

LEG, STI & NATUR

Et centralt kryds- og støttepunkt for friluft aktiviteter i Bjerringbro



Formål

Med dette forslag ønsker vi:

- at motivere til udendørs leg og fysiske aktiviteter
- at skabe bevægende rammer for børn og familier
- at fremme udeliv og oplevelser i naturen
- at kombinere læring og fysisk udfoldelse til gavn for både mennesker og natur
- at skabe rum for sociale og dannende relationer
- at skabe interesse for den lokale biologi og kultur



Parken

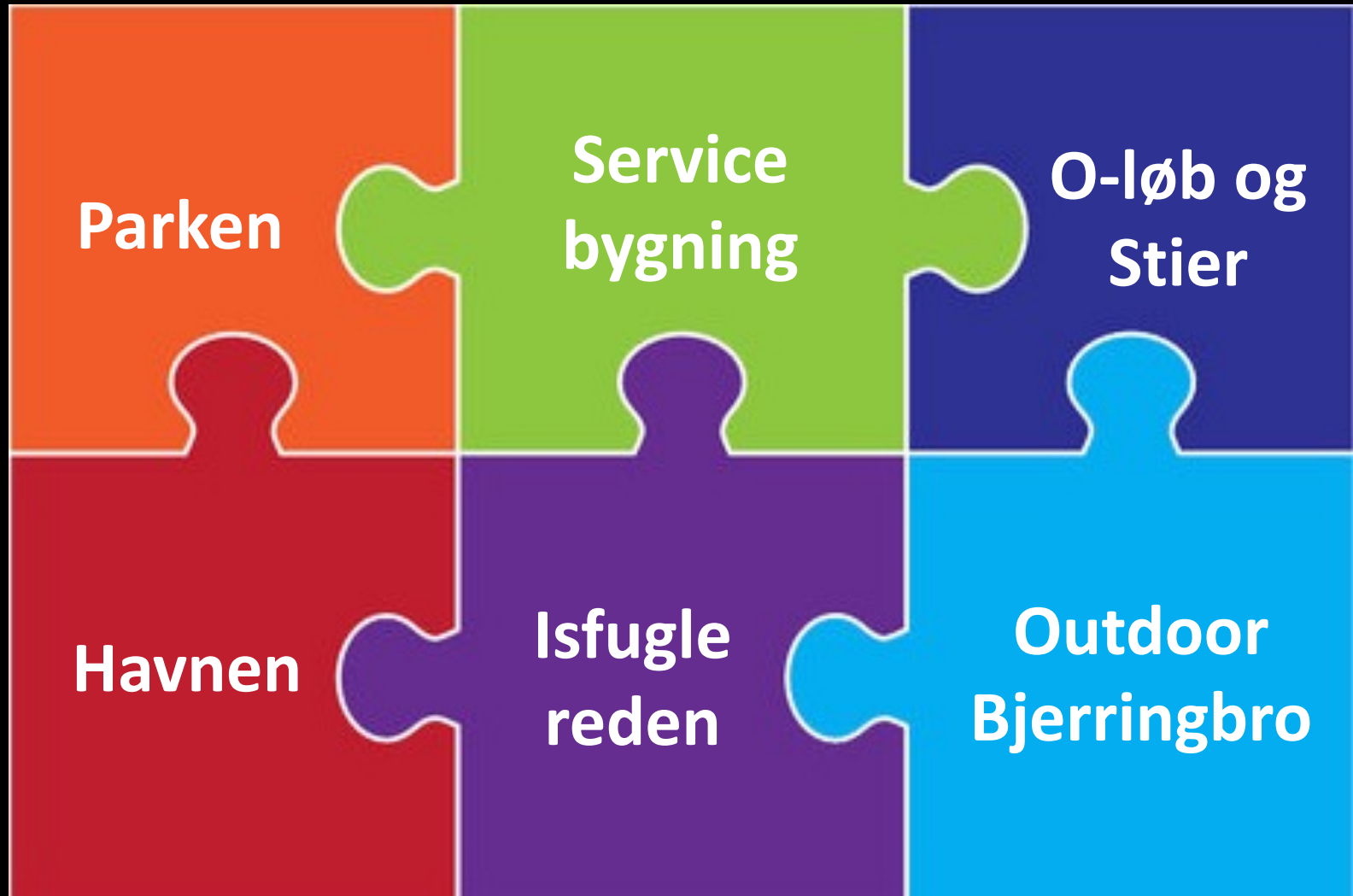
Trailcenteret skal fremme legen og aktiviteterne i parken og støtte det sociale liv der opstår.

