

Idrott är fysisk aktivitet som vi utför för att kunna prestera mera, ha roligt och må bra

Fritid och folkhälsa

- **Organiserad föreningsidrott**
- **Egenorganiserad motion,
rörelse och lek**
- **Spontana aktiviteter**

Ligg- och sittsamhället



Utegym

300 – 800 kvadratmeter

Investeringsutgift 0,5 – 1,0 miljoner

15 – 75 år

Vid motionsspår, idrottsanläggningar, badplatser, parkstråk

Allsidig träning

Lättillgängliga



Älta idrottsplats



Utegym Stockholms stad



Seniorgym Öckerö

Förslag, placeringar och prioriteringar 2016

Nyckelviken, vid motionsspår
Fisksätra, Båthöjden

2017

Boovallen, på idrottsplatsen
Velamsund, vid motionsspår

2018

Saltsjöbadens idrottsplats
Sickla strand, utveckla befintligt

2019

Långsjön, vid badplats
Fisksätra idrottsplats

2019 – 2025

Ältadalen

Sarvträsk, Orminge, utveckla befintligt

Nacka stadspark, Nacka idrottsplats

Henriksdal – Finnboda – Kvarnholmen

Utskogsvägen, Duvnäs utskog

Näridrottsplats – spontanidrott

Flera olika aktiviteter - stimulera till aktivitet och social samvaro

800 – 1500 kvadratmeter

Investeringsutgift 1,5 – 2,5 miljoner kronor

Vid skolgårdar, parker, grönområden, bostadsområden, i anslutning till fritidsgårdar, vid idrottsplatser

Inte bokningsbart

– fritt från organiserade tävlingar



RFs riktlinjer

- 4 – 6 idrotter
- Spontanidrott, egenorganiserad idrott

Innehåll

- Konstgräsplan / hård plan, inhägnad, 18 x 36 m
olika mål och linjer för bollsporter
fotboll, handboll, basket, innebandy, volleyboll,
minitennis
- Hoppgröp och löparbana 40 m
- Utomhuspingisbord
- Yta för skateboard, inline, bmx, kickbike
- Parkourbana (hinderbana)
- Klättervägg
- Sittmöbel med regn- och väderskydd

Placering

- Vid idrottsplats, fritidsgård, park, skola
- Tillgång till toaletter
- Belysning
- Stråk av rörelse





Förslag, prioriteringar och placeringar

Myrsjö idrottsplats
Fisksätra idrottsplats

Saltsjöbadens idrottsplats
Björknäsområdet
(idrottsplatsen, centrum, skolan)

Centrala parken i Orminge
Älta centrum – Stensö

Stadsparken Nacka centrum
/ Nacka sportcentrum
Sickla strand / Sickla köp kvarter

Tollare / Dalkarlsängen
Boo gård / Boovallen

Henriksdal – Kvarnholmen
Bergs gård

