagerintų saugą ir palengvintų slidinėjimo procesą.

**2. Įrengti jėgos ir gimnastikos treniruoklių zonas:** Treniruoklių zonos su jėgos ir gimnastikos treniruokliais būtų naudingos įvairaus amžiaus sportininkams, kurie galėtų naudotis jomis visus metus. Šios zonos padėtų stiprinti raumenis ir pagerinti fizinę būklę.

**3. Gimnastikos kompleksas:** Įrengus gimnastikos kompleksą, kuriame yra ligiagretės, švediška sienelė ir skersinių kompleksas, suteikiamos galimybės sportininkams įvairinti treniruotes, lavinti savo kūno judrumą ir stiprumą. Tai yra puikus būdas pasiūlyti sportininkams alternatyvias treniravimo galimybes.

**Siūlomi kompleksai:**





Kaina: 3017 Eur (be PVM) (Treniruokliugamyba.lt)

Kaina: 4176 Eur (be PVM) (Darom.lt)

**Jėgos kompleksas:**



Komplekto kaina: 3665 Eur be PVM (<https://vaivorykste.lt/lauko-treniruokliai>)

### *Bėgimo takeliai I mikrorajone*

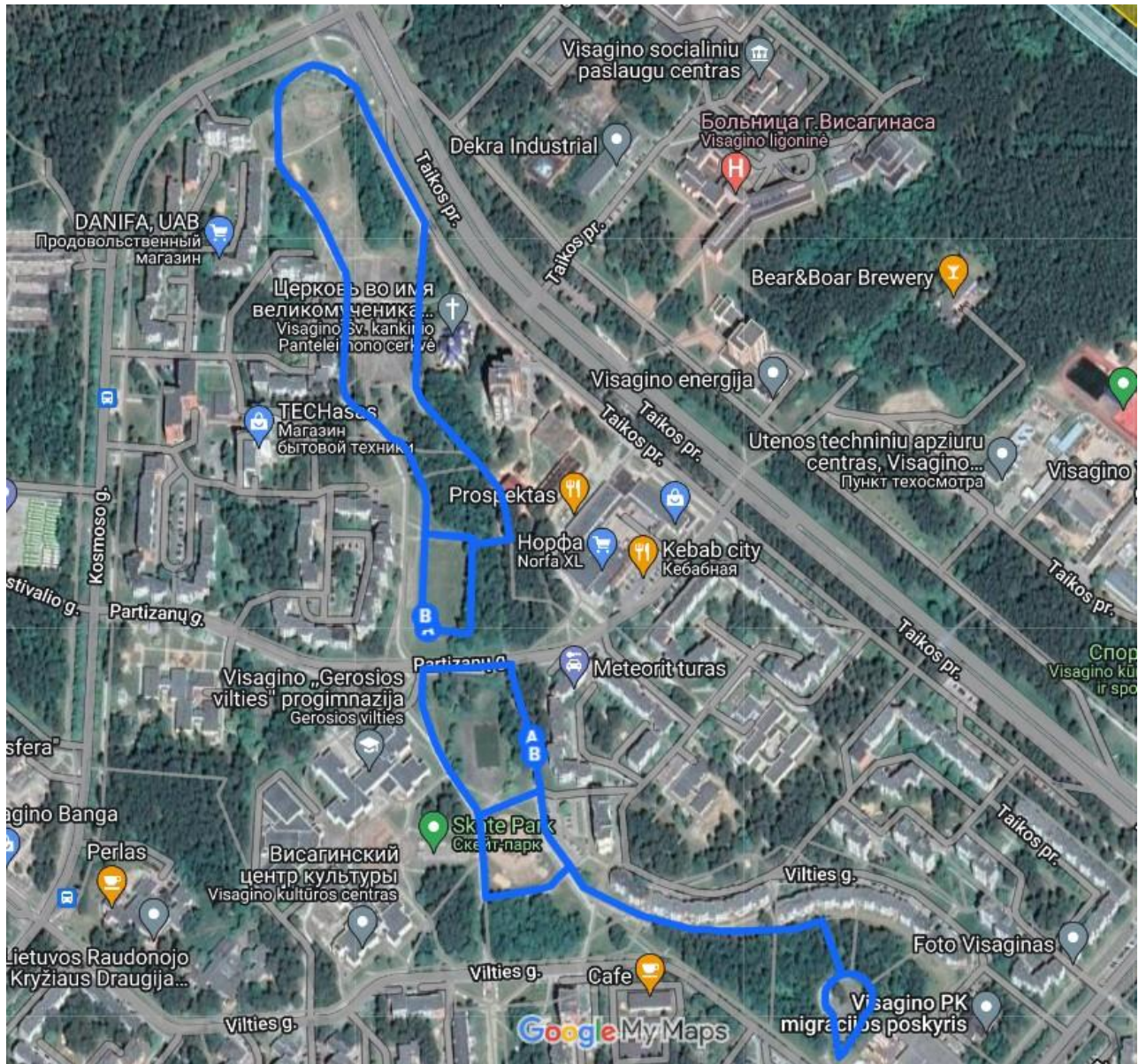


*Esančių bėgimo takelių būklė I mikrorajone.*

Pirmasis žingsnis būtų sukurti bent dvi bėgimo aikšteles Visagino mikrorajonuose. Jos turėtų bendrą ilgį apie 2 kilometrus. Viena iš šių aikštelių galėtų būti įrengta tarp Vilties ir Partizanų gatvių, panaudojant jau esamus asfaltuotus takus, kurie turėtų būti uždengti sportine guma. Kitą aikštelę galima būtų įrengti tarp Partizanų ir Kosmoso gatvių, su pilnu ratu aplink futbolo stadioną Partizanų gatvėje. Toks žingsnis leistų pagerinti sportinę infrastruktūrą rajone, kurioje šiuo metu trūksta galimybių aktyviam laisvalaikiui. Šie takeliai galėtų būti sujungti vienu maršrutu, tereikia perbėgti per pėsčiųjų perėją Partizanų gatvėje.

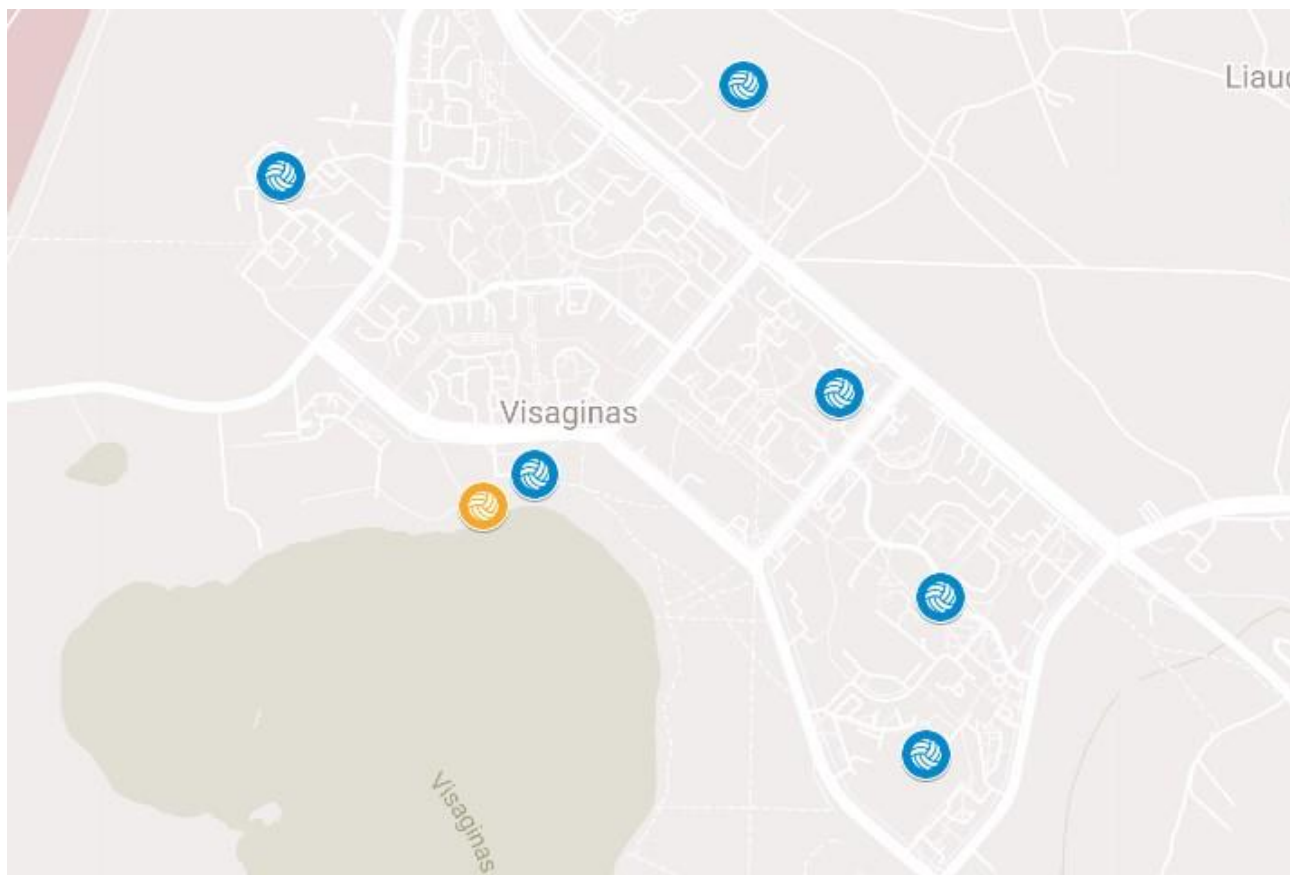
Tokie veiksmai ne tik pagerintų sportinę infrastruktūrą Visagine, bet ir skatintų gyventojus būti sveikesniems ir aktyvesniems. Sporto infrastruktūros plėtra gali turėti teigiamą poveikį miesto bendruomenei, skatinant sveiką gyvenimo būdą ir gyventojų dalyvavimą sportinėse veiklose. Taip

pat tai prisidėtų prie miesto patrauklumo ir piliečių gerovės didinimo.



Siulomi bėgimo takelių maršrutai I mikrorajone

## Tinklinio aikštelių būklės analizė



Tinklinio aikštelės Visagino savivaldybės teritorijoje

Visagine turime 7 tinklinio aikštelių, bet ne visos iš jų tinkamos naudojimui, o kai kurios reikalauja remonto.

### *Verdenės gimnazijos tinklinio aikštelės*

Sporto aikštyne prie Verdenės gimnazijos įrengta paplūdimio tinklinio aikštelė, tačiau smėlio kokybė šiuo metu neatitinka reikalavimų. Be to, aikštelėje nėra tinklo, nors yra geri stovai. Dėl šių trūkumų ir atstumo nuo gyvenamųjų namų šiuo metu beveik nenaudojama. Norint atgaivinti šią aikštelę ir ją paversti aktyviai naudojama vieta, rekomenduojama atlikti šiuos veiksmus:

**Smėlio kokybės pagerinimas:** Būtina atlikti smėlio kokybės gerinimo darbus, atsikratant nekokybiško ar susikaupusio smėlio. Tai leistų aikštei atitikti visus reikalavimus ir tapti patrauklesne šios sporto šakos mėgėjams ir gimnazijos mokiniams. Smėlio sluoksnio gylis turi būti ne mažesnis kaip 40 cm. Atsižvelgiant į standartinius aikštelės matmenis (16x8 metrai), norint visiškai užpildyti sporto aikštę, reikės apie 50 m<sup>3</sup> užpildo. Reikėtų pasirūpinti brezentu, kuris uždengtų centrinę zoną lietaus atveju.

**Tinklo įrengimas:** Įrengti tinklą ant tinklinio stovų, kurie jau yra geri. Tai suteiktų galimybę žmonėms patogiai ir saugiai žaisti tinklinį. Traumų prevencijai reikalingos apsaugos tinklinio stovams.

