

AQTIV
idrætsanlæg i havnen



MLRP



ORBICON

AQTIV idrætsanlæg i havnen
- et idekatalog for aktiverende faciliteter

Dette idekatalog er udarbejdet for Lokale og
Anlægsfonden af MLRP Aps august 2014.
Copyright af designet i idekataloget tilhører derfor:

MLRP Aps
Vesterbrogade 95c, 3.sal
1620 Kbh V / Danmark
www.mlrp.dk
info@mlrp.dk

Team MLRP
Mads H. Lund, Robert Paulsen, Martin Andersen,
Kamila Borucka

Grafisk tilrettelæggelse
MLRP Aps

INDLEDNING

Efter i en årrække at have støttet en lang række hav- og havnebade har Lokale og Anlægsfonden oplevet et behov for at undersøge og udforske hvordan vi kan være med til at understøtte vandelementets muligheder for leg, kropslig aktivitet og idræt, som ligger ud over svømning, som er de fleste havnebades hovedfunktion.

Udendørs vandfaciliteter kan blive begrænset i multifunktionalitet når udgangspunktet er at skabe et rigtigt godt svømmebad. Nyere forsøg på at bryde med den traditionelle havnebadsudformning og udvikle formgivning som følge af ønsket om flere aktivitetsmuligheder er der kommet gode bud på med de nye havnebade i Hasle på Bornholm og Faaborg på Sydlyn. Dog er svømningen den primære funktion.

Men hvad hvis programskrivningen tager udgangspunkt i at faciliteten skal understøtte en bred palet af vandaktiviteter, eksisterende som nye spirende aktivitetsformer? Hvad hvis faciliteten skal være støttepunkt for vandaktivitet, der foregår på baner og ruter? Hvad hvis

programmet tager højde for at det centrale er leg, kreativitet og oplevelse – udformet med udnyttelse af både vertikale og horisontale planer samt under vand, på vand og over vand. Hvilke aktiviteter kan vi understøtte og udvikle, og hvordan vil en sådan facilitet se ud?

AQTIV idrætsanlæg i havnen er et inspirationskatalog, et øjebliksbillede af nogle af muligheder vi har for at skabe attraktive fritidsaktiviteter på og ved vandet i den bynære kontekst. Det er et bud på, hvordan vi kan skabe mødesteder og aktivitetsmuligheder, hvor vi inspireres til at få oplevelser med hinanden på tværs af alder og på tværs af aktivitetsinteresse. Kataloget forsøger at udfolde den udendørs vandkultur, som i disse år er i vækst, både hvad angår typer af aktiviteter og udøvere. Nye trends som open water svømning og stand up paddle tiltrækker nye brugergrupper, og man kan stille sig spørgsmålet, om vi nu inden for vandidræt ser et skifte i befolkningens interesse fra de olympiske og standardiserede vandsportsaktiviteter som ikke længere er så attraktive? Og om vi går hen imod

livstilsaktiviteter, leg, sanselighed, hvor kontakten med omverdenen, om det er byen eller naturen, er det vigtige?

I samarbejde med Tegnestuen MLRP har Lokale og Anlægsfonden i 2014 gennemført et udviklingsarbejde med det formål at anviser muligheder for at skabe faciliteter, der kan understøtte den aktive vandleg og sætte rammerne for flere aktiviteter på og ved vand. Et idrætsanlæg i havnen med tilhørende støttefaciliteter, som kan apteres og justeres alt efter de lokale forhold. Med idekataloget håber vi at inspirere bygherrer til at skabe varierede programmer, der sikrer moderne og fremadskueende vandfaciliteter. Kataloget introducerer læseren for kendte og nye vandaktiviteter som kunne være spændende at indarbejde i en kommende vand-faciliteter i en bynær kontekst. Det indeholder endvidere en række nyttige anbefalinger ift. sikkerhed, myndighedsbehandling og projektudvikling for den bygherre, som ikke før har arbejdet med anlæg på vand.

*Torben Frølich
Direktør, Lokale og Anlægsfonden*

POTENTIALER

5-10

AKTIV

11-30

AKTIVITETER

31-45



POTENTIALER

BY OG VAND	/ 06
VANDKVALITET	/ 07
DE AKTIVE	/ 08
KAJKANTEN	/ 09
FORESTIL DIG	/ 10

BY OG VAND



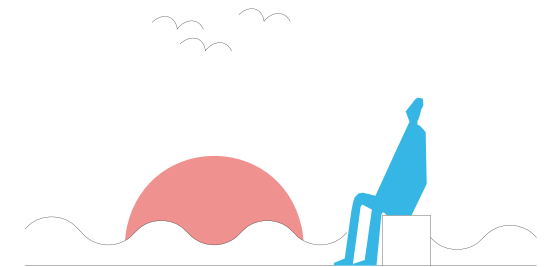
88 % af de største byer i Danmark har direkte adgang til vandet:
30 % til hav/sund
36 % til fjord
39 % til sø
39 % til å



70 % af dem har adgang til marina eller havn

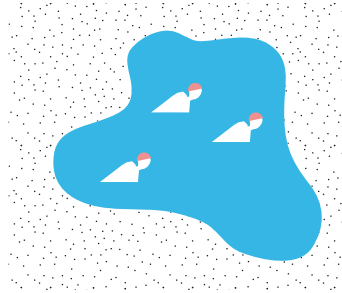


Danmark har en af Europas længste kystlinjer - 7.300 km



Man er aldrig længere end 52 km fra havet i Danmark

VANDKVALITET



116 badesteder inde i landet og 968 badesteder ved kysten, hvoraf langt hovedparten har høj vandkvalitet



Investering i moderne kloaksystemer og rensning af havnevandet kan skabe et attraktivt havne- og bademiljø



Ca. 70.000 badende besøgte Danmarks mest besøgte havnebad sommeren 2013

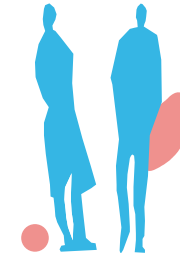
DE AKTIVE



64 % af danskerne er fysisk aktive mindst en gang om ugen - EU gennemsnit er 40 %



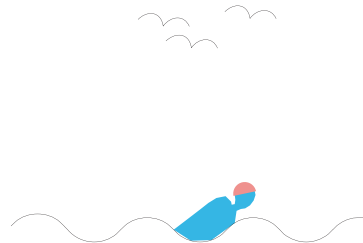
47 % er medlem af en klub eller forening der involverer fysisk aktivitet - EU gennemsnit er 29 %



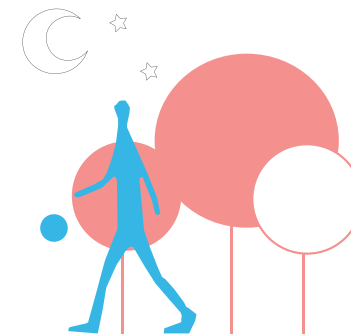
Danmark scorer højest sammenlignet med øvrige EU-lande i årsagen til fysisk aktivitet når det gælder vægtkontrol, øget selvværd og nye bekendtskaber



26.193 danskere er medlem af en vinterbadeklub i 2014

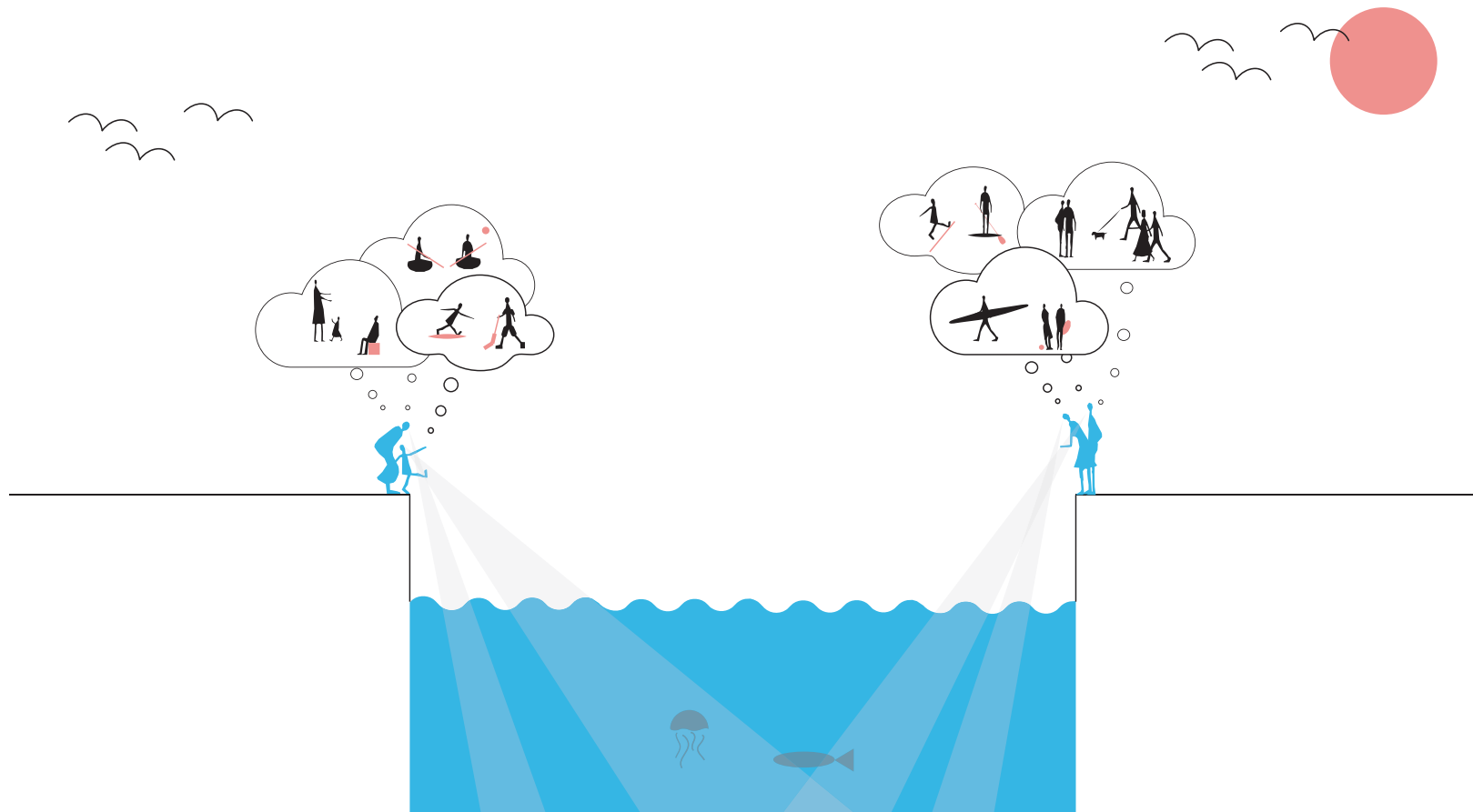


Svømmeundervisning i skolen betyder en fælles forståelse af vand som et muligt sted for aktivitet

