

7 ПРОСТЫХ ШАГОВ

по организации маршрута для пеших оздоровительных прогулок в Вашем квартале

Уважаемые жители Царского Села!

Данная памятка создана в качестве краткого путеводителя по процессу организации квартального маршрута для оздоровительных прогулок!

Что такое квартальный маршрут для оздоровительных прогулок?

Представьте себе, что Вы отправляетесь на прогулку по Вашему любимому кварталу, а на пути не возникает непредвиденных преград, территория вдоль дорожек благоустроена; проходя мимо, Вы любуетесь главными достопримечательностями района. У Вас есть возможность остановиться для занятий на приспособленных для всех групп населения уличных тренажерах с инструкциями по упражнениям или размяться на подходящей обустроенной площадке. При желании Вы можете пройти весь маршрут с палками для скандинавской ходьбы.

Как организовать такой маршрут в своем квартале/районе?

1 шаг

Возьмите бумажную, набросанную Вами от руки или интернет-карту подходящего масштаба, на которой хорошо виден Ваш квартал с прилегающими территориями.

2 шаг

Исходя из знания своего квартала и близлежащих территорий, предварительно прикиньте, где было бы лучше проложить маршрут для пеших оздоровительных прогулок. Важно помнить об основных принципах прокладки маршрута:

- Длина маршрута должна быть не меньше 1 км.
- Желательно делать закольцованный (замкнутый круговой) маршрут.
- Избегайте длинных участков вдоль загазованных крупных магистралей.
- Выбирайте дороги с хорошим покрытием, без выбоин.
- По возможности планируйте маршрут мимо местных достопримечательностей;
- Если на территории планирования есть площадка с уличными тренажерами, площадка, подходящая для физкульт-разминки, или Вы знаете подходящие для них места, проложите маршрут поближе к ним.
- Избегайте закрытых для сквозного прохода территорий (пример – школа).
- Желательно разработать два маршрута: дневной и вечерний. Дневной маршрут можно проложить и по территории ближайшей зеленой зоны, даже если она не освещается. Для вечернего маршрута подходят освещенные и оживленные отрезки.
- На пути прогулки или на незначительном удалении от него должны находиться магазины, офисы банков и т.п., которые могут стать спонсорами маршрута.
- Помните, что ВОЗ рекомендует 45 минут в день посвящать умеренным физическим нагрузкам. Таким образом, идеальным будет квартальный маршрут, прогулка по которому с остановками для упражнений, занимает минимум 45 минут.

3 шаг

Возьмите карту и, при наличии, фотоаппарат или телефон/смартфон и отправляйтесь на осмотр разработанных вариантов маршрута. Фотографируйте или отмечайте на карте состояние дорог, подходящие для тренажеров или зарядок площадки, объекты торговли и других потенциальных спонсоров проекта, места для размещения информационного стенда и маршрутных табличек* (подробно о табличках смотрите далее).

4 шаг

Обсудите маршрут с соседями. Откорректируйте маршрут исходя из результатов натурного осмотра и обсуждения.*

5 шаг

На основе имеющихся макетов и системы расположения на маршруте* подготовьте проекты маршрутных указателей: стендов и табличек, с указанием конкретных данных по маршруту – длины, названия, описания достопримечательностей и т.п.

Систематика маршрутных указателей – на следующей странице.

6 шаг

Организируйте встречи или, как минимум, телефонный разговор с представителями компаний - потенциальных спонсоров маршрута.*

Кто может выступить спонсором проекта, и как Вы можете их заинтересовать?

Набор маршрутных указателей является отличным носителем рекламной информации, а, следовательно, объекты стрит-ритейла (магазины, офисы продаж и т.п.) могут быть заинтересованы в размещении на них информации о себе. Примеры:

Примеры оформления указателей – на следующей странице.

В процессе разговора с потенциальным спонсором покажите им проект таблички, сообщите стоимость изготовления и установки (это и будет размер запрашиваемой спонсорской помощи). Когда потенциальный спонсор согласился оказать финансовую поддержку, предоставьте ему контактные данные компании, которая займется производством указателя.*

Если Вы нашли на территории квартала место, подходящее для устройства тренажерной площадки, в разговоре с потенциальным спонсором покажите ему проект большого информационного стенда* для такой площадки, на котором значительное место будет отведено под рекламу.