**Viešinimas ir informavimas:** Aktyviai pranešti gyventojams apie atnaujintą aikštelę. Tai galima padaryti skelbiant informaciją viešose vietose, socialinėje medijoje arba vietos bendruomenės susirinkimuose.

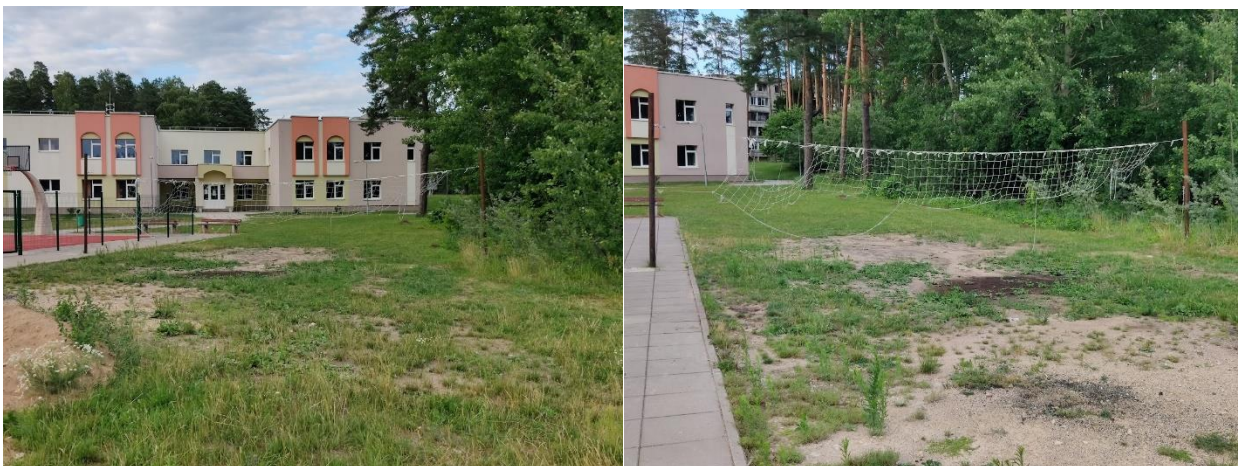
### ***Draugystės progimnazijos tinklinio aikštelė***

Draugystės progimnazijos sporto aikštyne esanti tinklinio aikštelė su gumine danga šiuo metu yra itin populiari ir vasaros laikotarpiu intensyviai naudojama. Aikštelė pilnai įrengta ir prižiūrima Visagino tinklinio asociacijos jėgomis – šiuo metu įrengti stova ir tinklas. Norint tobulinti infrastruktūrą, rekomenduojama įsigyti teisėjų bokštą ir įrengti dirbtinį apšvietimą visame sporto aikštyne.

Tai ne tik pagerintų žaidimų kokybę ir galimybes vykdyti varžybas vėsesniuose metų laikotarpiuose, bet ir pritrauktų daugiau žmonių, kurie galėtų dalyvauti net ir po darbo ar mokymų. Taip pat būtų svarbu įvertinti galimybę rengti naktines varžybas, kurios pritrauktų įvairaus amžiaus žaidėjus. Toks sporto aikštyno tobulinimas taptų ne tik vietine bendruomenės pramoga, bet ir prisidėtų prie miesto sportinės kultūros plėtros.

Rekomenduojama atskirti tinklinio aikštelė nuo kitu, vienu metu žaidžiant krepšinininkams ir tinklininkams, kamuoliai skrieja po kojom, kas yra labai pavojinga sportininkų atžvilgiu.

### ***Žiburio mokyklos aikštelė***



*Tinklinio aikštelė prie Žiburio pagrindinės mokyklos.*

Tinklinio aikštelė prie Žiburio mokyklos įrengta šalia esančių krepšinio aikštelių ant žemės. Kadangi tinklinis yra viena iš pagrindinių sporto šakų mokyklos programoje, svarbu nedelsiant imtis veiksmų jos būklės pagerinimui. Šiuo metu aikštelė nesuteikia saugaus ir patogaus naudojimo dėl trūkumų, todėl siūloma atlikti šiuos veiksmus:

**Guminės dangos įrengimas:** Būtina pakeisti dabartinę žemės dangą guminės dangos, kuri padarytų žaidimą ne tik saugesnį, bet ir patogesnį.

**Linijų žymėjimas:** Aiškiai pažymėti linijas ant aikštelės, kad žaidėjai galėtų lengvai suprasti žaidimo taisykles.

**Modernių tinklinio stovų įrengimas:** Įrengti naujus, modernius tinklinio stovus su tinklu, kurie atitiktų šiuolaikinius standartus (pvz. keisti tinklo aukšti merginoms ir berniukams) ir būtų patvarūs ilgam naudojimui.

**Aikštelių dirbtinis apšvietimas:** Svarbu įrengti dirbtinį apšvietimą, kad aikštelė būtų naudojama ir vakarais arba rudenį, kai dienos šviesa sumažėja.

Šie veiksmai ne tik pagerintų mokyklos tinklinio aikštelės sąlygas, bet ir skatintų mokinius būti fiziškai aktyviais. Taip pat tai turėtų teigiamą poveikį bendruomenės dalyvavimui sportinėse veiklose ir skatintų sveiką gyvenseną.

### ***Tinklinio aikštelė prie „Bangos” kultūros centro***

Tinklinio aikštelė prie „Bangos” kultūros centro prarado populiarumą po to, kai buvo pastatyta paplūdimio tinklinio aikštelė. Nepaisant to, ji yra puikioje vietoje ir gali būti atgaivinta remontu ir visos zonos rekonstrukcija. Norint padaryti ją patrauklesnę visuomenei, siūloma įgyvendinti šias idėjas:

**Pilnavertės aikštelės įrengimas:** Svarbu atnaujinti aikštelę, įrengiant pilnavertę tinklinio aikštelę su patvaria gumine danga ir tinklinio stovais.

**Gimnastikos skersinių kompleksų įrengimas:** Seną skersinių kompleksą reikia demontuoti ir įrengti naują gimnastikos skersinių kompleksą kartu su lauko jėgos treniruokliais, skatinant fizinį aktyvumą.

**Aikštelės apšvietimas:** Įrengti dirbtinį apšvietimą padidins aikštelės naudojimą ir suteiks galimybę žaisti ir vakarais.

**Vaizdo kameros:** Saugumo sumetimais rekomenduojama įdiegti vaizdo kameras, kurios padės fiksuoti galimus vandalizmo atvejus, ypač susijusius su lauko treniruokliais.

Šie pasiūlymai ne tik atnaujintų tinklinio aikštelę, bet ir padarytų ją pritaikytą įvairioms veikloms, suteikdami galimybę miestiečiams aktyviai leisti laiką poilsio zonoje prie Visagino ežero kranto.

### ***Paplūdimio tinklinio aikštelė***

Paplūdimio tinklinio aikštelė Visagino paplūdimyje yra aktyviai naudojama vasaros laikotarpiu. Joje ne tik organizuojami turnyrai, bet ir puikiai reprezentuoja miestą, kaip populiarį poilsio zona prie Visagino ežero. Siekiant išlaikyti ir toliau skatinti aikštelės populiarumą, siūloma įgyvendinti šias priemones:

**Smėlio atnaujinimas:** Reguliariai (kartą per 2 metus) atvežant naują smėlį ir lyginant dangos lygį, galima užtikrinti, kad aikštelė visada būtų tinkama žaidimams ir saugiai veiklai. (priedas 1, paplūdimio tinklinio , aikštelių reikalavimai).

**Tinklinio turnyrai:** Norint organizuoti daugiau tinklinio turnyrų būtinas antros aikštelės įrengimas paplūdimyje. Reguliariai organizuojami tinklinio turnyrai skatins bendruomenės dalyvavimą ir padidins aikštelės populiarumą. Šiuo metu turnyrai organizuojami, bet dėl netinkamos aikštelės ir dėl to kad trūksta antros dalyvių kiekis labai mažas.

**Reklama ir informavimas:** Intensyviai reklaminę veiklą, skelbiant organizuojamus renginius, pateikiant informaciją apie aikštelės veiklą socialiniuose tinkluose ir vietinėse bendruomenėse.

**Apleistos vietos tvarkymas:** Rūpintis visos paplūdimio zonos švara ir tvarka, įskaitant apleistų vietų tvarkymą, kad visi lankytojai jaustųsi saugūs ir patogiai.

Šios priemonės padės išlaikyti aikštelės patrauklumą ir užimtumą, kurios reikia tolesniam sėkmingam jos funkcionavimui.

### ***Festivalio g. tinklinio aikštelė***

Aikštelė reikia sutvarkyti pagal salės tipo tinklinio aikštelių reikalavimus (priedas 1).



### Festivalio g. tinklinio aikštelė

Festivalio g. tinklinio aikštelė, esanti kieme tarp Festivalio g. 13 ir 15 namų yra apleista, nors anksčiau ji buvo itin populiari tarp miesto gyventojų. Aikštelė įsikūrusi ramioje vietoje, kur gausu laisvos erdvės. Verta pažymėti, kad Festivalio gatvės rajono gyventojams itin trūksta sportinės infrastruktūros arti jų gyvenamosios vietos.

Siūloma atlikti šiuos veiksmus:

**Aikštelės įrengimas:** Demontuoti esamus tinklinio stovus ir įrengti pilnavertę tinklinio aikštelę su gumine danga. Svarbu apsvarstyti galimybę išplėsti aikštelę ir, jei tai įmanoma, kitoj jos pusėje pastatyti papildomą krepšinio arba trikrepsio stovą.

Prie aikštelės galima įrengti suolelius, stalo teniso stalus ir skersinių kompleksą, kad ji taptų universalia laisvalaikio zona visiems gyventojams.

**Įrengti aikštelės apšvietimą ir vaizdo stebėjimą:** Tai leis gyventojams ilgiau naudoti aikštelę ir užtikrins jos saugumą.

### Atgimimo gimnazijos aikštelė

Atgimimo gimnazijos tinklinio aikštelė yra įrengta krepšinio aikštelėje. Tačiau, deja, ji beveik nenaudojama, nes įėjimas į aikštelę yra užrakintas, o raktą reikia imti iš mokyklos, kuri savaitgaliais nedirba. Ši problema kelia didelį iššūkį norint pasinaudoti aikšte, ypač kai mokykla yra uždaryta. Siekiant didesnio prieinamumo ir naudojimo patogumo, būtų svarbu rasti sprendimą,



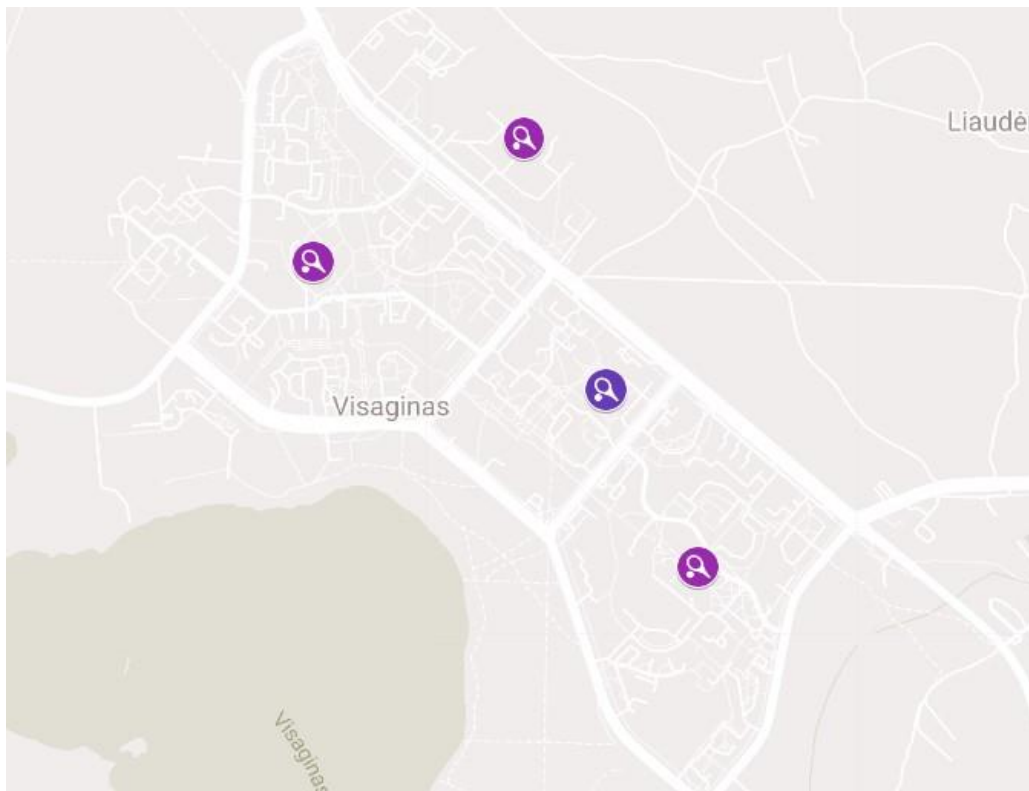
kaip suteikti visuomenei lengvą prieigą prie tinklinio aikštės, net kai mokykla yra uždaryta. Tai galėtų padidinti šios sporto infrastruktūros populiarumą ir panaudojimą visuomenėje.