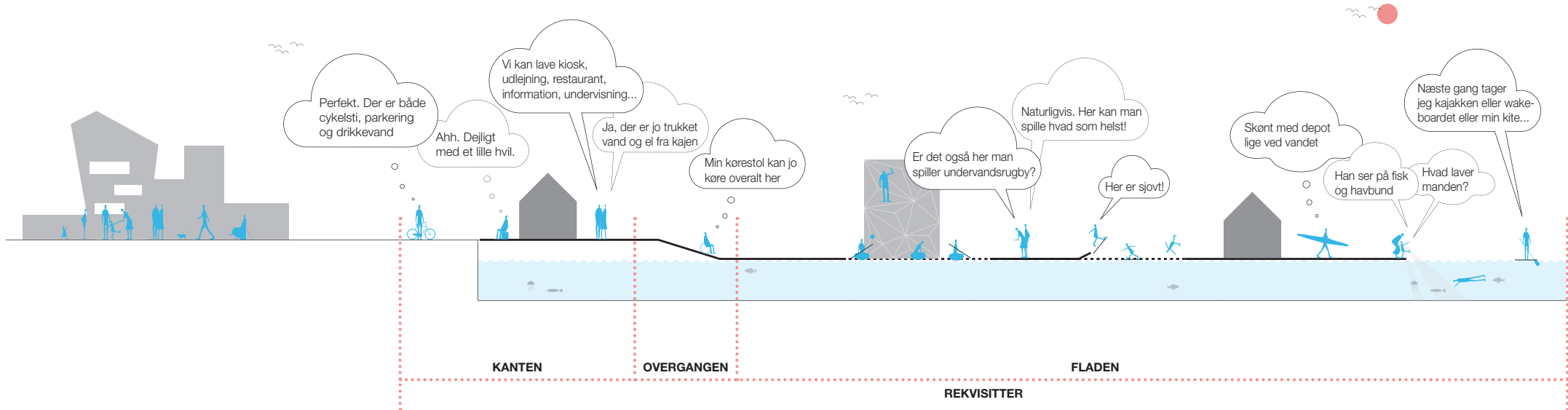


64 % af de aktive danskere foretrækker af være aktive udendørs i naturens eller byens rum

KAJKANTEN SOM UUDNYTTET POTENTIALE



FORESTIL DIG . . .



AQTIV

SUPERMOLEN	/ 13
PRINCIP	/ 14
ADGANGSFORHOLD	/ 15
OPHOLD & LÆRING	/ 16
AKTIVITETER & SERVICEFUNKTIONER	/ 17
PLANER	/ 18
SNIT	/ 20
PROGRAM	/ 21
SIKKERHED	/ 25
MYNDIGHEDER	/ 27

AQTIV idrætsanlæg i havnen skal koble vand og by sammen ved at udviske kajkanten som barriere, og gøre byens blå element til et indbydende rum, der inviterer til både idræt, leg og læring.



SUPERMOLEN



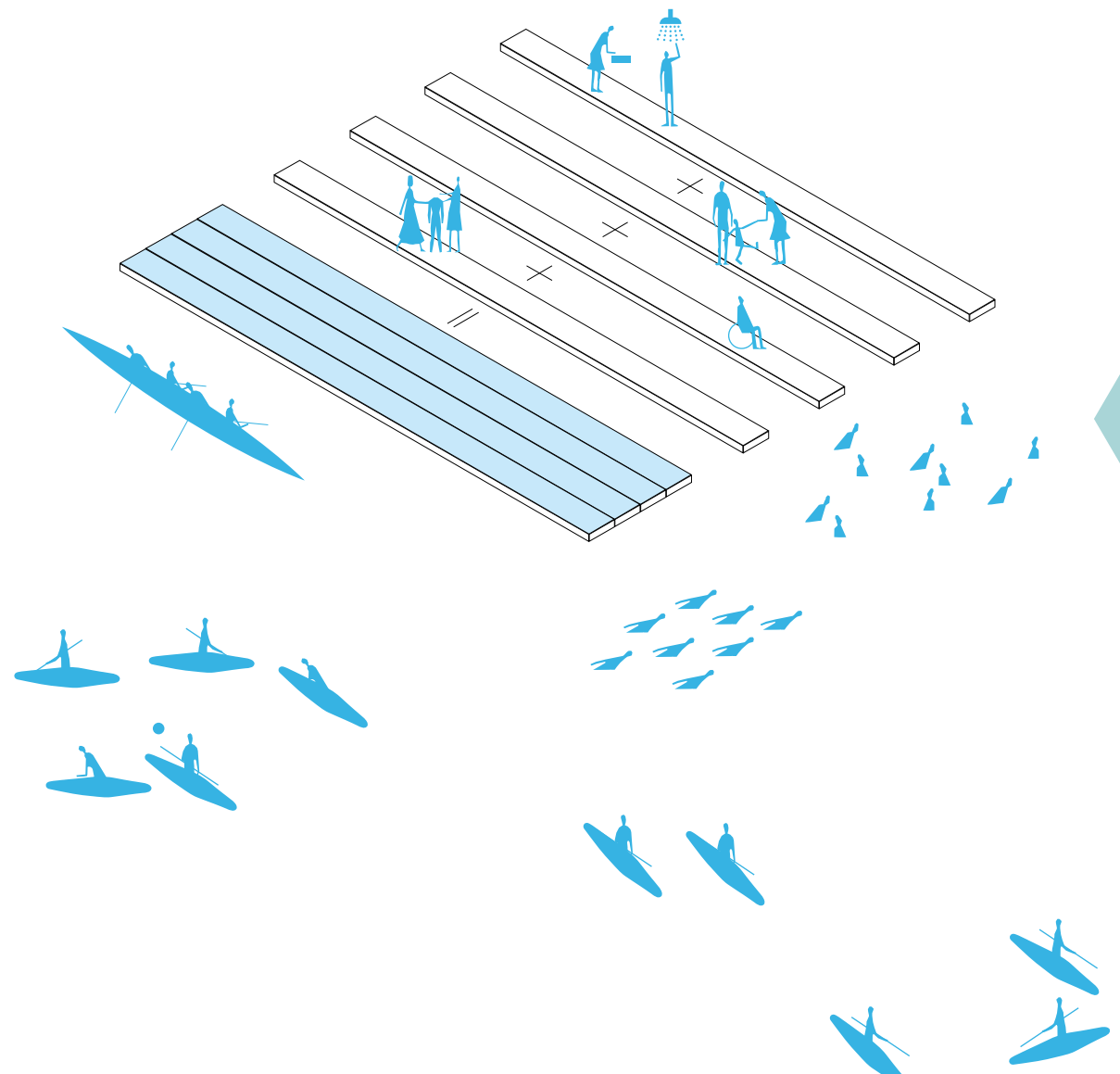
BYGBARHED & FLEKSIBILITET

AQTV idrætsanlæg i havnen er skabt ud fra et grundprincip om at kunne tilpasses til forskellige størrelser havneanlæg og anlægsøkonomier. På den måde er det muligt med et bygbart system at imødekomme det specifikke behov der måtte være i en by eller kommune ved hjælp af et fleksibelt design.