Помните, что необязательно запрашивать финансовую поддержку на весь маршрут у одного спонсора!

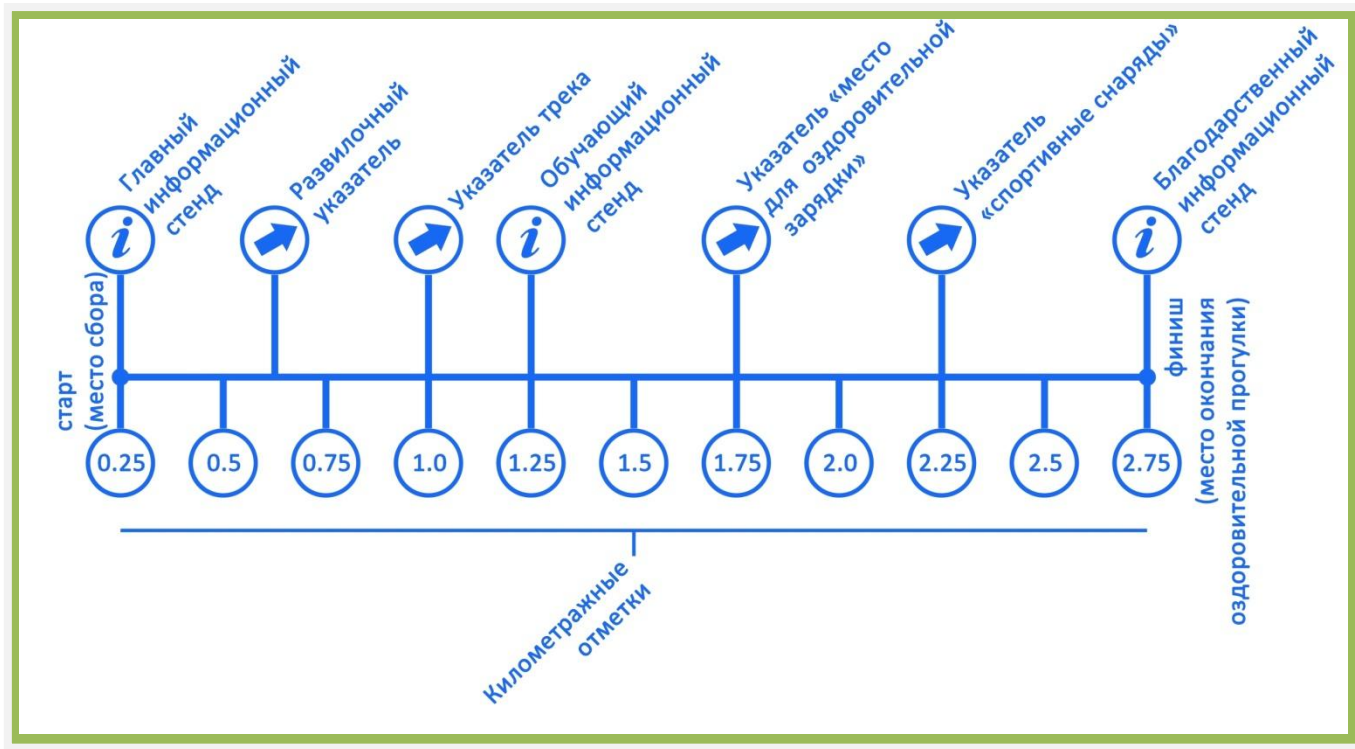
7 шаг

По получении изготовленных маршрутных указателей организуйте их установку/крепление на выбранных местах.*

*** в данных вопросах Вам окажет помощь Рабочая группа по организации пешеходных и велосипедных дорожек в Царском Селе. В её распоряжении находятся основные инструкции, методички, компьютерные ресурсы и электронные макеты указателей, налаженные контакты с местными властными и бизнес-структурами.**

Поздравляем! Ваш квартальный маршрут для оздоровительных прогулок готов!

Систематика маршрутных указателей



Примеры маршрутных указателей