De fleste af aktiviteter i parken er selvorganiserede, og kan have behov for rekvisitter eller vejledning til at komme i gang. Trailcenteret er støttepunktet.

Desuden planlægger trailcenteret spændende lege og aktiviteter i parken som ugentlige begivenheder.



Bjerringbro i bevægelse



Visionen

Det er videnskabeligt dokumenteret, at vi som befolkning bevæger os for lidt og med tiden endnu mindre. Samtidig er det veldokumenteret at motion styrker helbredet og at naturen har stor betydning for vores fysiske og psykiske velbefindende. Udendørs aktiviteter i naturen giver desuden livsglæde og respekt for miljøet. Trods denne veldokumenterede evidensbaseret viden om livstil og livskvalitet, synes det at være umådeligt vanskeligt at motivere til en mere naturlig og dynamisk livsstil.

- Motivere til lege og fysiske aktiviteter.
- Bevægende rammer - det sunde valg bliver det tilgængelige og nemme valg - og det sunde valg bliver det naturligste og sjoveste i hverdagen.
- Bevægende rammer for familier, børn og ældre.
- Udeliv og oplevelser i naturen.
- Naturdannelse – kombinere videnstilegnelse og fysisk udfoldelse til gavn for både mennesker og natur.
- Samvær med sociale og dannende relationer.
- Et sansestimulerende område.
- Mangfoldighed og forskelligheder for planter, dyr og mennesker.
- Skabe interesse for den lokale biologi og kultur.



"Hjertestarteren" – pumper god energi ud til et naturligt, fysisk, psykisk, socialt og meningsfuldt liv.

Oversigtsplan

Parkens steder



* Etape II

3 indsatsområder

OUTDOOR BJERRINGBRO

Et centralt støttepunkt med
service og information

STIER OG O-LØBSKORT

Bynært stisystem og O-løbs
kort med markeringer

PARKEN

Rekreativt
aktivitetsområde ved
Gudenåen



Teltpladsen

Ny beplantning

Alm. græsplæne

Åpavillionerne

Ny beplantning

Kano havnen

Aktivitetspladsen

Picnic

Successiv beplantning
(vild beplantning)

Bålpladsen

Trailcenter

Abadet

Perimeterstien

PARKEN

Oversigtsplan

Parkens steder



* Etape II

Bevægende rammer

1. Legen og aktiviteter
2. Trails
3. Lad os gå i parken
4. Leg, læring og dannelse



1. Legen og aktiviteter

Støtte legen, spillet og aktiviteten og motivere til ønsket om en aktiv livsstil.

Der skal skabes et naturligt samspil mellem den selvorganiserede leg i Parken og foreningslivet i Bjerringbro Idræts- og Kulturcenter.

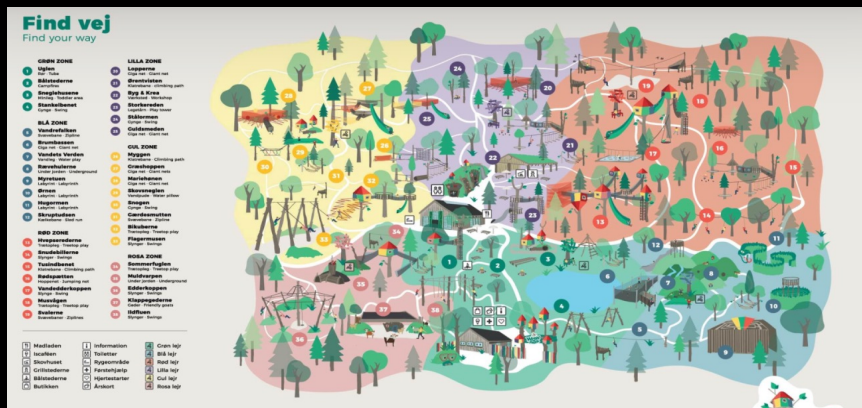


2. Trails

Knudepunkt for ruterne og er det naturlige mødested og udgangspunkt for alle der vil løbe, vandre, cykle, svømme, sejle, rulle mv. i Bjerringbro området.