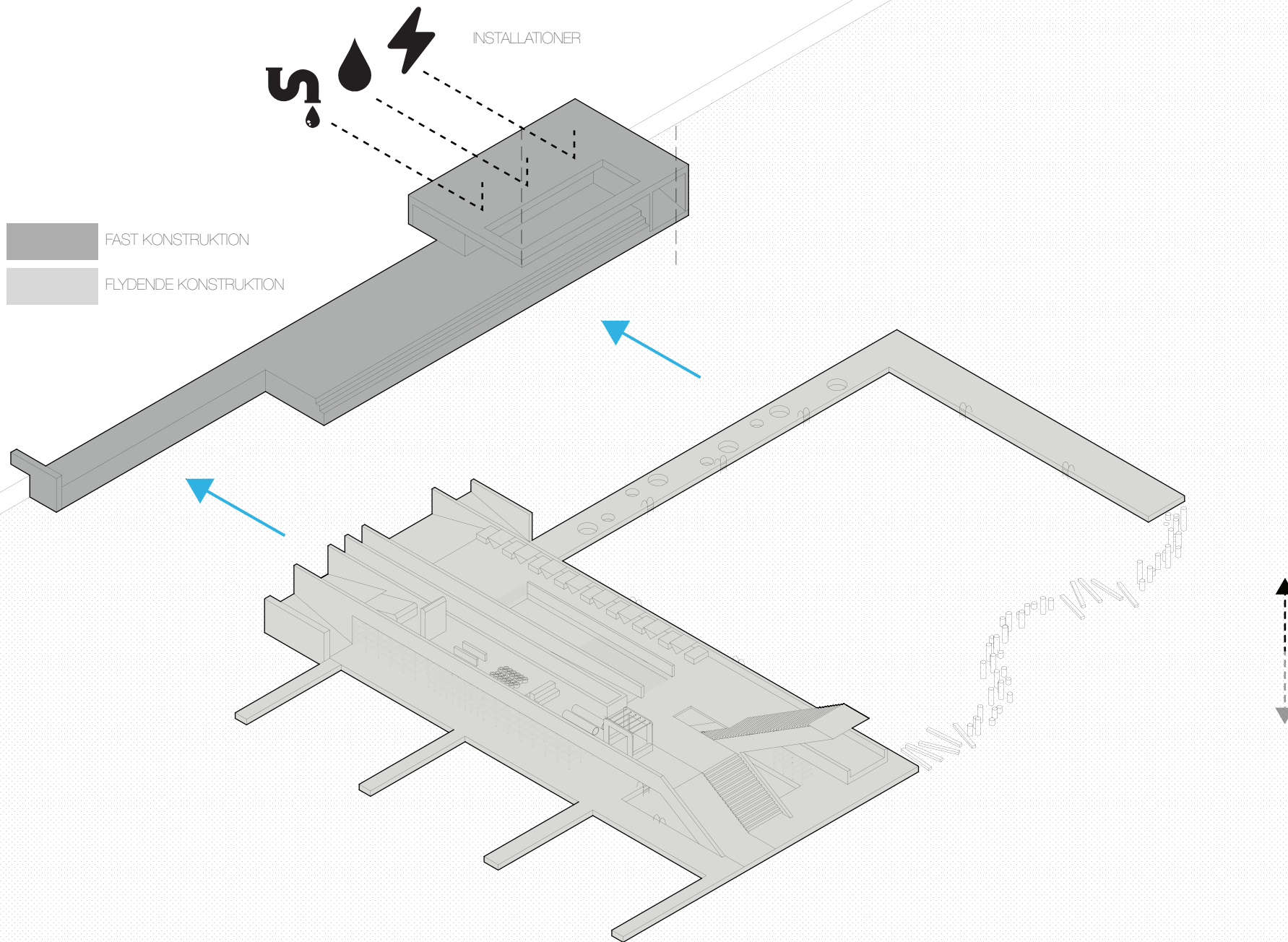
MODULÆRT BYGGERI

Resultatet er et modulbaseret design, hvor funktioner og arealer let kan til- og fravælges i det enkelte projekt startende ved en anlægssum på ca. 3 mio. kr. Anlægget der er vist på de følgende sider er skabt med udgangspunkt i en anlægssum på 10-15 mio. kr.

Grundlaget for designet er at skabe meget funktion for pengene samtidig med at der opnås synergier mellem forskellige typer aktiviteter.

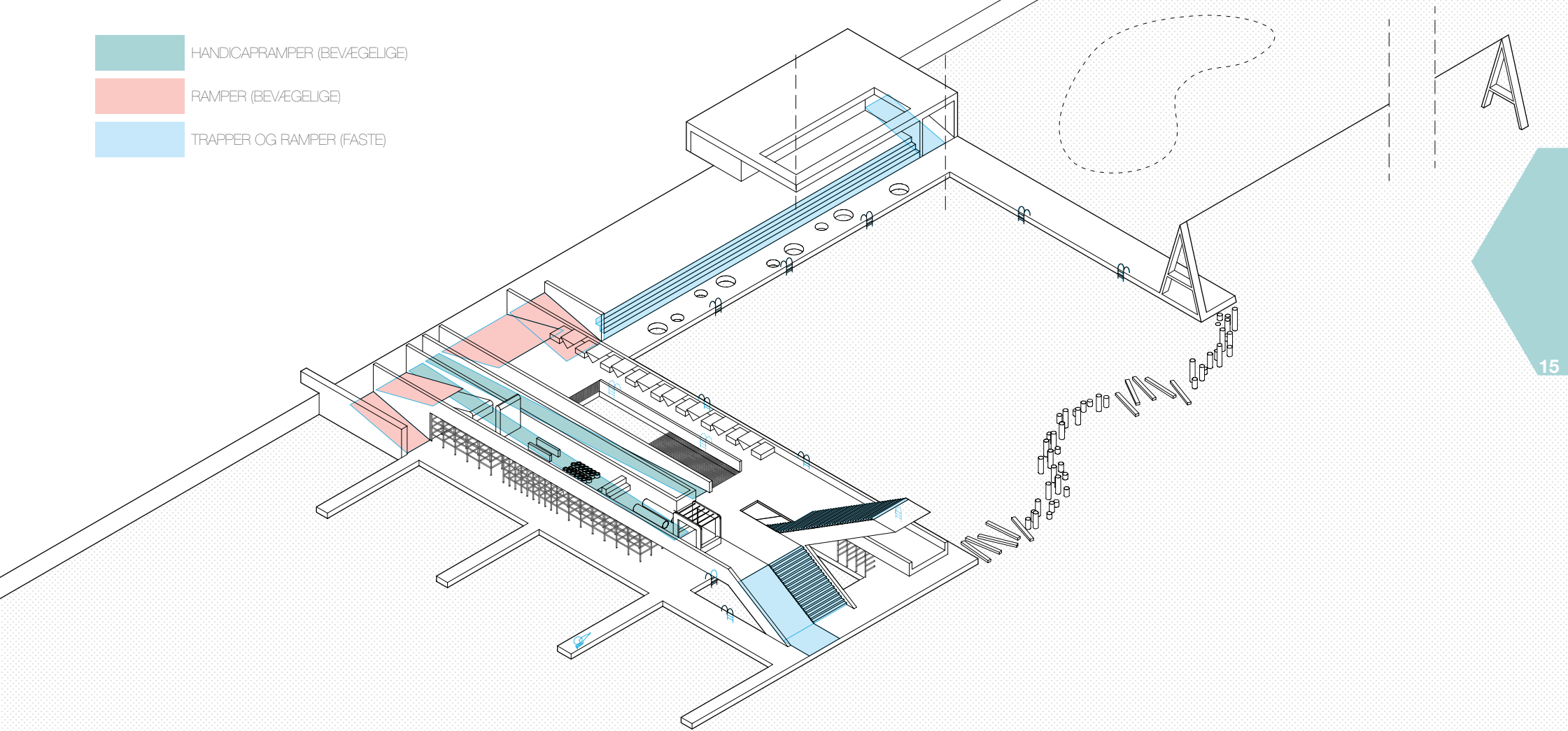


PRINCIP



ADGANGSFORHOLD

- HANDICAPRAMPER (BEVÆGELIGE)
- RAMPER (BEVÆGELIGE)
- TRAPPER OG RAMPER (FASTE)



