



## PROJECTE PER AL PRESSUPOST PARTICIPATIU 2023

ENTITAT: Associació Sant Fruitós d'Esports

PROPOSTA: Material per Preparació Física i Sala Tècnica

### OBJECTIUS:

#### MATERIAL PREPARACIÓ FÍSICA:

Volem aportar una millora dels entrenaments oferts als esportistes del club a través del treball físic, complementant així el treball tècnico-tàctic fet a pista i disminuir el risc de lesions.

#### MATERIAL I ACONDICIONAMENT SALA TÈCNICA:

Ens permetrà tenir un espai per la formació dels entrenadors, l'ús del vídeo per la millora dels esportistes i equips i fer reunions amb les famílies.

UBICACIÓ: Pavelló Municipal d'esports

Sala principal al passadís de vestidors / Magatzem material



## PROJECTE PER AL PRESSUPOST PARTICIPATIU 2023

### DESCRIPCIÓ:

#### PREPARACIÓ FÍSICA:

Obtenció del material bàsic més actual per poder dur a terme entrenaments físics a l'entorn del pavelló.

A continuació enunciem una llista detallada:

- TRX(Corretja suspensió, 2 unitats)
- Tirant musculador (2 unitats)
- Tanques 15cm / 30 cm
- Corda Elàstica
- Calaix Pliomètric (2 unitats)
- Step Fitness (2 unitats)
- Kettlebell 6kg (2 unitats)
- Kettlebell 12kg (2 unitats)
- Pilota medicinal 4kg
- Battle Rope
- Bandes Elàstiques (2 sets de 4)

#### SALA TÈCNICA:

Ens referim a acondicionament de la sala que inclouria:

- Arranjament del terra i parets (pintura)
- Cobertura de les canonades visibles
- Mobles d'emmagatzematge
- Material audiovisual (projector i pantalla)
- Pissarra tàctica



## PROJECTE PER AL PRESSUPOST PARTICIPATIU 2023

### DESCRIPCIÓ:

Fotos Material Preparació Física:

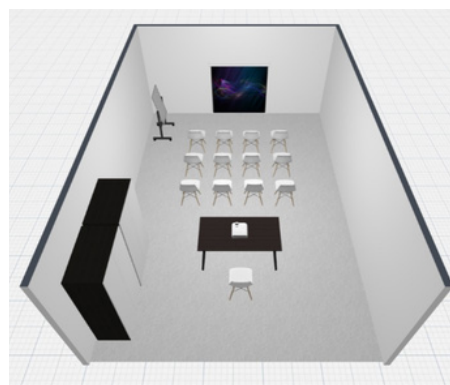
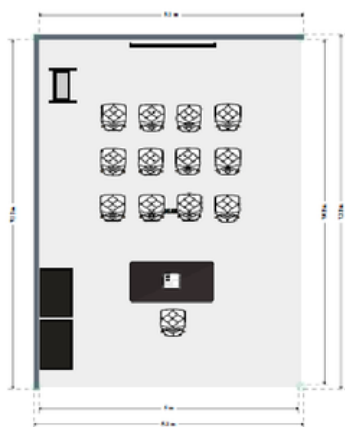




## PROJECTE PER AL PRESSUPOST PARTICIPATIU 2023

### DESCRIPCIÓ:

### 3D Sala Tècnica





## PROJECTE PER AL PRESSUPOST PARTICIPATIU 2023

### PRESSUPOST:\*

#### Material Preparació Física:

- |                                      |                   |
|--------------------------------------|-------------------|
| • TRX(Corretja suspensió, 2 unitats) | 27,95€/u          |
| • Tirant musculador (2 unitats)      | 69,00€/u          |
| • Tanques 15cm / 30 cm               | 21,99€/u-32,99€/u |
| • Corda Elàstica                     | 34,99€            |
| • Calaix Pliomètric (2 unitats)      | 79,99€/u          |
| • Step Fitness (2 unitats)           | 44,95€/u          |
| • Kettlebell 6kg (2 unitats)         | 19,95€/u          |
| • Kettlebell 12kg (2 unitats)        | 36,95€            |
| • Pilota medicinal 4kg               | 49,99€            |
| • Battle Rope                        | 35,90€            |
| • Bandes Elàstiques (2 sets de 4)    | 30,90€/u          |

**TOTAL: 1095,24€**

#### Sala Tècnica:

- |  |          |
|--|----------|
| • Arranjament terra i parets             | 1083,86€ |
| • Armari emmagatzematge                  | 295,99€  |
| • Armari a mida per cobrir les canonades | 665,50€  |
| • Pantalla i projector amb wifi          | 1085,37€ |
| • Pissarra blanca paret                  | 170,76€  |

**TOTAL: 3301,48€**

• preus orientatius buscats a pàgines web