Kortlægningen er:

- Orientering (O-løb)
- Bynært stisystem



Orientering

Opsætning af små markeringer med tilhørende kort til en udfordrende tur på Bjerringbro egnen. En sportslig tur i naturen.

Det er en "skattejagt" i lokalområdet, hvor gevinsten er sund og sjov motion, dejlige naturoplevelser og ny viden.

Fod, hjul, vand og navigation i Gudenådalen omkring Bjerringbro.



Find vej i

Fundamentet for dette projekt er et kort, så man kan navigere rundt i Bjerringbro området. Kortet skabes ud fra "Find vej i".

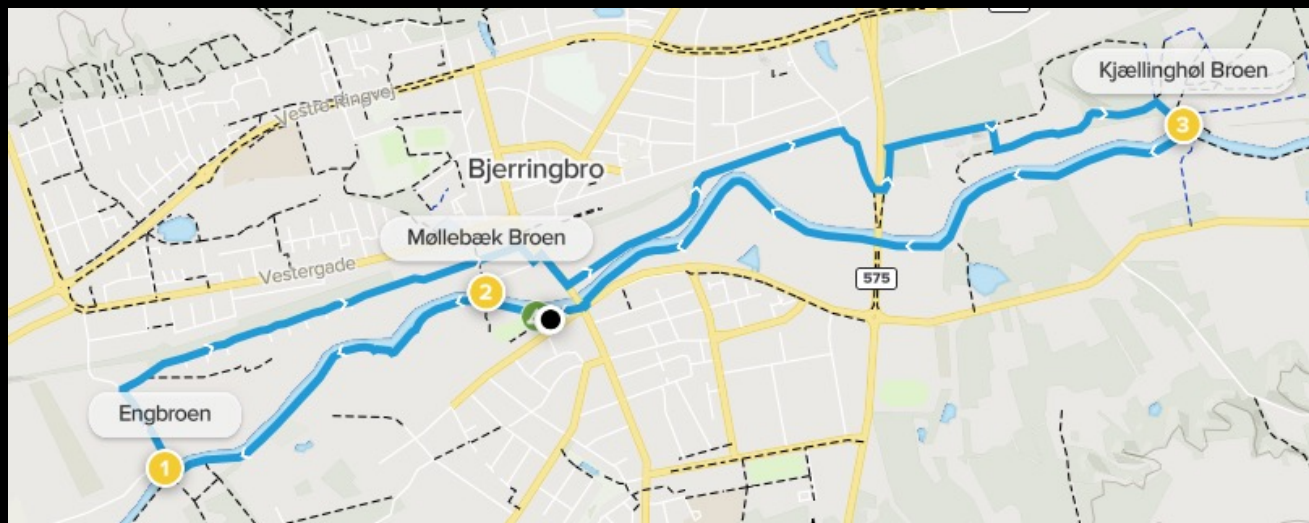


Bynært stisystem

Er der en sti - går vi en tur. En sti er en alle tiders vej udendørs.

Borgerne, skoler, børnehaver, højskolen, klubber etc. skal nemt kunne finde og tilgå stisystemet og bevæge sig rundt i byen og ud i naturen.

Ruterne etableres primært ud fra allerede eksisterende stier og spor, især 8-tallet.



3. Lad os gå i parken

Værested for hele familien

Sociale relationer og fællesskaber

Turistinformation



4. Leg, læring og dannelse

BIOLOGI OG NATURSKOLE

- Friluft aktiviteter og feltundersøgelser.
- Styrke forståelsen for natur, miljø og klima.