OPHOLD & LÆRING



BOARDER'S BRIDGE

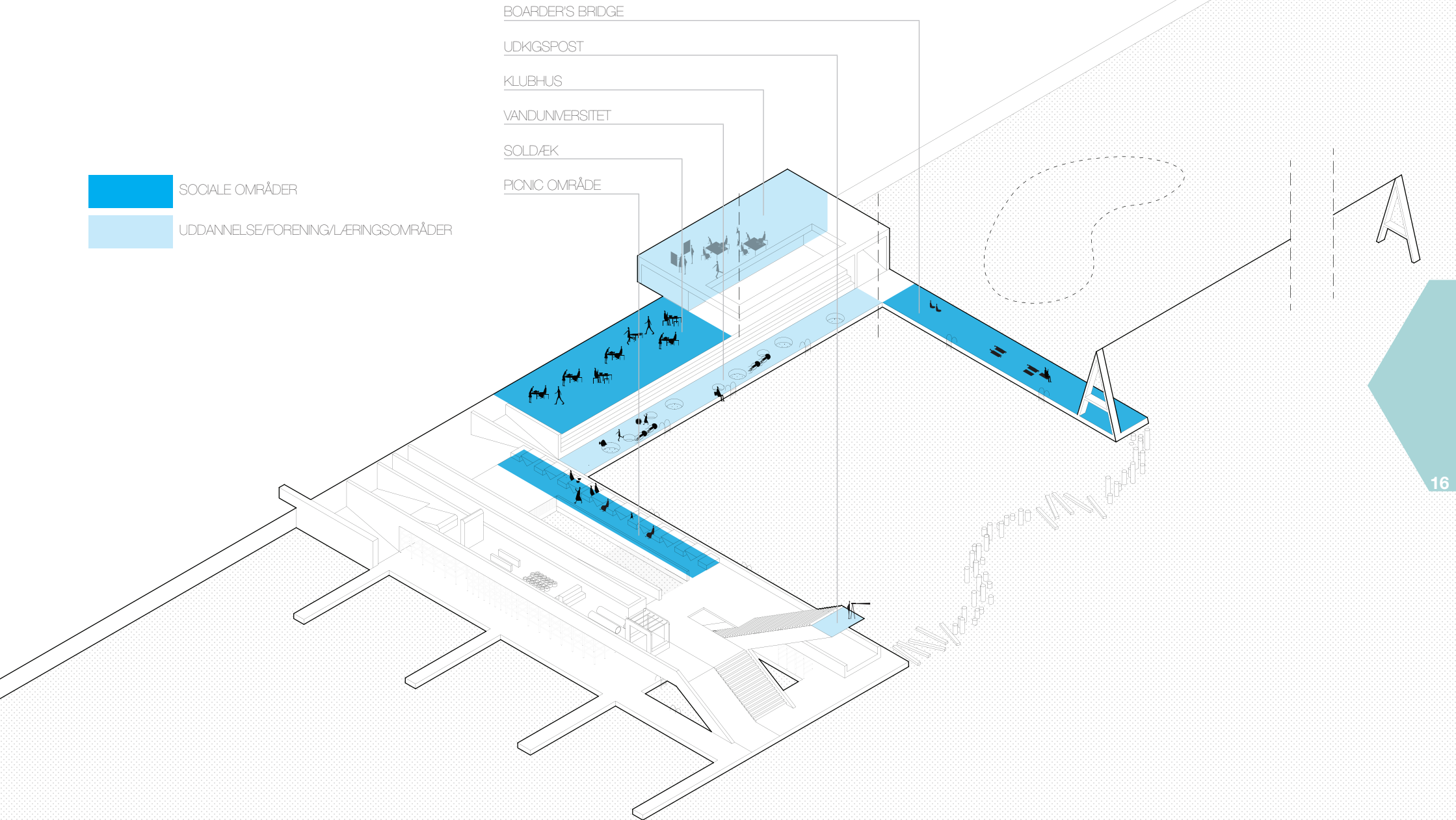
UDKIGSPOST

KLUBHUS

VANDUNIVERSITET

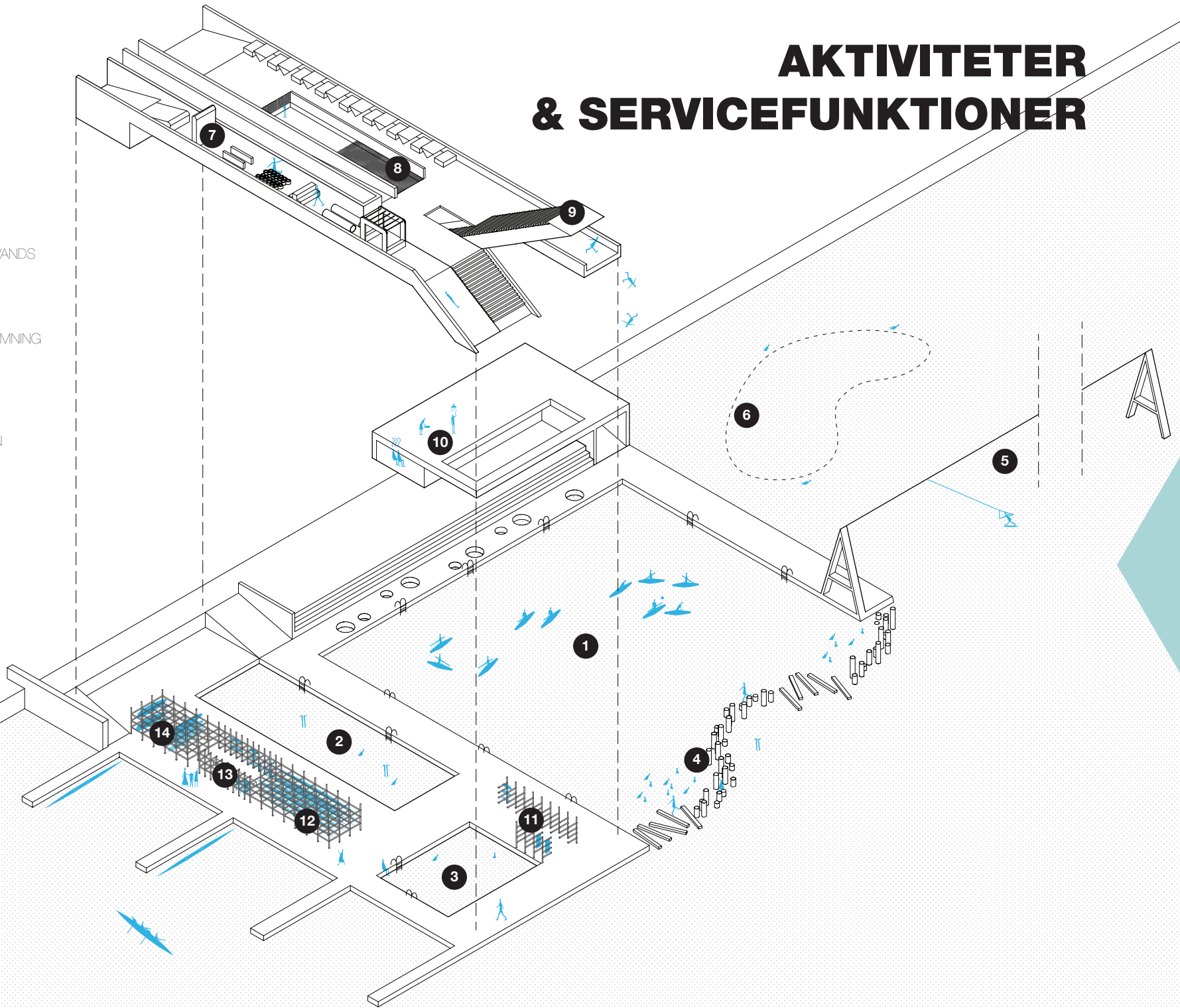
SOLDÆK

PICNIC OMRÅDE



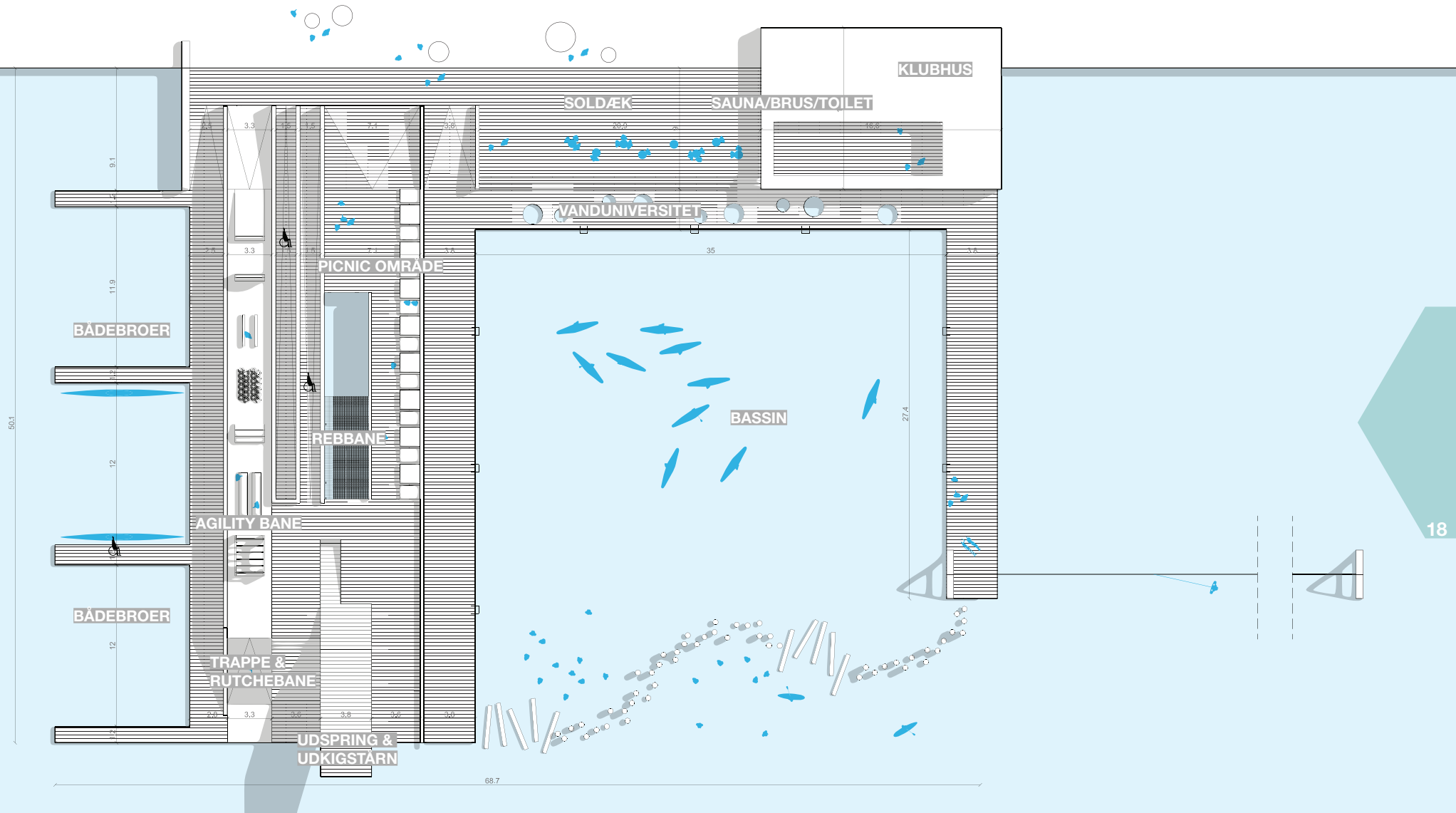
AKTIVITETER & SERVICEFUNKTIONER

- 1 BASSIN
- vandsport
- vintersport
- 2 POOLEN
- leg
- svømmebaner
- 3 PØLEN
- vinterbadning
- hyggekrogen
- 4 BALANCEBANE & UNDERVANDS
AGILITY BANE
- 5 WAKEBOARD BANE
- 6 FORHINDRINGSBANE SVØMNING
- 7 FORHINDRINGSBANE
- 8 REBBANE
- 9 UDSPRING & UDKIGSTÅRN
- 10 SAUNA/BRUS/TOILET
- 11 LAGER
- vandpolo
- undervandsrugby
- boards
- 12 LAGER
- kajaker
- både
- 13 LAGER
- beklædning
- dykning
- 14 LAGER
- boards & paddles



