

Hreyfivellir

Minnisblað 24. apríl 2015/HS

Gerð hefur verið tillaga að uppbyggingu valla sem geta þjónað bæði íbúum sem eru á ferðinni sem og íþróttahópum.

Óskað var eftir álitum hlaupahópanna hér í bænum.

Staðsetning sem nefndar voru eru:

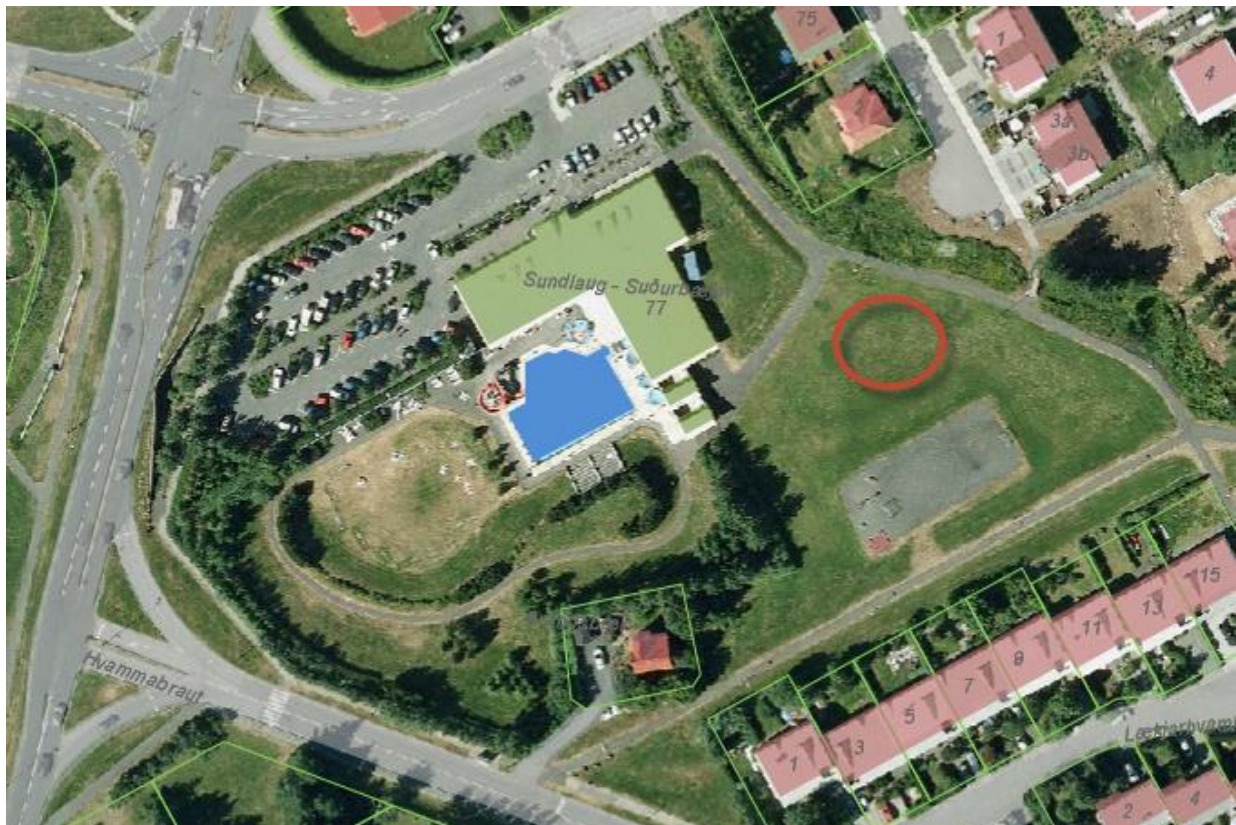
1. *Sundlaugarnar – Suðurbæjarlaug og Ásvallalaug*
2. *Víðistaðartún*
3. *Íþróttasvæðin og við tröppur svo sem í Setbergsbrekkunni og við Flensborgarskóla*

Tæki sem henta hlaupurum best eru:

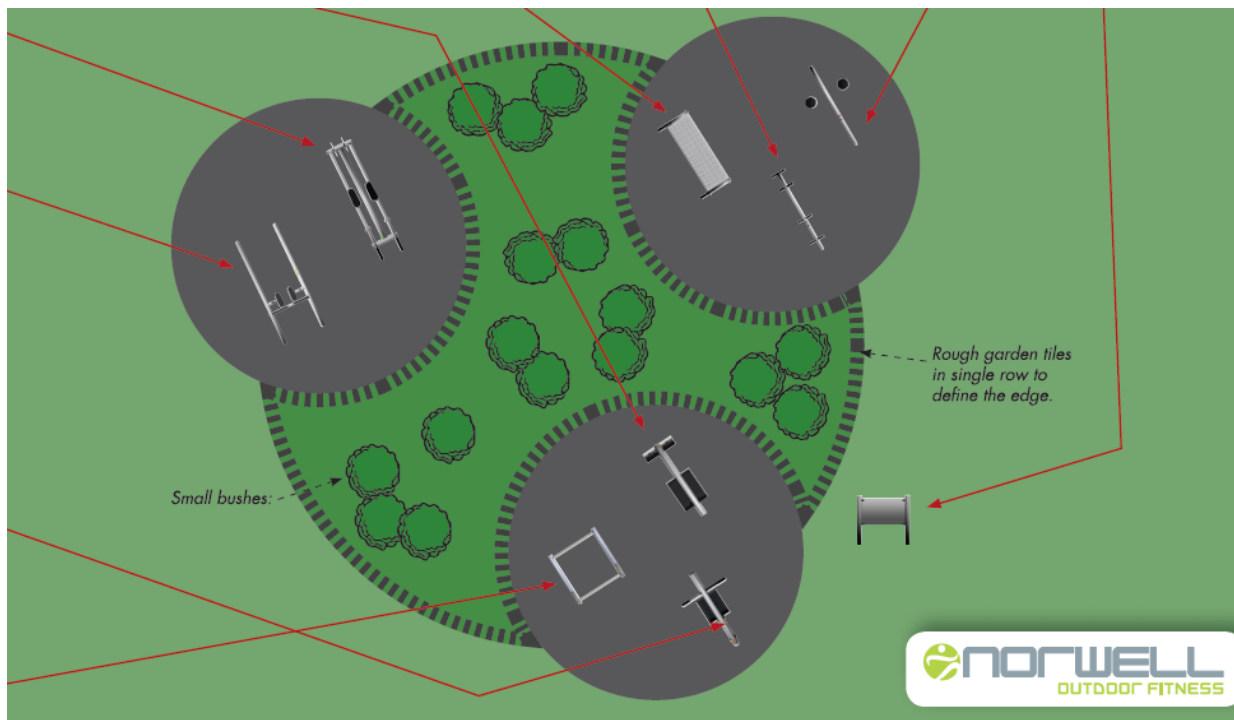
- *teygju og liðleika tengd tæki – læri og kálfar*

Lagt er til að fyrsta vellingurinn verði valinn staður við Suðurbæjarlaun.

- Tillaga að staðsetningu við Suðurbæjarlaug



Uppbygging verður í þessum anda og tækin að þessum gerðum sem sjá má hér neðar.



Bench



Stretch



Air Walker



Chest



Back



Cross



Sit Up



Pull Up



HAFNARFJÖRÐUR