**Lentelė 5. Visagino tinklinių aikštelių būklės analizė.**

<b>Pavadinimas</b>	<b>Danga</b>	<b>Stovai</b>	<b>Darbai</b>	<b>Svarbumo prioritetas</b>
Verdenės gimnazijos aikštynas	Smėlis	Yra	Pakeisti smėlį Įrengti tinklą	Vidutinis
Draugystės progimnazija	Guma	Yra	Įrengti apšvietimą	Žemas
Žiburio progimnazija	Žemė	Yra, bet pasenę	Įrengti tinklinio aikštelę (danga, stovai ir tinklas) Įrengti apšvietimą	Aukštas
Bangos	Žemė	Yra, bet pasenę	Įrengti tinklinio aikštelę (danga, stovai ir tinklas) Įrengti apšvietimą Įrengti gimnastikos skersinių kompleksą Įrengti lauko jėgos treniruoklius	Aukštas
Paplūdimio aikštelė	Smėlis	Yra, bet pasenę	Atvežti smėlio	Vidutinis
Festivalio g.	Asfaltas	Yra, bet pasenę	Pilnai rekonstruoti aikštelė	Aukštas

Atgimimo	Guma	Yra	Apgalvoti įėjimo problemą	Žemas
----------	------	-----	---------------------------	-------

### Stalo teniso infrastruktūros analizė



Stalo teniso stalai Visagine

Stalo tenisas yra populiarus tarp Visagino gyventojų, tačiau jo prieinamumą galima pagerinti. Šiuo metu mieste yra keletas stalo teniso stalų, tačiau jie turi tam tikrų trūkumų (termosiuvai reikalauja priežiūros).

Stalai yra pastatyti Draugystės ir Verdenės sporto aikštynuose. Taip pat galima rasti stalo teniso stalų prie sporto komplekso Vilties g. 5A ir prie Atgimimo gimnazijos. Deja, prie Atgimimo gimnazijos stalo teniso stalai yra žemi ir tinkami tik mažiems vaikams, kurie, deja, dažnai ten neateina, nes šioje gimnazijoje nėra 1-4 klasių mokinių.

Populiariausia vieta stalo tenisui - Draugystės progimnazijos sporto aikštynas, tačiau ir šie stalai reikalauja remonto (termosiuvai turi būti sutvarkyti jau kelis metus).

#### **Pasiūlymai:**

Papildomai įrengti po 2-3 stalo teniso stalus kiekviename mikrorajone. Tai leistų pagerinti šios sporto šakos prieinamumą visai bendruomenei. Stalo teniso stalai galėtų būti pastatyti ten, kur šiuo metu yra nenaudojamos džiovyklos.

### Siūlomos vietos:

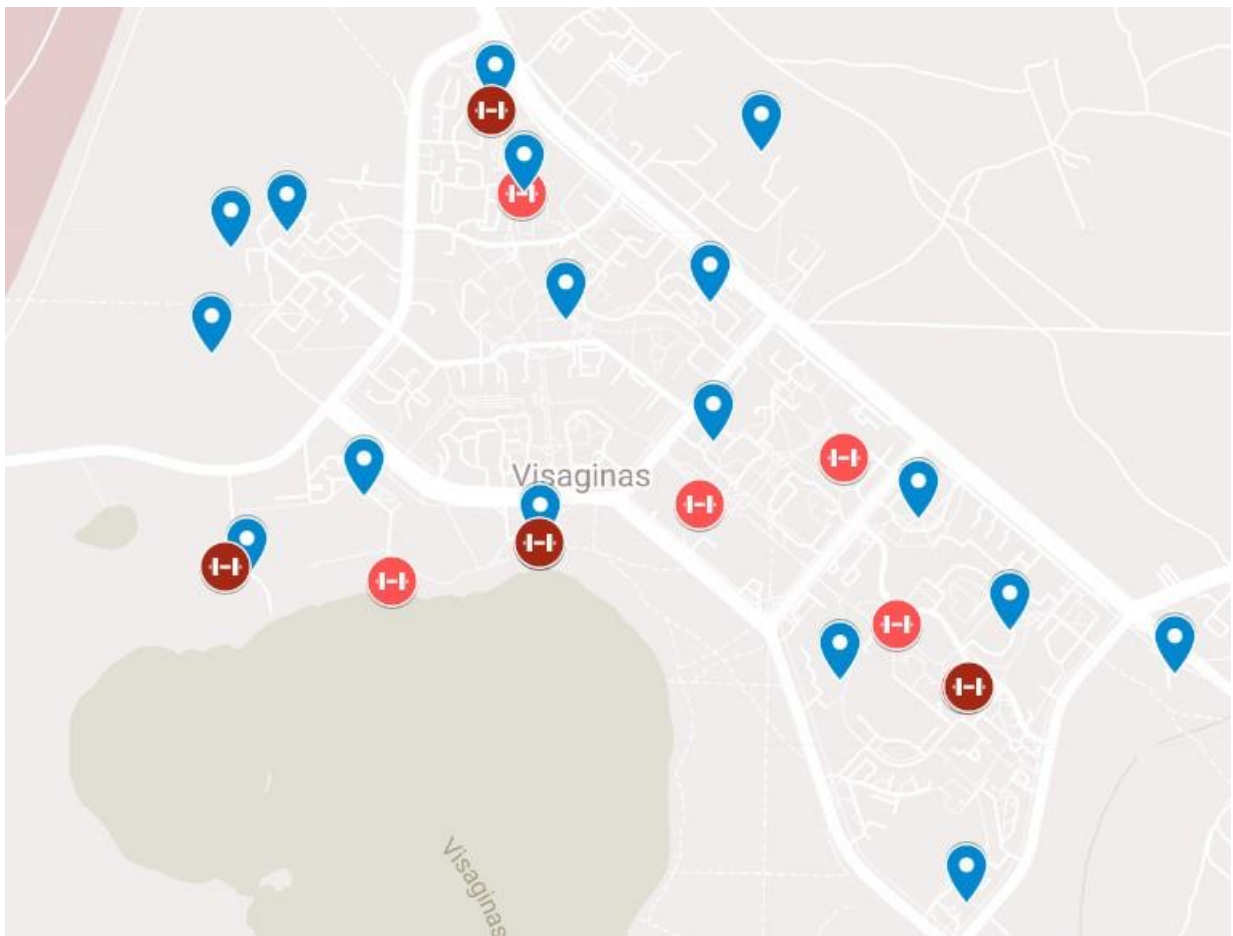
- Festivalio g. tarp 13 ir 15 namų, apleistos tinklinio aikštelės teritorijoje.
- Veteranų g. 6 kiemas.
- Taikos pr. 76 kiemas.

Galima rasti ir daugiau potencialių vietų, svarbu, kad šalia būtų daug namų.

Būtų gerai įgyvendinti praktišką ir įdomų pasiūlymą iš stalo teniso entuziastų - pastatyti stalo teniso aikšteles su stogu, kad žmonės galėtų žaisti ir blogo oro sąlygomis. Tokiam projektui būtų galima naudoti metalo konstrukcijas.

Prie stalo teniso stalų taip pat būtų galima įrengti suolelius, kad žaidėjai galėtų atsipalaiduoti arba stebėti kitų žaidimus. Tai prisidėtų prie šios sporto šakos populiarumo ir prieinamumo Visagine.

### Lauko treniruokliai ir skersinių kompleksai



Esamos ir siūlomos vietos skersinių ir gimnastikos kompleksams

Mieste yra nemažai vietų, kur galima sportuoti su lauko treniruokliais. Tačiau svarbu atkreipti dėmesį, kad pirmame mikrorajone lauko treniruokliai yra įrengti arba prie ežero, arba prie Verdenės gimnazijos. Vienintelė vieta, kur yra lauko treniruokliai pirmame mikrorajone, yra nedidelė aikštelė prie stadiono Partizanų gatvėje.

Be to, reikėtų pabrėžti, kad skersinių ir lauko treniruoklių kompleksai nėra visur vienodi ir modernūs. Pavyzdžiui, treniruokliai prie Partizanų gatvės yra labai pasenusi ir neatrodo patrauklūs naudojimuisi. Taip pat skersinių kompleksas prie Bangos gatvės egzistuoja nuo senų laikų, nors jis atlieka savo tiesioginę funkciją, galbūt vertėtų apsvarstyti galimybę jį pakeisti nauju, šiuolaikišku kompleksu.

Lauko treniruoklių ir skersinių kompleksai turėtų atsirasti vietose, kuriose vyksta arba planuojamas fizinio aktyvumo veiklų vystymas, siekiant papildyti ir pajvairinti šias teritorijas. Apie tai bus pasidalinti plačiau, pristatant galimas vietas vystymo koncepcijos plane. Tai padėtų sukurti modernias, pritaikytas naudotojų poreikiams infrastruktūras, kurios skatintų aktyvų gyvenimo būdą mieste.

### **Lauko teniso infrastruktūros analizė**

Visagine turime teniso kortų kompleksą, kuris įsikūręs prie futbolo stadiono ir irklavimo bazės. Šis kompleksas susideda iš teniso kortų, kurių būklę prižiūri teniso klubas. Vasaros metu šioje vietoje organizuojami teniso turnyrai ir vykdomos treniruotės.

Nepaisant teniso kortų komplekso privalumų, yra keletas trūkumų, kuriuos būtina išspręsti:

**1. Danga ir remontas:** Dėl statybinio broko 2 iš 5 teniso kortų danga reikalauja kapitalinio remonto. Teniso klubo atstovų nuomone, tai yra svarbiausia techninė problema, kurią būtina spręsti artimiausiu metu.

**2. Žaidimo galimybės žiemą:** Šiuo metu nėra galimybės žaisti teniso žiemos laikotarpiu, nes Visagino sporto salės nėra pritaikytos šiam žaidimui. Problemos kyla dėl netinkamos dangos ir išmatavimų, taip pat ne visuose sporto objektuose yra galimybė įrengti tinklą.

Šie iššūkiai trukdo teniso entuziastams mėgautis žaidimu visais metų laikais. Todėl būtina ieškoti sprendimų, kurie padėtų išspręsti šias problemas ir pagerintų teniso kortų infrastruktūrą Visagine. Tai galėtų apimti ne tik remonto darbus, bet ir galimybes žaisti tenisą visais metų laikais, suteikiant daugiau galimybių miesto gyventojams dalyvauti šioje populiarioje sporto šakoje.