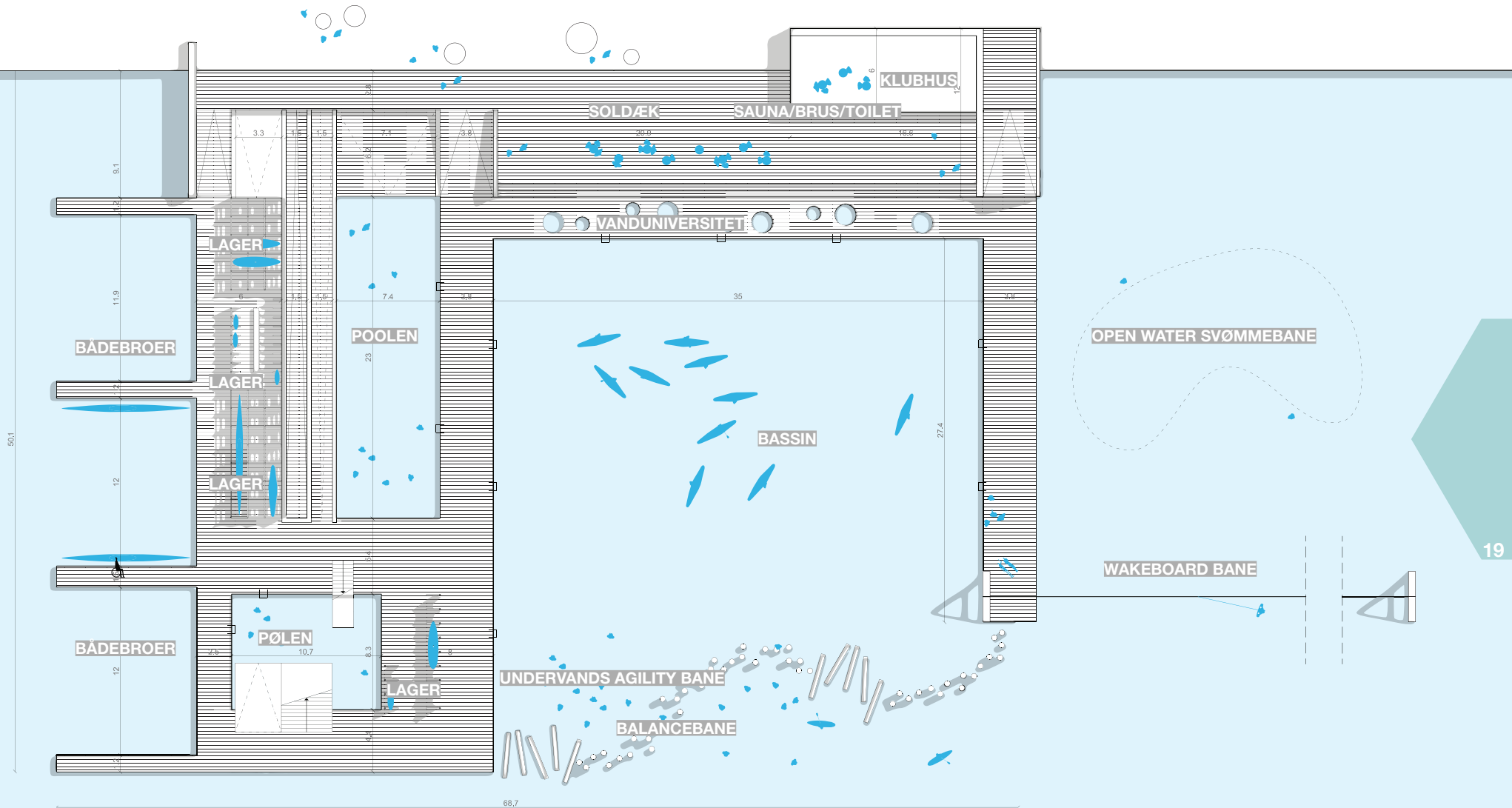
KAJPLAN

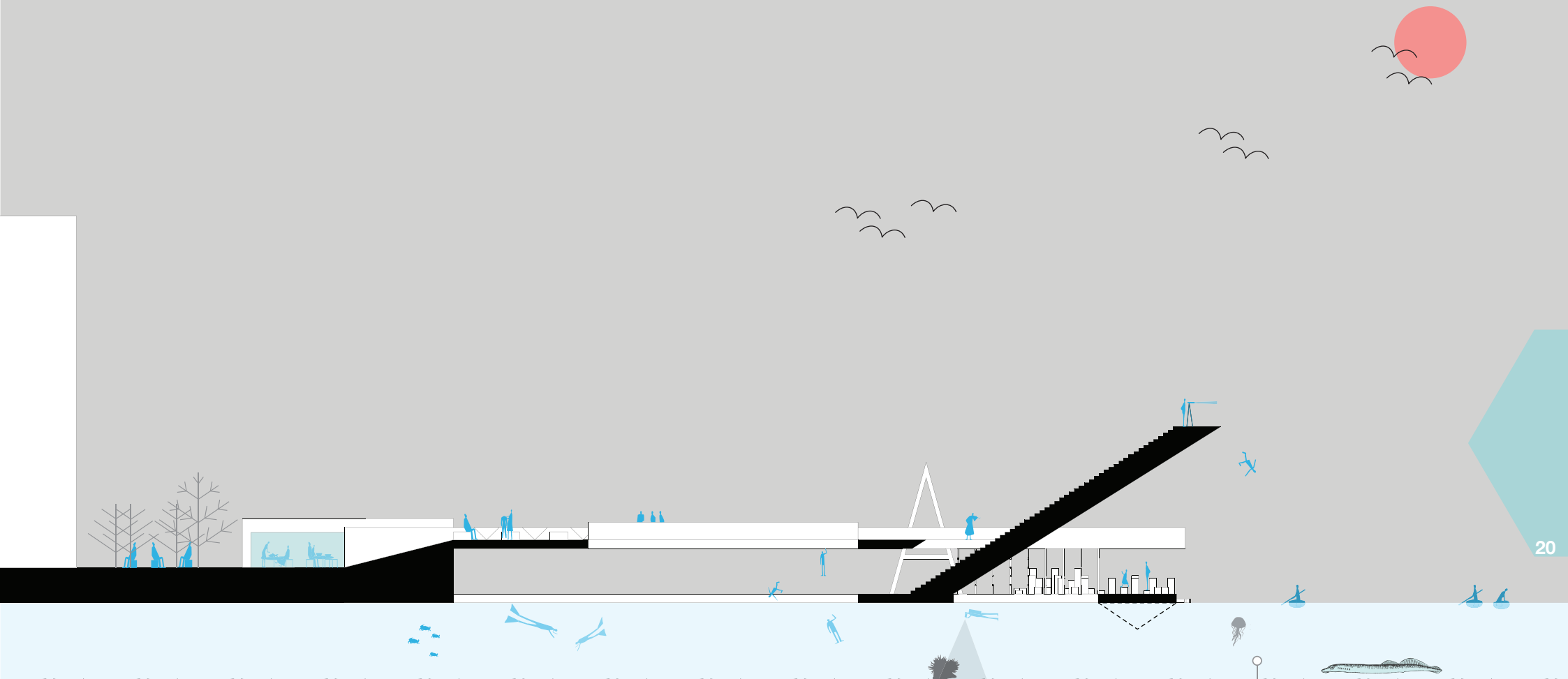
SKALA 1:400



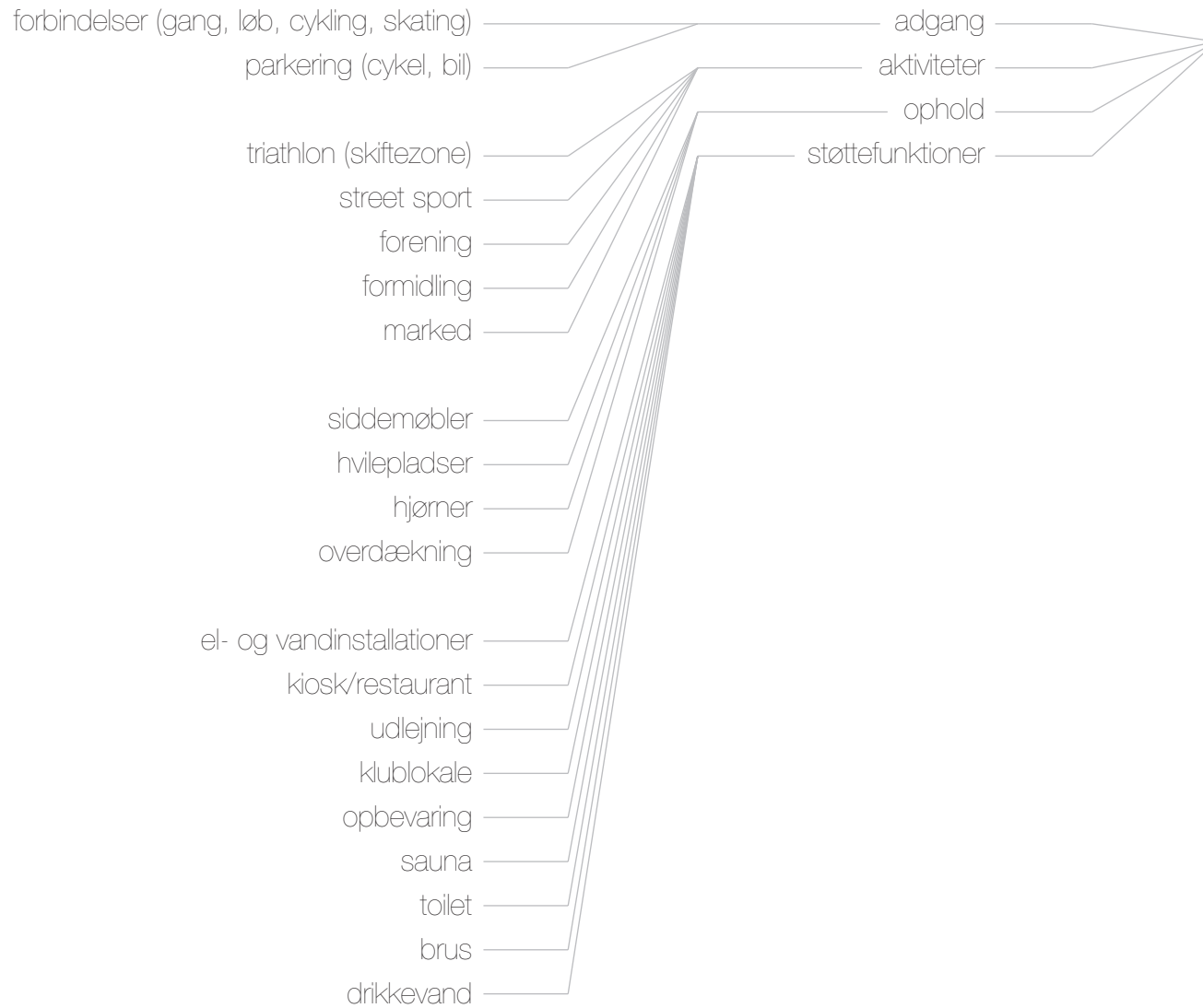
VANDPLAN

SKALA 1:400





PROGRAM



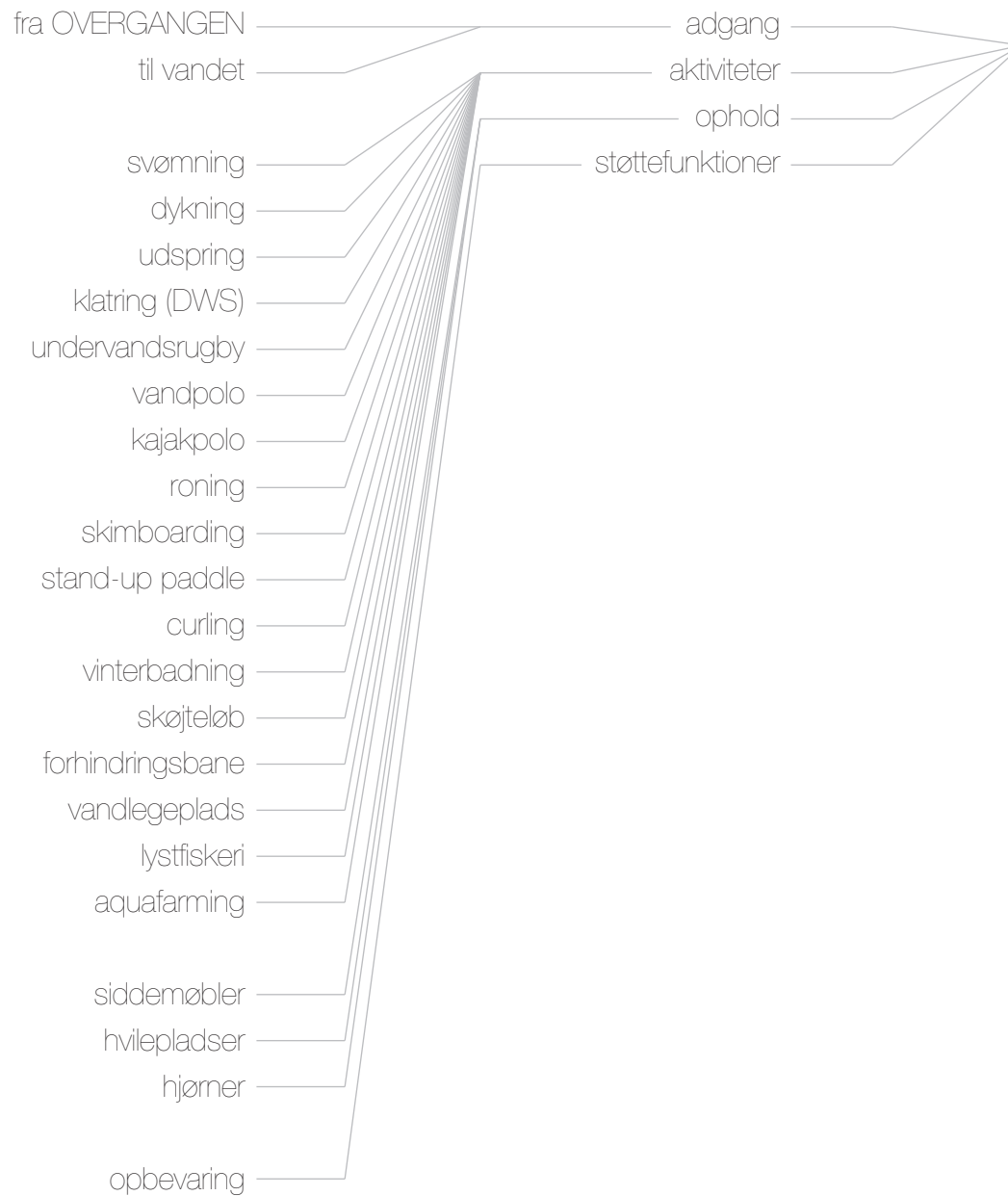
faciliteter på
KANTEN

PROGRAM



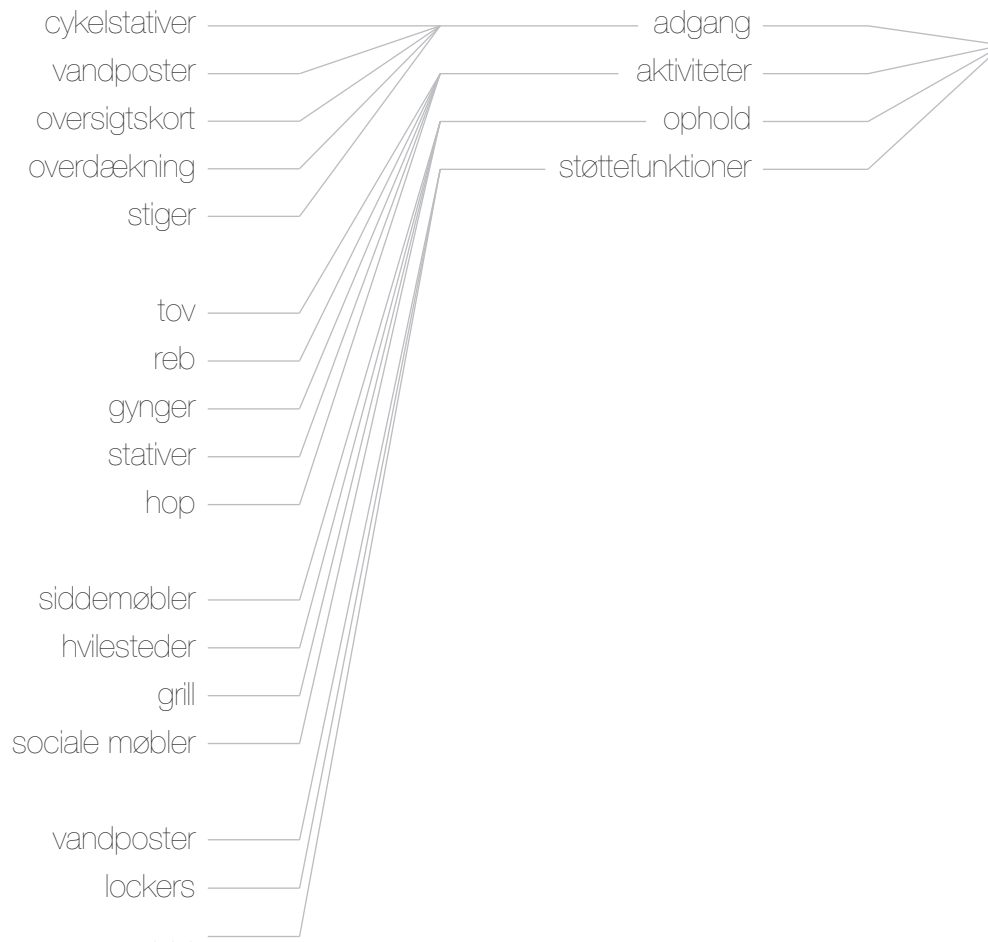
faciliteter i
OVERGANGEN

PROGRAM



faciliteter på
FLADEN

PROGRAM



AQTIV idrætsanlægs
REKVISITTER

Behov, udformning og tilrettelæggelse af sikkerheden for ethvert anlæg på vand bør være højt på prioritetslisten i projekteringen af det konkrete anlæg.

I den forbindelse kan der søges gratis råd og vejledning hos Trygfonden Kystlivredning, som er en ikke kommerciel service, der har til formål at reducere antallet af drukneulykker.

Trygfonden Kystlivredning kan kontaktes på tlf. 30 33 72 49.

Se mere på www.respektforvand.dk

Åbne bade er farligere end svømmehaller

'Idrætsanlæg i havnen bør betragtes som et åbent bad, og derfor bør sikkerheden også etableres ud fra erfaringer fra disse.

Brugerne af de åbne bade har samme forventninger til anlægget som til en svømmehal. Borgere tager for givet, at der er taget højde for deres sikkerhed, og de tror derfor ikke, at de bør være på vagt. Desværre er åbne bade forbundet med langt større risiko for drukneulykker end svømmehaller. Risikoen øges især på grund af havandets større dybde, den lavere vandtemperatur og dårligere sigtbarhed.