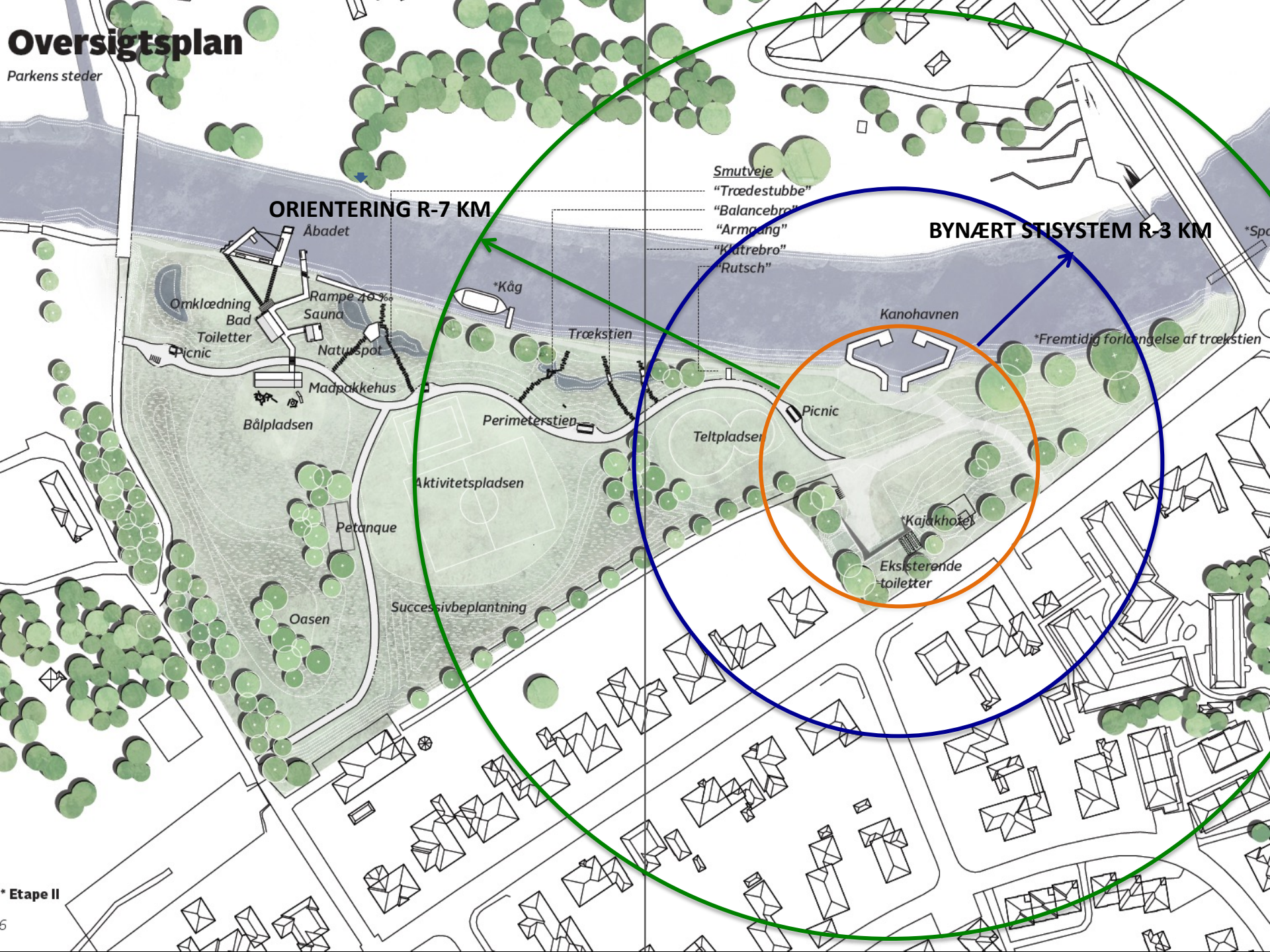
IDRÆT OG LEG

- Bidrage til at flere unge bliver idræts- og motionsaktive
- Skabe opmærksomhed på og interesse for den natur og det landskab, der udgør rammen for aktiviteterne.