## Dviračių infrastruktūra ir takai

Nors aplink Visaginą yra pakankamai daug gerų dviračių takų, jie nėra sujungti į vientisą maršrutą ir dažnai persikerta su automobilių keliais. Taip pat trūksta vientisos dviračių takų sistemos ir jos viešinimo. Šiuo metu nėra aiškiai žymimų maršrutų nei pačiame mieste, nei už jo ribų.

Pažymėtina, kad Visagino savivaldybės teritorijoje trūksta dviračių stovų kiemuose, retai pasitaiko ir prie traukos taškų, tokių kaip parduotuvės, biudžetinės įstaigos, parkai, dviračių perėjų nėra (žymėjimas).

Parengta schema, kurioje pažymėti suremontuoti dviračių takai ir jų atkarpos



Žemiau pateiktuose nuotraukose gerai matosi, kad yra vietų, kur dviračių takas sujungtas su pėsčiųjų taku, veda tiesiog link važiuojamosios dalies ir nutrūksta, dviračių perėjos nėra pažymėtos, nors turi būti skiriamas ypatingas dėmesis siekiant pakeisti žmonių įpročius naudotis automobiliais ir pakeisti juos į dviračius.



Siūloma skirti ypatingą dėmesį dviračių infrastruktūros vystymui. Rengiant projektus atsižvelgti į galiojantį dviračių specialųjį planą. Turi būti skiriama lėšų specialiai šiam tikslui. Prie gyvenamųjų namų turi atsirasti patogūs dviračių stovai.

Prastos dviračių sistemos pavyzdžiai:



Interneto svetainėse, ieškant "Dviračių takai Visagine", randamas tik vienas 16 km maršrutas, kertantis miškus ir kelius aplink Visaginą, bet nepakankamai akcentuojantis miesto teritorijas.

## Pasiūlymai

Dviračių mėgėjų klubas siūlo kelis pasiūlymus dviračių infrastruktūros gerinimui mieste:

**Dviračių remonto ir įkrovimo stotelės:** Įrengti dviračių remonto stotelių mieste, ypač strategiškose vietose, tokiose kaip Visagino ežero pakrantė, įvažiavimo į miestą punktai (pvz., Kosmoso-Parko sankryža ir Taikos-Energetikų), ir po vieną kiekviename mikrorajone. Stotelės su įkrovimu geriau statyti prie geros infrastruktūros, pvz. kur yra kavinės.



Dviračių remonto ir įkrovimo stotelės

## Kainos:

- 2286 eur su PVM: <https://miestui.lt/1495-dviracių-remonto-priežiūros-ir-ikrovimo-stotele-emax-.html>
- 2110 eur be PVM: <https://velostotele.lt/suprema/>

2) **Dviračių takų žymėjimas.** Būtų naudinga aiškiai pažymėti dviračių takus, ypač vietose, kur jie kertasi su automobilių keliais. Toks ženklavimas prisidėtų prie geresnės dviračių važinėjimo kultūros formavimo ir saugesnio eismo sąlygų dviratininkams.

3) **Maršrutų žymėjimas:** Išryškinti žinomus dviračių maršrutus, padaryti juos aiškiai matomais ir saugiais dviračių mėgėjams.

4) **Maršrutų viešinimas:** Aktyviai informuoti apie galimus maršrutus spaudoje ir kitose viešosiose erdvėse, skatinant dviračių kultūrą ir saugų dviračių naudojimą.

Šie pasiūlymai siekia ne tik skatinti dviračių naudojimą, bet ir pagerinti visuomenės informuotumą apie esamus dviračių maršrutus bei padaryti juos saugiais ir prieinamais kiekvienam miesto gyventojui.

### **Sportinės ir fizinio aktyvumo infrastruktūros pritaikymas neįgaliesiems**

Šiuo metu Visagino savivaldybės teritorijoje neįgalieji susiduria su iššūkiais, susijusiais su sporto ir fizinio aktyvumo erdvių prieinamumu. Esamos galimybės yra ribotos, o tik viena sporto salė – Visagino sporto centro salė (Vilties g. 5A) – pilnai pritaikyta neįgaliesiems. Be to, dalinai pritaikyta yra Visagino krepšinio mokyklos sporto salė. Tačiau, norint užtikrinti visų asmenų galimybes dalyvauti sporto ir fizinio aktyvumo veiklose, būtina atkreipti dėmesį į kelių svarbių sričių pritaikymą.

**Sporto aikštelės, treniruoklių skersinių kompleksai:** Ženkliai trūksta sporto aikštelių, treniruoklių ir skersinių kompleksų, kurie būtų tinkamai pritaikyti neįgaliesiems. Dauguma esamų aikštelių nėra pritaikytos minimaliems prieinamumo standartams. Šioje srityje būtina įdiegti papildomas priemones, leidžiančias neįgaliesiems patogiai ir saugiai dalyvauti įvairiuose sporto renginiuose.

**Gyvenamųjų namų kiemai:** Gyvenamųjų namų kiemuose sportinė ir fizinio aktyvumo infrastruktūra yra beveik visiškai nepritaikyta neįgaliesiems. Šiuose rajonuose esanti infrastruktūra nėra įdiegta taip, kad ji būtų prieinama kiekvienam miesto gyventojui, nepriklausomai nuo negalių. Būtina kurti prieinamą ir saugią erdvę, kuri skatintų neįgaliesiems aktyviai dalyvauti sporto veikloje.

Pavyzdžiui galima būtų kiekviename mikrorajone įrengti bent po vieną daugiafunkcinį žaidimų kompleksą kuris tiktų ir neįgaliesiems.





Sertifikuotas ir daugiafunkcinis žaidimų kompleksas neįgaliesiems ir sveikiems.

Kaina 14720 Eur. Judekimlauke.lt

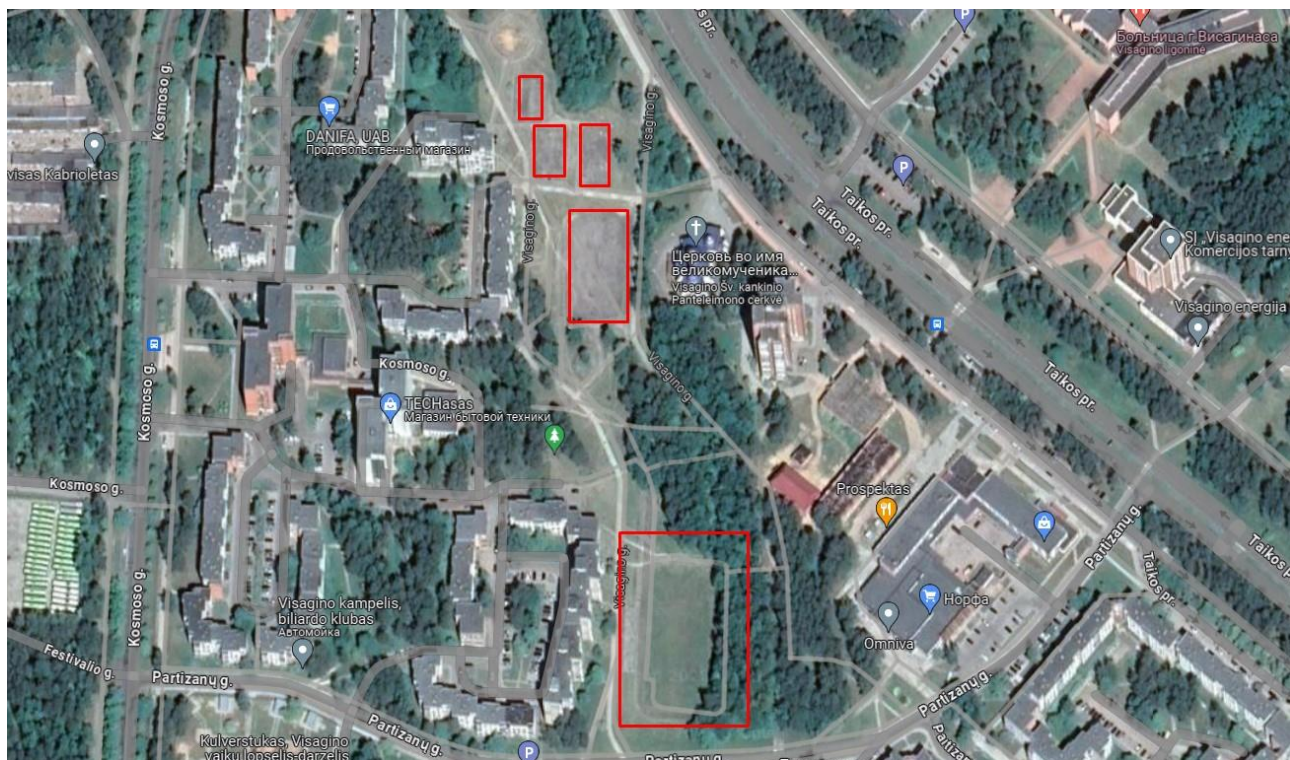
**Papildomos paslaugos:** Svarbu numatyti specialias palaikymo paslaugas ir patogumus tiems, kurie turi specifinių poreikių. Tai gali apimti ne tik prieigą prie sporto objektų, bet ir orientacijos tarnybas, specialias treniruočių programas ir priežiūros paslaugas, užtikrinančias neįgaliesiems saugų ir komfortišką dalyvavimą fizinio aktyvumo veiklose.

Visagino savivaldybė, siekdama užtikrinti įvairių gyventojų dalyvavimą sporte, turėtų imtis konkrečių veiksmų, siekdama pritaikyti esamas ir kuriamas sporto erdves taip, kad jos būtų pasiekiamos ir neįgaliesiems, ir visiems miesto gyventojams. Tai ne tik pagerintų gyventojų sveikatą, bet ir prisidėtų prie visuomenės integracijos bei lygių galimybių principų įgyvendinimo.

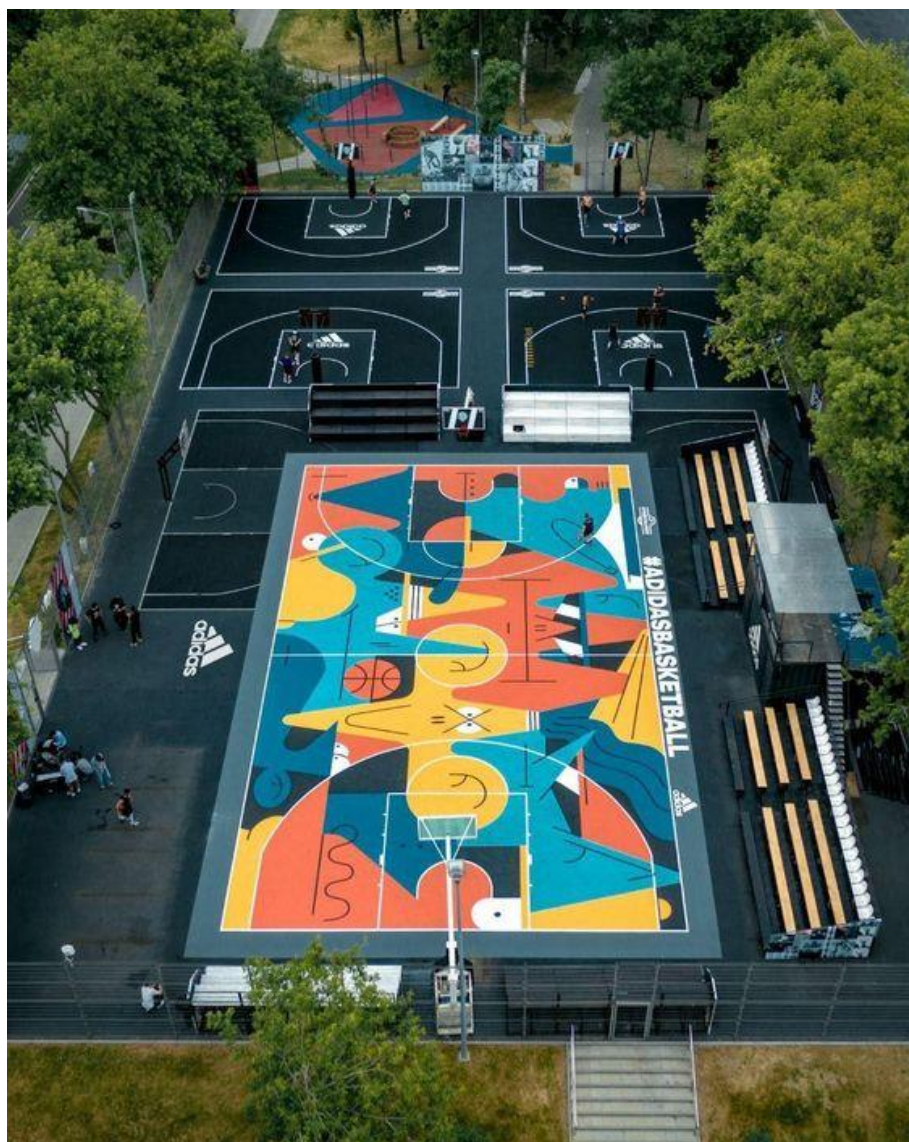
## **FIZINIO AKTYVUMO IR SPORTO INFRASTRUKTŪROS VYSTYMO KONCEPCIJA**

### **Kosmoso-Partizanų-Vilties gatvių zona**

Sporto infrastruktūros gerinimo darbus reikia pradėti nuo sportinio aikštyno esančio Kosmoso gatvėje. Šiame miesto rajone šiuo metu visiškai nėra jokios viešai prieinamos sportinės infrastruktūros, kuri būtų saugi ir patraukliai atrodytų.