Gode råd om bedre sikkerhed

Det må forventes at mange af de samme parametre vil gøre sig gældende ved et 'idrætsanlæg i havnen' som ved et åbent bad. Der skal kun én ulykke til at give et åbent bad et sørgeligt ry. Som udvikler af et idrætsanlæg i havnen har man kun interesse i at stille gode, sikre rammer til rådighed for de besøgende. Derfor er der meget at vinde ved at tænke i sikkerhed fra første streg på tegnebrættet, så sikkerheden bliver en selvfølgelig del af anlæggets design og brand-mæssige identitet frem for et benspænd i udviklingsprocessen.

Passiv og aktiv sikkerhed

Hvis et idrætsanlæg i havnen skal leve op til borgernes forventning og forebygge tragiske ulykker, bør man designe anlægget med udgangspunkt i sikkerheden. Det er vigtigt at skelne mellem to slags sikkerhed; den passive og den aktive.

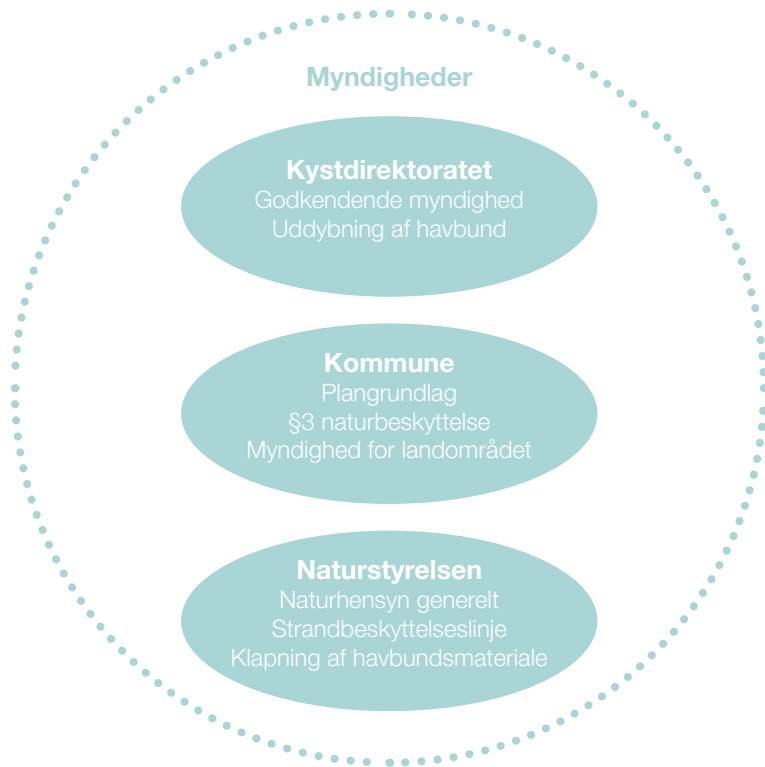
Aktiv sikkerhed: Her er der typisk mennesker eller teknologi involveret, fx livreddere eller overvågningssystemer. Derfor er der også mulighed for teknologiske brister eller menneskelige fejl. Den aktive sikkerhed ophører, når batterierne løber ud, strømmen svigter, eller livredderne får fri.