Oversigtsplan

Parkens steder



ORIENTERING R-7 KM

BYNÆRT STISYSTEM R-3 KM

Smutveje

"Trædestubbe"

"Balancebro"

"Armgang"

"Klatrebro"

"Rutsch"

*Kåg

Trækstien

Kanohavnen

*Fremtidig forlængelse af trækstien

Omkklædning

Bad

Toiletter

Picnic

Sauna

Naturospot

Madpakkehus

Bålpladsen

Perimeterstien

Teltpladsen

Picnic

Aktivitetspladsen

Petanque

Oasen

Successivbeplantning

*Kajakboxen

Eksisterende toiletter

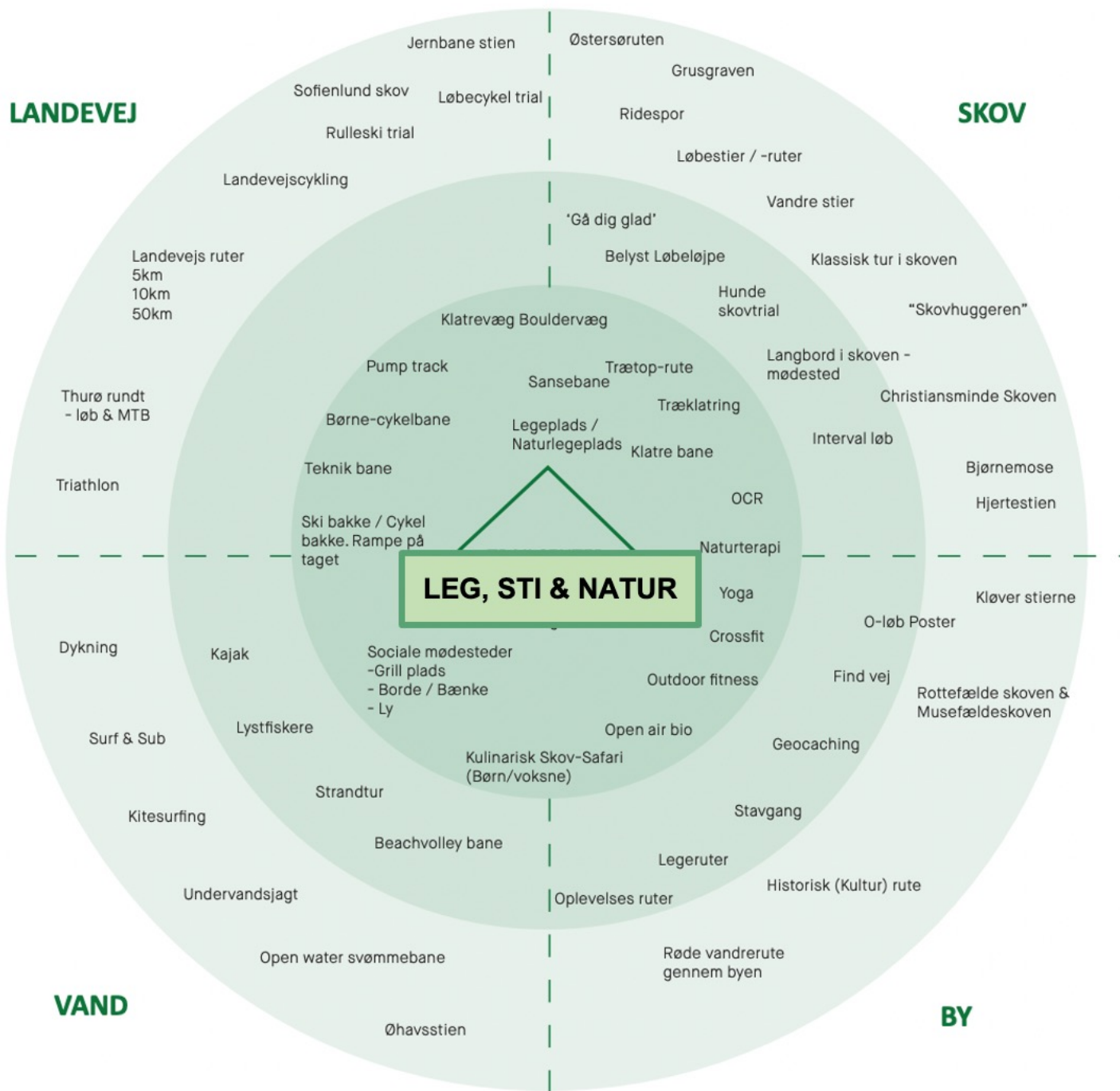
* Etape II

LANDEVEJ

SKOV

VAND

BY



UORGANISEREDE
I små grupper eller alene

ORGANISEREDE
I grupper

Erilufte-folket
-Outdoor

Natur elskere

Hundeluftere

Fugle kiggere

Kaffedrikkere

Familier på Skovtur

Geocaching

Vandrere:
-Kort tur
-Lang tur (Overnatning)

Overnattere i naturen

Historikere

Hotelgæster

Pendlere

Museums gæster

Turister / Udlændinge

Sports-folket
-Adventure

Turcyklistere

Gå dig glad folk

Løbere

Ultra atleter

Ryttere (Hest)

In-linere

Surfere

Lystfiskere

Svømmere

Dykkere

Børne familier

Kæreste par

Pensionister

Klubber/ foreninger
- baseret på frivillige

Landevejsryttere

MTB'ere

Gamle damer på tur

Grupper f.eks. Gym-
nastikhold som kunne
kombinere outdoor +
overnatning

O-Løbere

Vildmænd

Spejdere

Mad-grill

Mindfulness / Yoga
hold

Skoler & børnehaver
- baseret på økonomi

Efterskoler - SMSE
(Adventure-linjen)

Børnehaver

Den fri læreskole

Højskoler

Dagplejer

Ældrecenter

Skoleklasser

Kursister fra skolen

Dagplejere

Lejrskoler

PTSD patienter

”Pura Vida”

Hvad er specielt ved Outdoor Bjerringbro?

- Ligger midt i Bjerringbro - omgivet af smuk natur
- Ligger lige ned til Gudenåen - i den skønne Gudenådal