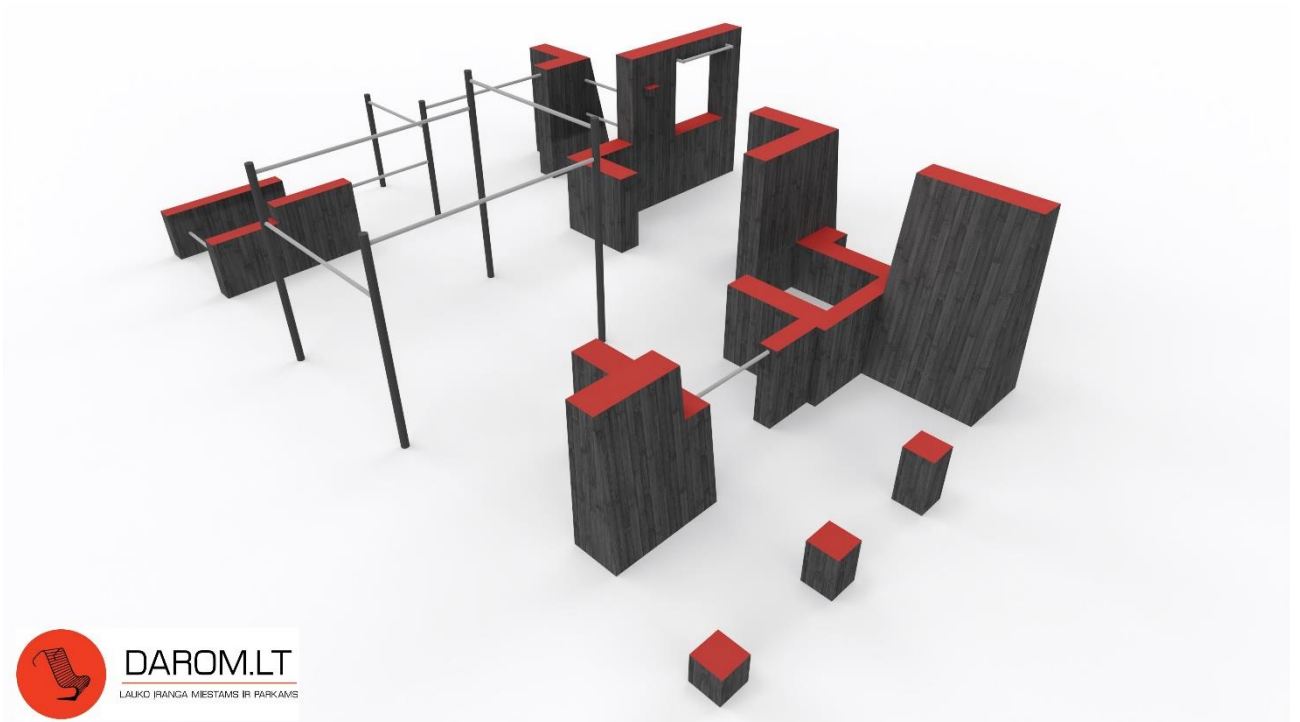


Į visą aikštiną reikia žiūrėti kompleksiskai, nes būtų gerai, kad vienoje vietoje Visagine atsirastų sporto aikštei krepšiniui, tinkliniui, futbolui, o žiemos metu viena iš aikštelių galėtų transformuotis į čiuožyklą. Būtina įrengti ir 2 km ilgio bėgimo takelius gumine danga, kad pirmo mikrorajono gyventojai galėtų bėgioti miesto gatvėmis. Toks bėgimo takas galėtų tapti unikaliu mūsų regione, kadangi nei vienam mieste kol kas nėra guminės bėgimo takelio.



Aikštelėje kur anksčiau buvo ledo ritulio arena siūloma įrengti universalią aikštelę, kur galima būtų žaisti populiariausius žaidimus: krepšinį ir tinklinį. Aikštelė turi būti pakankamai didelė ir plati, kad žiemos metu aplink ją galima būtų pastatyti ledo ritulio aikštelės bortus ir padaryti čiuožyklą. Projektavimo etape svarbu apsvarstyti kaip apsaugoti aikšteles danga nuo tirpstančio ledo ir kaip užlieti ir prižiūrėti ledą šalto sezono laikotarpiu.

Šalia esančiose vietose, kur anksčiau buvo tinklinio, krepšinio ir teniso aikštelės galima būtų numatyti vieta gimnastikos ir skersinių kompleksams, lauko treniruokliams bei parkour'o parkas.



**DAROM.LT**  
LAIKID IRANCA MIESTAMS IR PARKAMS

Parkuro parkas butu geras objektas, kur miesto vaikai galėtų lavinti pagrindinius motorinius veiksmus, bei jėga ir koordinacija.



Futbolo stadione Partizanų gatvėje rekomenduojama įrengti pripučiamą sporto salę, kad po jos stogu atsidurtų ir dalis bėgimo takelio (jos kilpas). Tai leis miesto gyventojams bėgioti ir žiemos laikotarpiu.

Tarp Partizanų ir Vilties gatvių rekomenduojam jau esančią betono bėgimo takelį modernizuoti ir užlieti guminiu pagrindu, kas ženkliai pagerintų kaip pojūčius nuo bėgimo tai ir sveikatos prasme, nes guma geriau amortizuoja ir saugo kelio sąnarius. Takelį reikia pratęsti „sauso fontano“ ir ten padaryti ratą, kad galima būtų grįžti atgal.



Netoli nuo Visagino g. esančios žaidimo aikštelės turime tinkama vieta, kad įrengti 28 metrų ilgio nusileidimo lynu įrenginį. Tai yra smagi ir naudinga lauko pramoga, skirta gerinti vaikų ištvėrę ir fizinę pasirengimą, kadangi reikia tvirtai laikytis įsikibus rankomis. Lynas pakabintas 1,4 metrų aukštyje, puikiai tinka ikimokyklinio ar mokyklinio amžiaus - vyresniems nei 4 metų amžiaus vaikams. Nusileidimo lynas gali būti įrengiamas mokyklos laisvalaikio ar žaidimų zonose kartu su:

- Dvivietais arba vienvietais lauko sūpynėmis
- Lauko karstinėmis ir laipynėmis
- Kliūčių ruožais



Siūloma vieta nusileidimui lynu įrenginiui I mikrorajone.

Šioje zonoje taip pat būtina sutvarkyti Gerosios Vilties krepšinio aikštę. Ji turi būti saugi ir patraukli vieta krepšini bei tinklini žaisti, kaip mokyklos ugdytiniais, taip ir šio gyvenamosios vietos bendruomenei. Reikia:

- pakeisti asfaltinę dangą į guminę
- išardyti krūmus
- sutvarkyti tvorą
- numatyti galimybę pastatyti tinklinio stovus

## Festivalio gatvės zona



Apleista tinklinio aikštelė Festivalio g.

Festivalio gatvėje visiškai nėra jokios sportinės infrastruktūros. Rekomenduojama:

- modernizuoti esam tinklinio aikštelę
- užasfaltuoti bėgimo-slidinėjimo trasą
- miške prie bėgimo-slidinėjimo trasos keliose vietose įrengti gimnastikos, jėgos ir skersinių kompleksus
- Pažymėti slidinėjimo ir bėgimo trasus maršrutus
- Numatyti rodiklius į šiaurietiško ėjimo-bėgimo ir galimus dviračių takus.

## Visagino ežero pakrantės zona

Visagino ežero pakrantė – tai viena populiariausių vietų mieste net tik tarp miesto gyventojų, bet ir taip jo svečių (ypač vasaros metu). Norint pagerinti šios zonos sportinė ir laisvalaikio infrastruktūra siūloma:

- Įrengti pėsčiųjų maršrutą aplink Visagino ežerą



- Įrengti antra paplūdimio tinklinio aikštelę
- Pakeisti smėlį paplūdimio krepšinio aikštelėje
- Modernizuoti tinklinio aikštelę prie „Bangos“ KC
- Prie tinklinio aikštelės įrengti jėgos lauko treniruoklių kompleksą (su svoriais)
- Įrengti ir sužymėti bėgimo ir šiaurietiško ėjimo maršrutus, pratęsiant juos iki trečio mikrorajono pabaigos (įėjimas į mišką iš Jaunystės g. prie išvažiavimo į sodininkų bendriją Pavasaris“
- Įrengti disko-golfo 9 ir 18 duobių maršrutus

### **Tarybų-Veteranų gatvių zona**

Kieme tarp namų Veteranų g. 6 ir 8 esanti betonine aikštelė šiuo metu įrengtas krepšinio stovas. Ši vieta pakankamai populiari tarp jaunimo nes tai vienintelė krepšinio aikštelė, kuria lengvai gali pasiekti antro ir pirmo mikrorajono gyventojai. Rekomenduojama:

1. Įrengti 20x30 m sportine aikštele su gumine danga ir dirbtiniu apšvietimu
2. Įrengti 2 krepšinio stovus ir tinklinio stovus su tinklu
3. Įrengti tvorą, kad apsaugoti stovinčius prie namų automobilius nuo kamuolių
4. Stalo teniso stalus

### **Parko-Kosmoso g. zona**





Parko ir Kosmoso gatvių zonoje reikia atkreipti dėmesį į dvi esančias sporto aikšteles ir dvi galimas vietas jiems įrengti.