Passiv sikkerhed: Her er der tale om en konstant sikkerhed - fx anlæg med lav dybde samt en hvid, fast bund og faste sider. Passiv sikkerhed er uafhængig af menneskers tilstedeværelse og teknologiske systemers opetid. Det optimale anlæg har en høj grad af passiv sikkerhed. Al evt. aktiv sikkerhed bør altid stå oven på et solidt fundament af passiv sikkerhed.

Behov, udformning og tilrettelæggelse af aktiv og passiv sikkerhed bør gennemgås og vurderes i projekteringen for hvert konkret anlæg.

Afsnittet om myndigheder har til formål at afdække myndighedsforhold som gør sig gældende når man skal etablere faciliteter ved, på og under vandet. Processen med sådanne anlæg indebærer flere instanser og kan være en kompliceret affære hvis ikke man er klædt ordentligt på til opgaven.

Som det ses af ansøgnings- og behandlingsproceduren indgår der så mange led og instanser, at det må anbefales, at myndighederne/kommunerne med fordel kan etablere et tværfagligt organ/gruppe som arbejder med projekter inden for området.



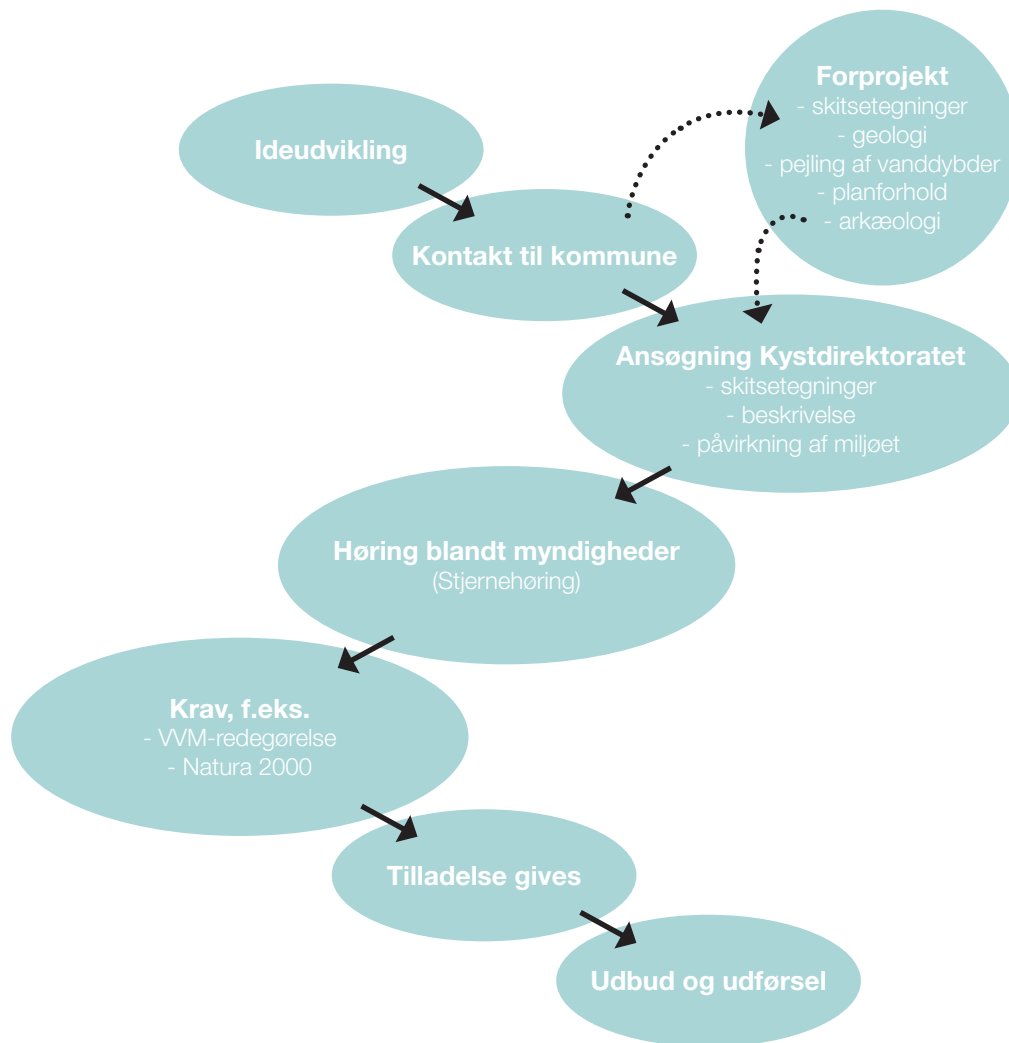
Myndighedsforhold

Vejen fra idé til færdigt projekt kan være lang og kringlet. I det følgende gives en grundlæggende introduktion til procedurer ved ansøgning om tilladelse til at opføre anlæg i Kystzonen.

Procedurer ved ansøgning

Et projekt i kystzonen involverer for det meste mere end én myndighed. Kystdirektoratet er dog som oftest godkendende myndighed for de fleste projekter der foregår på søterritoriet, mens kommunen er myndighed for anlæg på landjorden. Kommunen er planmyndighed og sikrer at projektet er indeholdt i kommunens plangrundlag (lokalplan mv.).

MYNDIGHEDER



Den rigtige procedure

At gøre tingene i den rigtige rækkefølge kan spare både penge og unødigt ventetid.

Første skridt er, at udvikle den overordnede projektide som indeholder beskrivelser af projektets væsentlige elementer, herunder placeringen og dimensioner. Planen fremlægges kommunens Teknik- og Miljøforvaltning som indledende vil hjælpe med at screene projektet i forhold til gældende lokalplaner, beskyttelseslinjer og miljøbeskyttelse. Det er alle elementer som potentielt kan være 'show-stoppere' for projektet.

Det kan også være en fordel at udarbejde et såkaldt forprojekt, hvor enkeltelementer undersøges mere dybdegående. F.eks. kan det være en god ide at lave forundersøgelser i relation til vanddybder i projektområdet eller geologiske forhold såfremt man er vidende om specielle forhold som kan vanskeliggøre og fordyre projektet.

Ansøgning om etablering af anlæg på søterritoriet udarbejdes til Kystdirektoratet ved udfyldning af skema der kan hentes på www.kyst.dk. I ansøgningen skal anlægget nøje beskrives inkl. målfaste skitsetegninger, kort og en beskrivelse af anlæggets mulige påvirkning på miljøet (screening).

MYNDIGHEDER

Kystdirektoratet sender ansøgningen om anlæg på søterritoriet videre til relevante myndigheder i det som kaldes en stjernehøring. Formålet med denne høring er, at indkalde de relevante myndigheders kommentarer så tidligt som muligt. Ud fra tilbagemeldingerne fra stjernehøringen beslutter Kystdirektoratet om der skal laves yderligere undersøgelser eller om en tilladelse umiddelbart kan gives.

Ved større eller komplekse projekter kan der blive stillet krav til en nærmere vurdering af projektets påvirkning af miljøet. Dette sker typisk igennem en VVM (Vurdering af Virkning på Miljøet) eller en vurdering af effekter på internationalt beskyttede områder, de såkaldte Natura 2000-områder, igennem en Natura 2000-konsekvensvurdering. Sideløbende kan kommunen – alt afhængigt af projektets størrelse og type – kræve, at der udføres en VVM-screening af projektet. Såfremt kommunen ud fra denne screening finder projektet VVM-pligtigt for de dele af projektet der omfatter landjorden, kan den typisk kombineres med redegørelsen for anlægget på søterritoriet så der kun skal udarbejdes én samlet VVM for hele projektet.

Der er en række formelle krav til indholdet af en VVM-redegørelse for hhv. søterritoriet og tilhørende landanlæg. Hvilke specifikke emner der skal håndteres, afklares i en såkaldt VVM-scoping fase som er baseret på myndighedernes høringsvar.

Arkitekter og miljørådgivere kan hjælpe med udarbejdelse af skitsetegninger, ansøgninger og miljøredegørelser der kan blive stillet som krav.

Specielt om Natura 2000

Inden man søger om tilladelse til et projekt som er beliggende i et Natura 2000-område skal man være sikker på, at projektet er indeholdt i områdets lokalplan. I Natura 2000-områder er der som udgangspunkt forbud imod at planlægge aktiviteter som kan skade beskyttede arter eller naturtyper og inden ansøgning til Kystdirektoratet skal man derfor søge om dispensation for planlægningsforbuddet fra Naturstyrelsen.

Specielt om Strandbeskyttelseslinjen

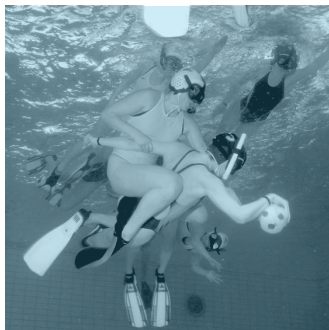
Strandbeskyttelseslinjen administreres af Naturstyrelsen og er en del af Naturbeskyttelseslovens §15. Formålet med bestemmelserne om strandbeskyttelseslinjen er, at sikre, at arealerne nær kysten friholdes for indgreb, der ændrer deres nuværende tilstand og anvendelse. Arealer, som er omfattet af strandbeskyttelseslinjen, skal derfor bevares så uberørte som muligt. Det er som udgangspunkt forbudt at lave indgreb i og på arealer, som er omfattet af strandbeskyttelseslinjen. Der gives som udgangspunkt kun dispensation fra strandbeskyttelseslinjen i ganske særlige tilfælde.

