



NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
EIROPA INVESTĒ LAUKU APVIDOS
Eiropas Lauksaimniecības fonds
lauku attīstībai



Atbalsta Zemkopības ministrija un Lauku atbalsta dienests

06.08.2018.

Launkalnē uzstādīti āra trenāžieri

Smiltenes novada dome projekta “Āra vingrošanas trenāžieru iegāde un uzstādīšana Launkalnē” Nr.18-09-AL10-A019.2203-000004 ietvaros aprīkoja ar āra vingrošanas trenāžieriem aktīvās atpūtas laukumu Launkalnē. Projekta mērķis ir Launkalnes ciemā radīt iedzīvotājiem vietu fiziskās attīstības veicināšanai un veselības stiprināšanai. Projekts ir vērsts uz iedzīvotāju līdzdalības, savstarpējas sadarbības veicināšanu, kas dod iespēju iedzīvotājiem būt saliedētākiem un draudzīgākiem.

Projekts “Āra vingrošanas trenāžieru iegāde un uzstādīšana Launkalnē” lieliski papildina aktīvās atpūtas laukumu Launkalnē. Āra vingrošanas trenāžieri ir ikvienam brīvi pieejami, droši lietošanā un universāli, jo tos var izmantot gan pieaugušie, gan jaunieši, gan bērni. Kā arī trenāžieru lietošanai nav nepieciešama iepriekšēja fiziska sagatavotība, tie ir daudzveidīgi un nodarbina atšķirīgas muskuļu grupas. Kopumā ir uzstādīti 6 vingrošanas iekārtas:

- Vēdera preses un muguras trenāžieris – paredzēts vēdera un muguras muskuļu trenēšanai. Vienlaicīgi var izmantot divi cilvēki;
- Kāju trenāžieris FIT07-FIT904 - paredzēts iekšējo un ārējo muskuļu trenēšanai un nostiprināšanai; Vienlaicīgi var izmantot divi cilvēki;
- Ritenis un steperis FIT02-FIT304 – nodarbina visu ķermeņa apakšējo daļu, visus roku un muguras muskuļus. Trenāžieris īpaši paredzēts kardio treniņiem; Vienlaicīgi var izmantot divi cilvēki, no kuriem viens izmanto riteni un otrs steperi;
- Kāju trenāžieris FIT06-FIT305 – paredzēts kāju muskulatūras trenēšanai un stiprināšanai. Abas trenāžieru pozīcijas aprīkotas ar triecienu absorbējošu sistēmu. Vienlaicīgi var izmantot divi cilvēki;
- Slēpošanas imitācijas trenāžieris FIT09-FIT172 – vienlaicīgi var izmantot divi cilvēki kur abi lietotāji vienlaicīgi imitē iešanu, slēpošanu. Trenāžieris stiprina visa ķermeņa apakšējo daļu, rokas un plecu daļu.
- Plecu un kāju trenāžieris FIT03-FIT370 – paredzēts krūšu, plecu, muguras un kāju muskulatūras stiprināšanai un trenēšanai. Vienlaicīgi var izmantot trīs cilvēki;

Projekta kopējās izmaksas ir 8470,67 EUR, no kurām ELFLA fonda publiskais finansējums 7623,60 EUR, savukārt pašvaldības līdzfinansējums ir 847,07 EUR.

Projekta pieteikums sagatavots un guvis atbalstu vietējās rīcības grupas biedrības „Abulas lauku partnerības” sabiedrības virzītas vietējās attīstības stratēģijas 2015.—2020. gadam izsludinātajā projektu pieteikumu iesniegšanas 5. kārtā. Projekts īstenots Latvijas Lauku attīstības programmas 2014.—2020.gadam pasākumā „Darbību īstenošana saskaņā ar sabiedrības virzītas vietējās attīstības stratēģiju” ar Eiropas Lauksaimniecības fonda lauku attīstībai finansējumu. Valsts un Eiropas Savienības atbalsta piešķiršanu administrē Lauku atbalsta dienests.

Vairāk informācijas par Eiropas Lauksaimniecības fondu lauku attīstībai (ELFLA) pieejams Eiropas Komisijas tīmekļa vietnē [šeit](#).

Vairāk informācijas par atbalsta saņemšanas nosacījumiem biedrības „[Abulas lauku partnerība](#)” un [Lauku atbalsta dienesta mājaslapā](#).

Informāciju sagatavoja:
Smiltenes novada domes
Attīstības un plānošanas nodaļas
Projektu vadītāja
Lita Kalniņa