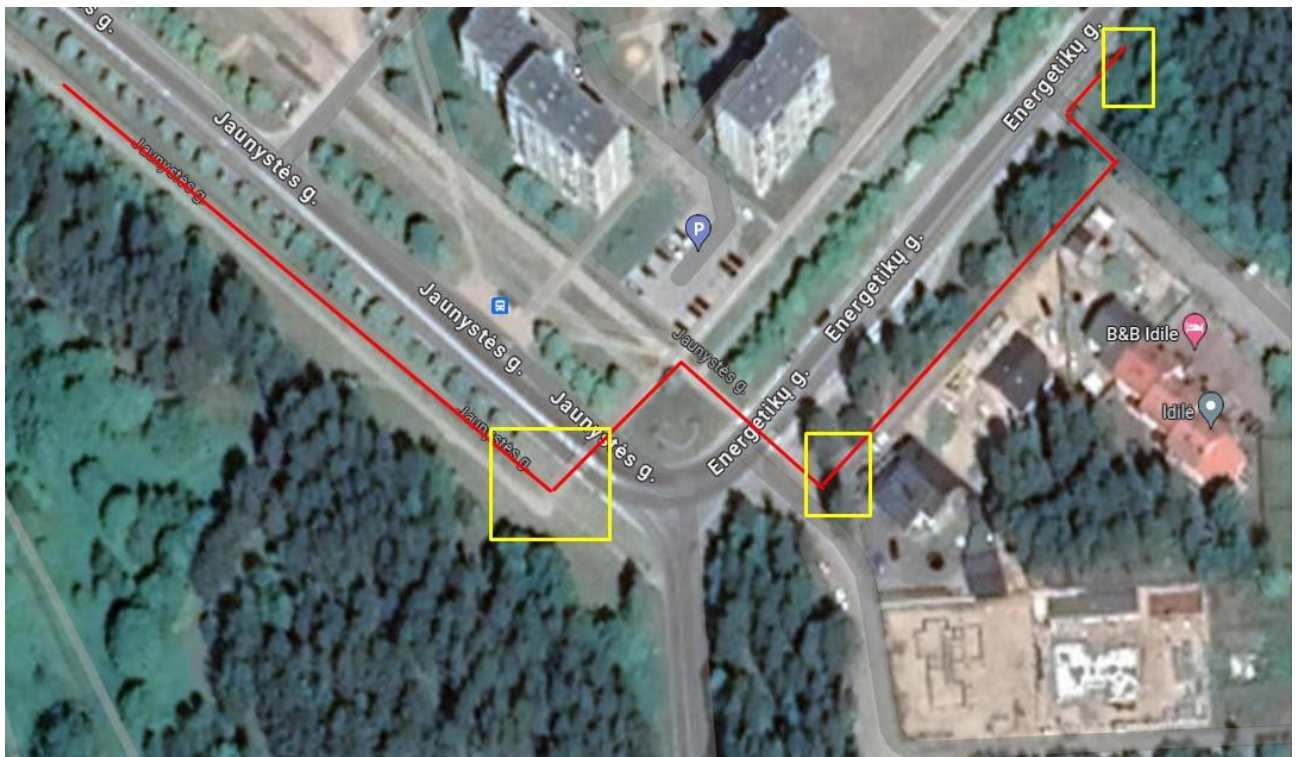
- Kosmoso g. esančioje aikštelėje (buvusieji teniso kortai) miške prie VTVPMC galima būtų įrengti čiuožyklą su dirbtiniu apšvietimu. Aplink aikštelę pastatyti suolelius, kad ten galima būtų pailsėti žiema, o vasarą būtų gera vieta jaunimui susirinkti. Prie aikštelės galima pastatyti stalo teniso stalus, stalo futbolo stalą ir kitus populiarius tarp jaunimo žaidimus.
- Krepšinio aikštelė prie futbolo stadiono už savivaldybės pastato reikia pilnai sutvarkyti, pakeičiant asfaltine danga gumine ir pastatant vienintelę Lietuvoje trikrepsio krepšinio aikštelę (apvali aikštelė su 3 krepšiais).

#### *Jaunystės - Energetikų g. zona*

Prie Energetikų g. 72 esančios futbolo aikštelės būtų naudinga įrengti gimnastikos arba skersinių kompleksą, siekiant praturtinti kiemo infrastruktūrą.



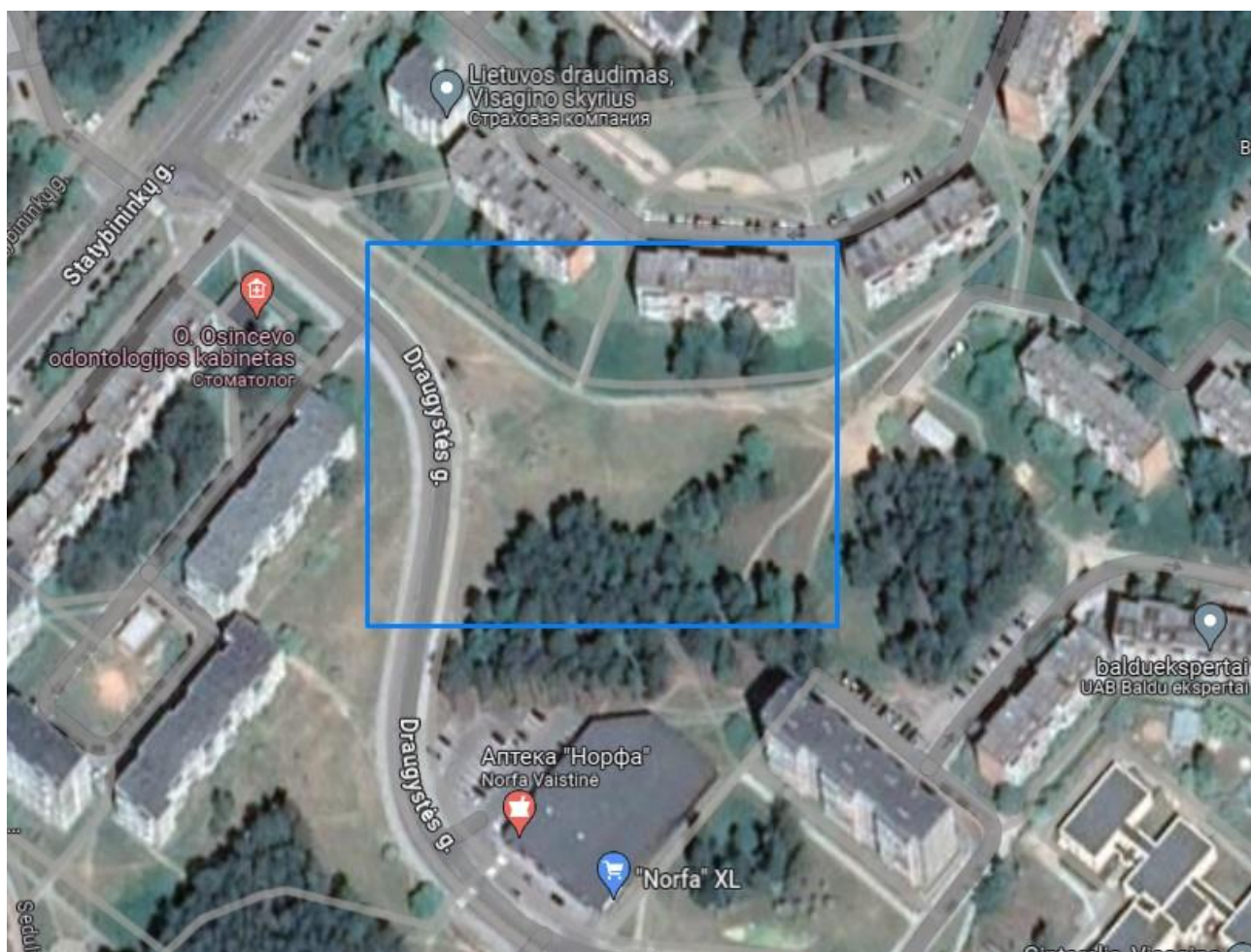
Taip pat, Jaunystės-Energetikų sankryžoje vertėtų sumontuoti informacinį ženklą, kuris informuotų, jog dviračio takas tęsiasi link Jaunystės g. ir atgal. Šiuo metu susidaro situacija, kad baigiantis Jaunystės arba prasidedant Energetikų g. dviračio takas nėra aiškiai pažymėtas, kas gali suklaidinti dviratininkus. Šis papildymas padėtų užtikrinti sklandų dviračių takų naudojimą ir geriau nukreiptų judėjimą šioje teritorijoje.



### Statybininkų-Taikos-Energetikų g. zona

Šioje zonoje labai trūksta fizinio aktyvumo aikštelių vaikams iki 12 metų, kur jie galėtų lavinti savo kūno jėgą ir koordinaciją. Siūloma kiemuose įrengti gimnastikos ir skersinių kompleksus bei nusileidimo įstrižu lūžiu su lynu kiemo teritorijose. Be to, rekomenduojama įrengti bent vieną stalo teniso stalą Taikos g. kiemuose (žr. schemą kiemų infrastruktūros vystymo skyriuje).

Draugystės-Statybininkų zonoje siūloma sukurti skate parką arba dviračių parką, kur vaikai galėtų įgyvendinti savo pomėgius ir aktyviai leisti laiką netoli namų. Tai sumažintų būtinybę keliauti iki Gerosios vilties, kur jau yra panašaus pobūdžio aikštelė. Ši papildoma infrastruktūra suteiktų galimybę vietos vaikams džiaugtis judesiu ir praleisti laiką aktyviai.



Siūloma vieta dviračių ir/arba skate parkui

## KIEMŲ TERITORIJŲ SPORTINĖS IR FIZINIO AKTYVUMO INFRASTRUKTŪROS VYSTYMAS

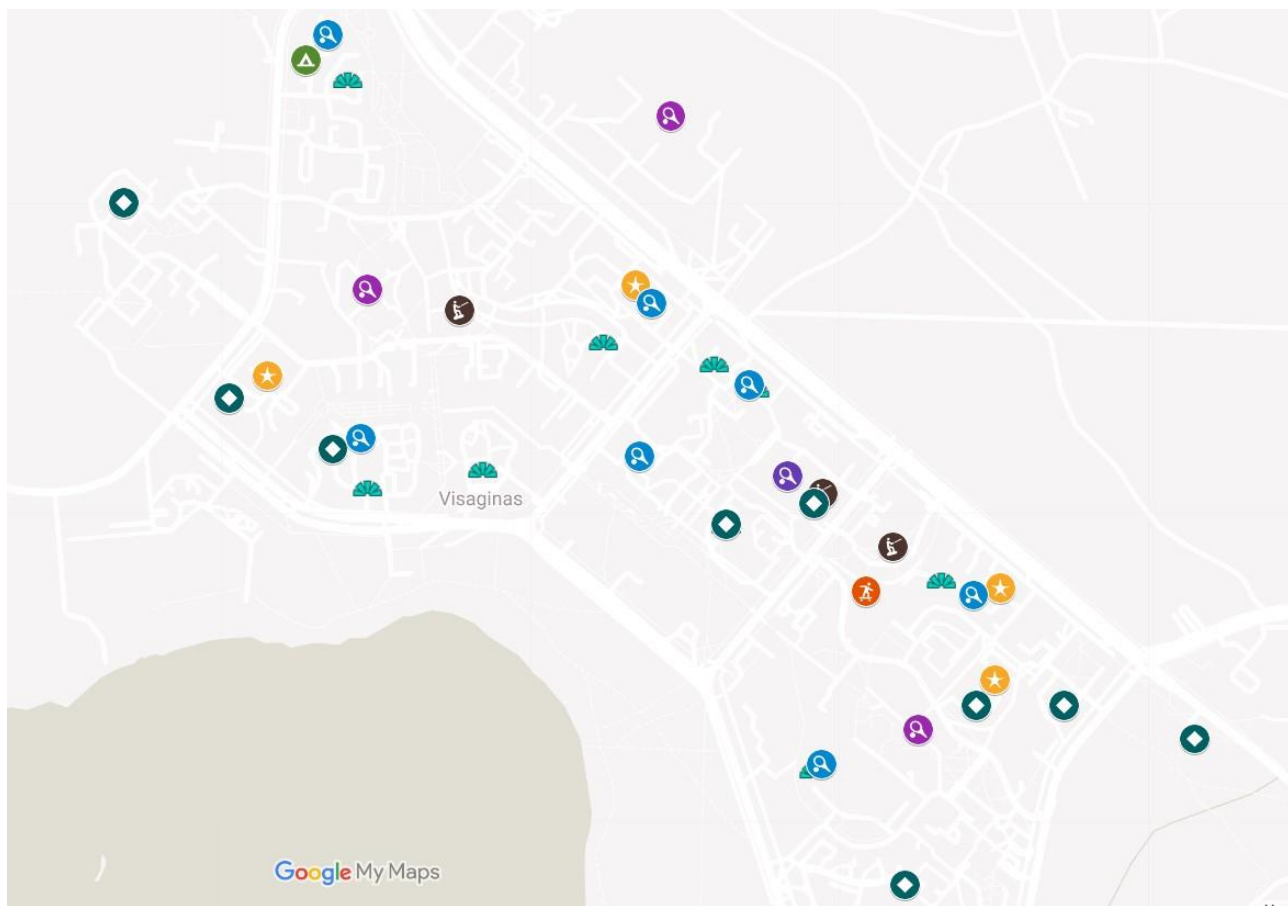
Daugiabučių namų kiemuose esantys tinkami lauko treniruokliai turi būti universalūs ir atitikti įvairių žmonių poreikius, atsižvelgiant į tai, kaip sporto infrastruktūros prieinamumas gali paveikti fizinio aktyvumo lygį. Tyrimai rodo, kad atstumas iki sporto objektų, viršijantis 500 metrų, gali turėti neigiamą įtaką savaitiniams fizinio aktyvumo MET (metabolinės ekvivalento užduotys) valandoms (J.I. Halonen, 2015).