- Ligger i midt i en park - et rekreativt aktivitetsområde
- Parken er i historisk set, i dag og i fremtiden hjertet i Bjerringbro
- Der eksisterer i dag mange frilufts- og sociale aktiviteter i dette område
- Der er med Outdoor Bjerringbro allerede etableret faciliteter der kan kombineres med et trailcenter



Muligheder med et bynært stisystem

- At kunne bevæge sig rundt til fods og på cykel.
- Det skal være nemt og ligetil at finde rundt.
- Give nye oplevelser gennem mødet med terræn, vind og vejr.
- Inspiration til bynære ture med gode oplevelser.
- Forbedre borgernes sundhed gennem motion og cykelpendling.
- Skabe sikre skoleveje. God bæredygtig infrastruktur.
- Forbinde steder og områder, kulturhistorie med natur.
- Oplyse om interessante steder i Bjerringbro.
- Sikre og forbedre adgangen til natur og andre arealer.



Servicefunktioner

- Halvtag/overdække til samling og ophold
- Borde og bænke til madpakke og kaffekurv
- Toiletter, bad og omklædningsrum
- Mulighed for cykelparkering, at pumpe cyklen og justere cyklen, vaske cyklen mm.
- Depot til foreningernes udstyr (orienteringsposter, redningsveste mv.)
- Information om ruterne (blancher og kort med bl.a. længde, sværhedsgrad, underlag, højdeprofil)
- Vejledning, udstyr og faciliteter til skoleklasser
- Grejbank til udlån af udstyr; SUP-boards, redningsveste, kajaker mm.
- Grejbank med biologisk udstyr; fiskestænger, net, kikkerter mm.
- Grejbank til legen i parken; bolde, ketchere, frisbees mm.
- Kalenderfunktion der viser aktiviteter og events på stedet
- Information om natur- og kulturhistorie på ruterne
- Strømuttag til events
- Hjertestarter, førstehjælpskasse, nødtelefon mm.