Siekdami užtikrinti, kad sporto ir fizinio aktyvumo objektai būtų pasiekiami kiekvienam miesto gyventojui, nepriklausomai nuo jo amžiaus ir fizinio aktyvumo lygio, turime stengtis tvarkyti kiemus ir miesto teritoriją. Todėl siūlome kiemuose įrengti skersinių ir gimnastikos kompleksus, kliūčių ruožus, nusileidimus lynu įrenginius, siekiant suteikti galimybes vaikams lavinti fizinį aktyvumą ir motorinius įgūdžius. Be to, tai leistų užtikrinti sporto infrastruktūros prieinamumą (500 m atstumu) kiekvienam miesto gyventojui.

Jėgos treniruokliai, tokie kaip svorio kilimai, stangos ir kita įranga, skirta kūno stiprinimui, gali padėti kompensuoti MET valandų sumažėjimą, kuris būdingas tiems, kuriems didėja atstumas iki sporto objekto. Aerobiniai treniruokliai, pavyzdžiui, bėgimo takai ar elipsiniai treniruokliai, gali skatinti kardiovaskulinį aktyvumą, nepaisant to, ar sporto objektų skaičius arti namų padidėja ar mažėja.

„Stretching“ arba jogos zonos, lauko tinklinio arba krepšinio aikštelės, suoločiai ir sėdėjimo vietos yra svarbūs komponentai, kurie gali praturtinti lauko treniruoklių erdvę ir skatinti įvairių fizinio aktyvumo formų praktikavimą.

Atsižvelgiant į išvadas iš tyrimo, kuriame buvo nagrinėjama, kaip sporto infrastruktūros pokyčiai gali paveikti fizinį aktyvumą, svarbu įrengimus kurti taip, kad jie būtų patrauklūs ir prieinami kuo platesniam gyventojų ratui. Taip pat verta įtraukti instrukcijas ir nurodymus, kurie padėtų naudotojams teisingai naudotis įranga, bei vaikų aikštelę, skatinančią šeimų dalyvavimą. Konsultacijos su gyventojais leistų nustatyti konkretų įrangos poreikį, atsižvelgiant į bendruomenės lūkesčius.



Siūlomos vietos kiemų FA ir sportinės infrastruktūrai gerinti (detali informacija Google My Maps svetainėje)

### Skersinių kompleksai ir jėgos treniruokliai

Skersinių kompleksai miesto sportinėje infrastruktūroje yra svarbi dalis, kuri prisideda prie įvairaus amžiaus ir fizinio pasirengimo lygio žmonių fizinio aktyvumo. Šie kompleksai yra reikalingi daugeliui priežasčių, kurias galima paremti moksline informacija:

- 1. Fizinio aktyvumo skatinimas:** Mokslinės studijos dažnai rodo, kad fizinis aktyvumas turi teigiamą poveikį fiziniam ir psichiniam sveikatai. Skersiniai yra puiki priemonė, skatinanti judėjimą, stiprinant raumenis ir gerinant fizinę ištvermę.
- 2. Sveikatos gerinimas:** Sportinė veikla, įskaitant skersinių treniruotes, yra susijusi su įvairiais sveikatos pranašumais, įskaitant sumažėjusį širdies ir kraujagyslių ligų bei nutukimo riziką, pagerintą kraujotaką ir kaulų struktūrą.
- 3. Streso mažinimas:** Fizinis aktyvumas, įskaitant skersinių pratimus, gali padėti sumažinti stresą ir pagerinti nuotaiką, nes vykstant treniruotėms organizme išsiskiria endorfinai, taip vadinamieji "laimės hormonai".

**4. Socialinės sąveikos skatinimas:** Sporto veikla kartu su kitais žmonėmis, įskaitant skersinių kompleksus, gali skatinti socialinę sąveiką, komandinį darbą ir bendruomenės dalyvavimą, kas taip pat yra svarbu gerai bendruomenės sveikatai.

**5. Prevencija nuo sužeidimų:** Skersiniai gali būti naudojami įvairioms šildymo ir rėmimo pratimams, kurie padeda sumažinti sužeidimų riziką. Tai ypač svarbu, kai žmonės rengiasi dalyvauti kitiems intensyvesniems sporto renginiams ar varžyboms.

**6. Įvairių raumenų grupių stiprinimas:** Skersiniai yra puikus įrankis stiprinti įvairias raumenų grupes, įskaitant kojų, dubens ir pilvo raumenis, o tai prisideda prie visapusiškos fizinės formos.

Skersinių kompleksai yra svarbi dalis miesto sportinės infrastruktūros, kuri prisideda prie sveikatos ir gerovės skatinimo, socialinės sąveikos skatinimo ir fizinio aktyvumo populiarinimo. Siūlomos vietos naujiems skersinių kompleksams Visagine. Svarbu atsižvelgti į tai, kad skersinių kompleksai pagal jų aukštį turi būti prienami kaip suaugusiems, taip ir vaikams.

**Lauko jėgos treniruokliai**



Kainos nuo 2500 iki 4800 eur/vnt. (Euroatletas.lt)

Neseniai produktų asortimente atsirado nauja tendencija: lauko treniruokliai. Išskirtinis įrangos bruožas yra tas, kad vartotojas pats gali keisti ir reguliuoti treniruoklio svorių apkrovą pagal savo pasirengimo lygį. Tokio bruožo niekas kitas pasaulyje neturi. Taigi dabar su šiais treniruokliais gali treniruotis ir profesionalai ir mėgėjai ir žmonės su negalia, nes Streetbarbell Plus serija suteikia galimybę sportuoti žmonėms su neįgaliųjų vežimėliais.

Apkrovos keitimas pridodant ar nuimant svorių diskus yra tradicinis sporto įrangos būdas, kuris ir yra panaudotas šiuose treniruokliuose, tik esminis skirtumas yra tas, kad visiškai nuimti svorių nuo įrangos negalima, jie yra tvirtai pritvirtinti, kad išvengtų vandalizmo ar vagystės stvejų. Treniruoklio apkrovą galima reguliuoti kas 2,5kg



Senstantiems miestams kaip Visaginas, kur yra pakankamai daug jaunimo, gali būti labai naudinga įtraukti jėgos lauko treniruoklius į savo infrastruktūrą dėl kelių svarbių priežasčių:

1. **Sveikatos palaikymas:** Senstanti gyventojų populiacija dažnai susiduria su sveikatos iššūkiais, įskaitant sumažėjusią raumenų masę, kaulų tankį ir bendrą fizinę ištvermę. Jėgos lauko treniruokliai leidžia senjorams saugiai ir veiksmingai treniruoti raumenis, stiprinti kaulus ir palaikyti gerą fizinę sveikatą.

2. **Sveikatos stiprinimas be papildomų išlaidų:** Daugelis senjorų gali būti mažiau linkę naudotis sporto klubais arba mokamais treniruočių programomis. Įrengus jėgos lauko treniruoklius viešosiose vietose, senieji miesto gyventojai gali nemokamai pasinaudoti sveikatingumo galimybėmis.

3. **Socialinė sąveika ir bendruomenės stiprinimas:** Treniruotės lauke sukuria galimybę senjorams susitikti, bendrauti ir skatinti vieni kitus. Tai ne tik prisideda prie fizinės sveikatos, bet ir skatina socialinę sąveiką ir prisidėjimą prie bendruomenės.

4. **Senjorų savarankiškumo skatinimas:** Jėgos lauko treniruokliai dažnai būna pritaikyti naudoti be didelių varomųjų jėgų, todėl jie gali būti naudojami visiškai savarankiškai. Tai skatina senjorus išlaikyti savarankiškumą ir gerina jų kasdieninį gyvenimą.

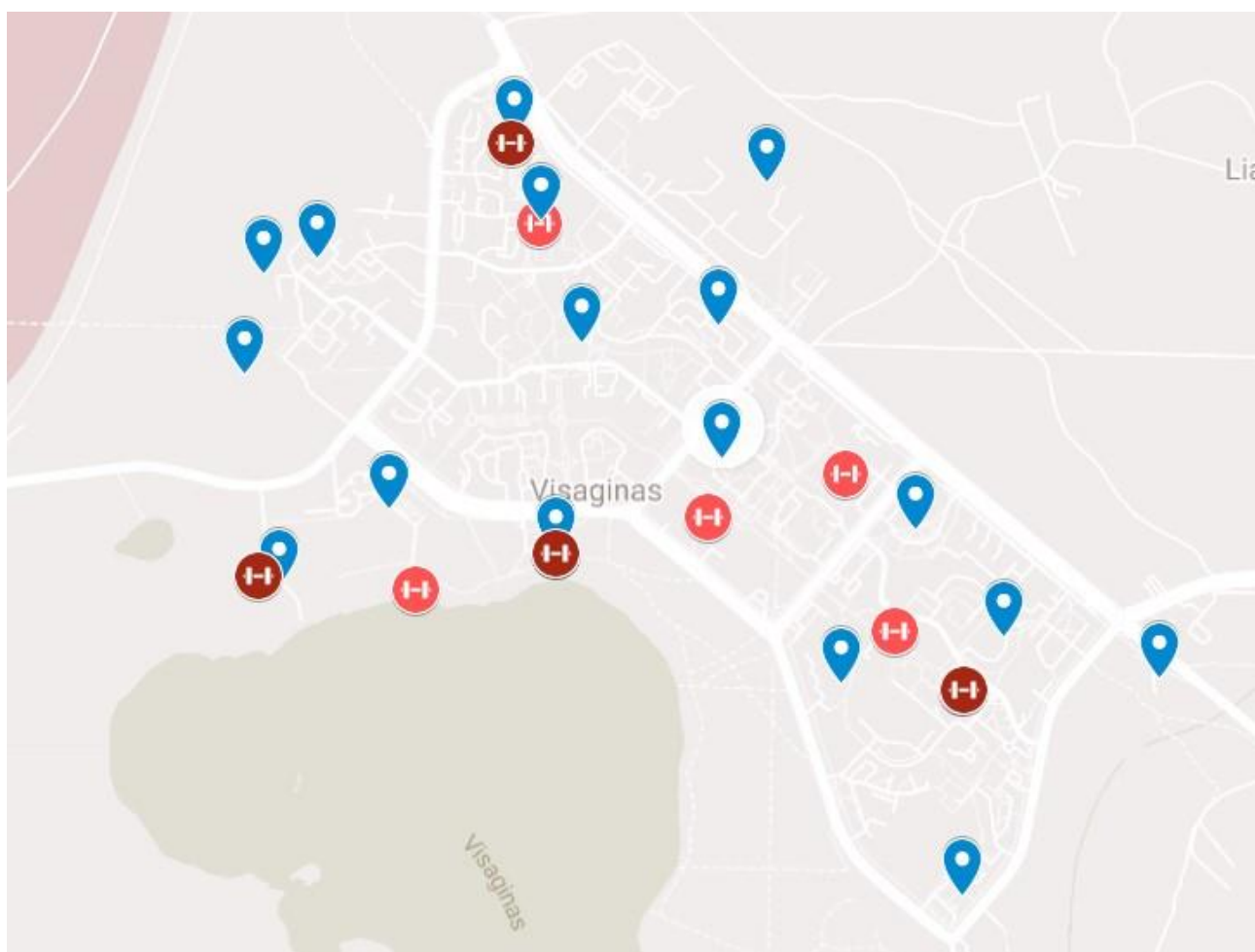
5. **Fizinio aktyvumo skatinimas.** Senstantiems žmonėms yra svarbu išlaikyti aktyvų gyvenimo būdą, kad būtų išlaikytas judrumas ir bendra gerovė. Jėgos lauko treniruokliai yra puiki priemonė skatinti fizinį aktyvumą be didelės įrangos ar specialių įstaigų.

Įtraukdami jėgos lauko treniruoklius į senstantį miestą, galima padėti senjorams išsaugoti gerą fizinę būklę, skatinti sveikatą ir kartu stiprinti bendruomenės dvasią.

Siūlomos vietos jėgos lauko treniruoklių kompleksams Visagine, kad jie vienodai būtų pasiekiami visiems gyventojams. Planuojant pirkimą svarbu atsižvelgti į tai, kad vienas kompleksas turi susidaryti iš bent 3 treniruoklių krūtinės, pečių ir kojų raumenų grupei apkrauti. Taip pat galima numatyti stogus treniruokliams, kad galima būtų sportuoti bet kokiomis oro sąlygomis.



Stogas jėgos treniruokliams.



Esamos kompleksai (rožinė spalva), siūlomos vietos jėgos lauko treniruokliams (ruda spalva) ir skersinių/gimnastikos kompleksams (mėlyna spalva).

## KONCEPCIJOS ĮVYKDYMO DARBAI PRIORITETO TVARKA

TIKSLAS	UŽDAVINIAI	PRIORITETAS
1. Sporto aikštynų esančių Partizanų-Kosmoso-Vilties g. atnaujinimo darbai	1.1. Įrengti universalią sportinę aikštelę, kuri žiemos laikotarpiu būtų naudojama kaip čiuožyklą.	Aukštas
	1.2. Atnaujinti bėgimo takelius Kosmoso-Partizanų-Vilties g.	Aukštas
	1.3. Įrengti gimnastikos, skersinių kompleksus	Aukštas
	1.4. Įrengti jėgos treniruoklių kompleksą	Aukštas
	1.5. Įrengti parkuro kompleksą	Vidutinis
2. Bėgimo-slidinėjimo, pėsčiųjų ir dviračių takų plėtra	2.1. Sukurti ir įženklinti bėgimo-slidinėjimo, pėsčiųjų ir dviračių maršrutus aplink miestą (miškas už Taikos g., Visagino ežeras, Festivalio g.)	Aukštas
	2.2. Maršrutų viešinimas spaudoje ir visuomenėje.	Aukštas
	2.3. Slidinėjimo trasų paruošimas ir prižiūrėjimas žiemos laikotarpiu	Vidutinis
3. Gerosios Vilties krepšinio aikštelės atnaujinimo darbai	3.1. Įrengti universalią sporto aikštelę, kur mokyklos ugdytiniai ir aplink esančių namų gyventojai galėtų žaisti krepšinį, tinklinį ir kitus sportinius žaidimus.	Aukštas
	3.2. Įrengti aikštelės dirbtinį apšvietimą	Vidutinis
4. Festivalio g. tinklinio aikštelės atnaujinimo darbai	4.1. Įrengti universalią sporto aikštelę, kur mokyklos aplink esančių namų gyventojai galėtų žaisti tinklinį, krepšinį ir kitus žaidimus	Vidutinis

	4.2. Įrengti stalo teniso stalus	Vidutinis
	4.3. Įrengti sportinius objektus, kurie gali sudominti jaunimą ir šios gatvės bendruomenę (skersinių kompleksas, lauko treniruokliai, žaidimų stalai)	Vidutinis
	4.4. Įrengti aikštelės dirbtinį apšvietimą	Vidutinis
5. Pagerinti Atgimimo gimnazijos prieinamumą visuomenei	5.1. Atrakinti krepšinio-tinklinio ir futbolo aikšteles.	Aukštas
	5.2. Įrengti dirbtinį aikštelių apšvietimą	Vidutinis
6. Žiburio pagrindinės mokyklos sporto aikštyno infrastruktūros tobulinimas	6.1. Įrengti tinklinio aikštelė Žiburio pagrindinės mokyklos mokiniams.	Aukštas
	6.2. Įrengti visų Žiburio sporto aikštyno aikštelių dirbtinį apšvietimą	Vidutinis
7. Futbolo infrastruktūros tobulinimas Visagino savivaldybės teritorijoje.	7.1. Centrinio futbolo stadiono atsarginės futbolo aikštelės dangos keitimas.	Aukštas
	7.2. Pripučiamo slėginio kupolo įrengimas atsarginėje futbolo aikštelėje	Vidutinis
	7.3. Futbolo aikštelių infrastruktūros gerinimas savivaldybės teritorijoje (vartai, tinklai, dangos keitimas, tribūnų arba sėdimų vietų įrengimas aplink aikštelių)	Vidutinis

	7.4. Futbolo aikštelių dirbtinio apšvietimo įrengimas.	Vidutinis
8. Gyvenamųjų namų kiemų teritorijos sportinės ir fizinio aktyvumo infrastruktūros vystymas.	8.1. Skersinių įrengimas	Aukštas
	8.2. Nusileidimų lynu kompleksų įrengimas	Vidutinis
	8.3. Kliūčių ruožų įrengimas	Aukštas
	8.4. Lauko gimnastikos treniruoklių ir kompleksų įrengimas	Vidutinis
	8.5. Stalo teniso stalų įrengimas	Aukštas
9. Visagino ežero pakrantės plėtra	9.1. Įrengti pėsčiųjų-dviračio maršrutą aplink Visagino ežerą, pratęsiant pėsčiųjų taką nuo paplūdimio link III mikrorajono.	Aukštas
	9.2. Atnaujinti tinklinio aikštele ir įrengti jėgos treniruoklių bei skersinių kompleksą šalia jos	Vidutinis
10. Dviračių infrastruktūros plėtra	10.1. Sukurti vientisą dviračių tinklą Visagino savivaldybės teritorijoje	Aukštas
	10.2. Sužymėti vietas kur dviračio takai kertasi su automobilių keliais	Aukštas

	10.3. Įrengti dviračių stovus kiemuose	Aukštas
	10.4. Įrengti dviračių remonto stoteles I, II ir III mikrorajonuose	Vidutinis
	10.5. Pažymėti dviračio maršrutus Visagine ir aplink miestą bei aktyviai viešinti juos visuomenėje ir LT spaudoje	Aukštas

## KONTAKTAI

<b>Vardas Pavardė</b>	<b>Sporto šaka</b>	<b>Telefonas</b>
Aleksandr Bražnikovas	Bendrieji klausimai, krepšinis	+370 616 45822
Dmitrij Zavertalenko	Stalo tenisas	+370 657 88067
Ilja Petrov	Lauko tenisas	+370 646 13462
Vitalij Glušenko	Tinklinis	+370 612 60808
Ivan Švaibovič	Futbolas	+370 687 89032
Igor Terentjev	Slidinėjimas	+370 614 23948
Modestas Baltakis	Neįgaliųjų sportas	+370 614 10764

## LITERATŪRA IR NUORODOS

1. J.I.Halonen. Is change in availability of sports facilities associated with change in physical activity? A prospective cohort study. (2015)
2. Dviračių maršrutas „Visagino keliais“ 16km, <https://www.turistopasaulis.lt/dviraciu-marsrutas-visagino-keleais-39km/>, 2019
3. Visagino sporto aikštelių žemėlapis, <https://www.google.com/maps/d/edit?mid=1tKGLQc7ITXEvoyn9eaR8muF2Ped39Gw&usp=sharing>, 2023
4. Workout lauko gimnastikos treniruokliai: <https://darom.lt/lauko-treniruokliai/workout-gatves-gimnastikos-treniruokliai/>
5. Lauko jėgos treniruokliai: <https://vaivorykste.lt/lauko-treniruokliai>
6. Žaidimų aikštelės įvairaus amžiaus vaikams: <https://judekimlauke.lt/kategorija/zaidimu-aiksteles/>
7. Street Barbell lauko treniruokliai su svoriais: <https://atletas.lt/lt/treniruokliai/lauko-treniruokliai/street-barbell-lauko-treniruokliai/>
8. Parkour parkai: <https://darom.lt/workout-gatves-gimnastika/parkour/>
9. Skate parkai: <https://darom.lt/workout-gatves-gimnastika/skate-parkai/>
10. Lauko žaidimų stalai: <https://darom.lt/vaiku-zaidimo-aiksteles/betoniniai-zaidimu-stalai/>
11. Ledo ritulio apsauginiai bortai: <http://www.sportwave.eu/lt/apsauginiai-bortai-289.html>
12. Sportinė liejama gumine danga: <https://sportosistemas.lt/sprendimai/sportines-dangos/>



### PAPLŪDIMIO TINKLINIO AIKŠTELIU REIKALAVIMAI

Kvarcinis smėlis. Įrengiant paplūdimio tinklinio dangą, naudojamas baltas kvarcinis smulkiagrūdis smėlis, kurio frakcija yra 0,1–1 mm. Prieš parduodant, medžiaga nuplaunama, kad būtų pašalintos priemaišos ir smulkūs elementai. Dėl apdorojimo dulkių dalelių kiekis tampa minimalus. Todėl žaidimas po kaitria saule ar ant sauso paviršiaus nesukelia diskomforto sportininkams. Dėka molio inkluzų nebuvimo smėlis net ir po lietaus išlaiko purią struktūrą, kuri neleidžia pėdoms įstrigti smėlio masėje ir leidžia ir toliau žaisti atviroje vietoje po blogo oro. Didelių intarpų (akmenų, šaknų gabalėlių ir kt.) nebuvimas rodo, kad medžiaga yra visiškai saugi odai.

Paplūdimio tinklinio aikštelė. Žaidimo aikštelė yra 16 x 8 m stačiakampis, apsuptas laisvos zonos, kurios matmenys ne mažesni kaip 5 m nuo priekinių ir šoninių linijų. Smėlio sluoksnio gylis turi būti ne mažesnis kaip 40 cm. Atsižvelgiant į standartinius aikštelės matmenis (16x8 metrai), norint visiškai užpildyti sporto aikštę, reikės apie 50 m<sup>3</sup> užpildo. Reikėtų pasirinkti brezentu, kuris uždengtų centrinę zoną lietaus atveju.

#### Įranga aikštelėms

Antenos. Stulpų apsauga. Linijos. Visos linijos yra 5-8 pločio. Linijos turi būti tokios spalvos, kuri ryškiai kontrastuotų su smėlio spalva. Linijos turi būti klojamos juostomis iš elastingos (elastinės) medžiagos. Linijiniai tvirtinimai taip pat turėtų būti pagaminti iš minkštos, elastingos medžiagos.

#### Salės tipo aikštelės reikalavimai

Klasikinio tinklinio aikštelė yra taisyklingas 18 m ilgio ir 9 m pločio stačiakampis. Lauko šonuose ir priekinėse pusėse turi būti laisvos zonos (saugos zonos), šonuose ne mažiau kaip 3 metrai, priekyje ir užpakalyje ne mažiau kaip 5 metrai.