AKTIVITER

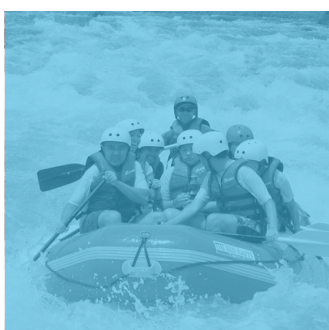
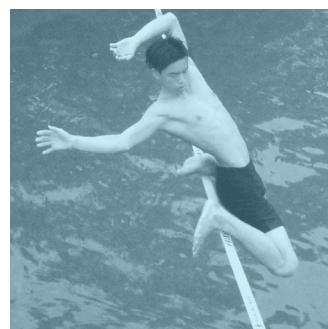
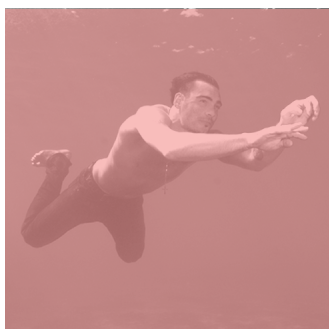
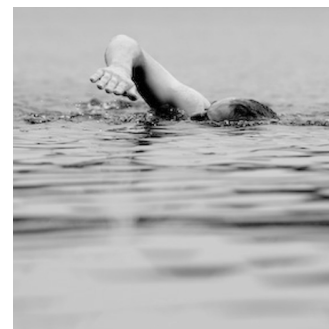
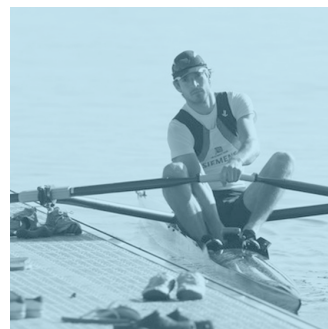
BÅD	/ 34
BRÆT	/ 35
BOLD	/ 36
DYKNING	/ 37
SVØMNING	/ 38
FRIT FALD	/ 39
ISVAND	/ 40
IS	/ 41
LEG	/ 42
FORMIDLING	/ 44







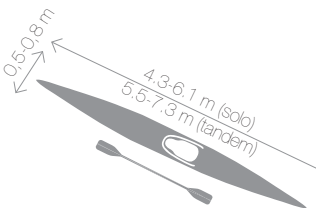






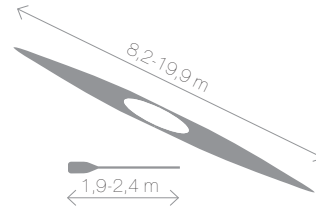








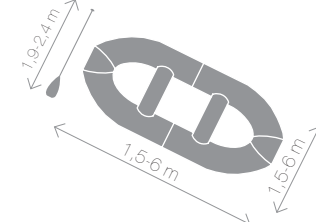
AKTIVITETER på, i og under vand er i konstant udvikling. Et idekatalog som dette vil derfor naturligt være et øjebliksbillede af vandaktiviteter. I det følgende vil der blive rettet fokus på kravene til et **UDVALG** af vandaktiviteter. De udeladte aktiviteter er enten fundet mindre relevante for konteksten eller er en simpel variation af en medtaget aktivitet.

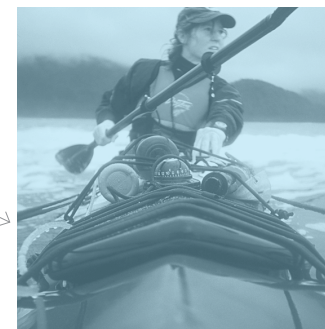
Svømning **Open water svømning** Udspring Hop Moderne 5-kamp
Forhindringssvømning Redningssvømning Reb Rutschebaner **Snorkeling** Synkronudspring
 Synkronsvømning Triathlon Waboba Vandaerobics Vandspinning **Vandpolo** Vandet-er-giftigt **Slackline**
 Sejlads **Skimboarding** Skurting Stand up paddle surfing Stand up paddle yoga
Wakeboarding Barfods vandski Båd Bodyboarding Cable skiing Kano **Kajakpolo** Dragebåd
 Lystfiskeri Aquafarming Grottedykning Dybdedyk **Fridykning** Spydfiskeri Undervandsarkæologi Undervandsfotografering
Undervandsvideo Aquathlon Flowriding Jet Skiing **Kajak** Kiteboating Kitesurfing Parasailing Rafting **Roning**
 Sportsdykning Undervandsfodbold Undervandshockey **Undervandsorientering** Undervandsrugby Undervandsskydning
Undervandshaver Wakeskating Wakesurfing Vandski **White water rafting** Windsurfing Finswimming **Scuba diving** Ourling
 Ishockey Isdykning **Vinterbadning** Skøjter Speed skating **Kunstskejteløb**



IDRÆT er fysisk aktivitet. Vægten ligger mere på motion og rekreation end på konkurrence. **LEG** og **BEVÆGELSE** er dermed typisk en hel naturlig del af idrætten, men foregår efter mindre definerede spilleregler - eller helt uden. Som en del af et aktivt vandmiljø er det oplagt at **FORMIDLE** oplevelser både indenfor aktiviteter og vandøkologi. Kombinationen af idrættens motion og forening, legens glæde og formidlingens indsigt forventes at skabe stærke synergier både for idærtsanlægget på vand og for et bæredygtigt vandmiljø.



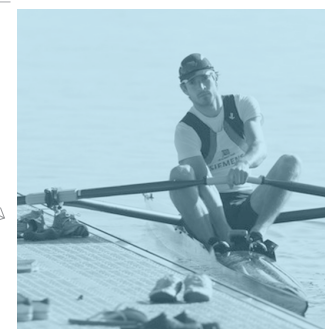
noter	faciliteter	vandkrav	udstyr
<p>..kajak er udeladt her, men har...</p> <p>..sammenlignelige krav med roning..</p> <p>..kajak rampe.....</p> <p>..omklædning.....</p> <p>..udlejning.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>lager</p> 	<p>åben fladt</p>  <p>lukket</p>  <p>åben</p>  <p>medium</p>  <p>dyb</p> 	
<p>..omklædning.....</p> <p>..udlejning.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>lager</p>  <p>både platform</p>  <p>13,5m bred robane 1000-2000m længde min. dybde 3,5m</p> 	<p>åben fladt</p>  <p>lukket</p>  <p>dyb</p> 	
<p>..omklædning.....</p> <p>..udlejning.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>lager</p>  <p>raft rampe</p>  <p>strømfald</p> 	<p>åben fladt</p>  <p>lukket</p>  <p>åben</p>  <p>medium</p>  <p>dyb</p> 	



kajak



kajak: 1/2 prs



roning



både: 1/2/4/8 prs



rafting

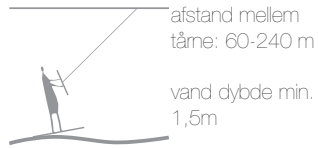


raft: 4-12 prs

noter

...system 2.0 Sesitec:

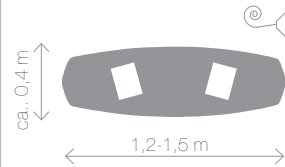
faciliteter



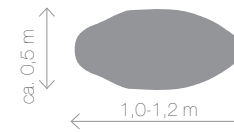
vandkrav



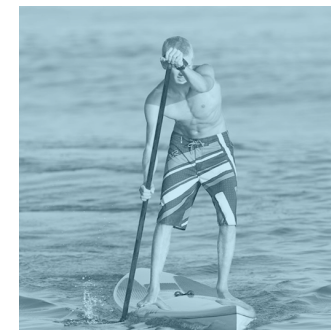
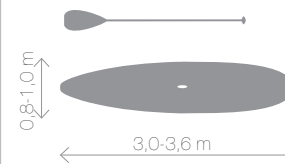
udstyr



wakeboard



flatland skimboard



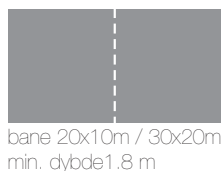
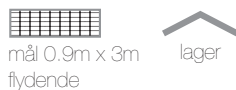
stand up paddle/ + yoga



noter

...omklædning.....
 ...udlejning.....

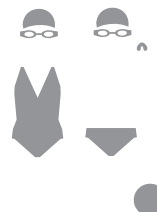
faciliteter



vandkrav



udstyr

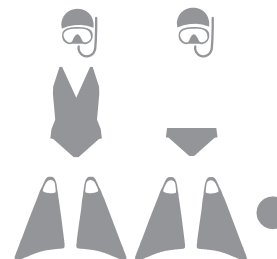
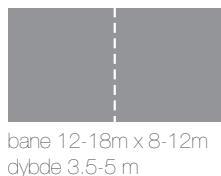


vand polo



hold: 6-7 markspillere, 1 målmænd

...omklædning.....
 ...udlejning.....

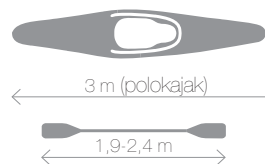
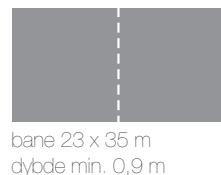
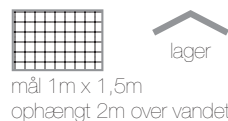


undervands rugby



hold: 6 spillere, 6 udskifttere

...omklædning.....
 ...udlejning.....



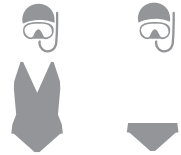


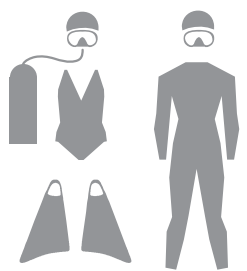

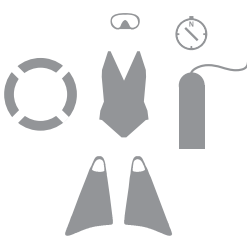



kajak polo





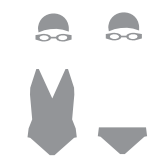

hold: 5 spillere, op til 3 udskifttere

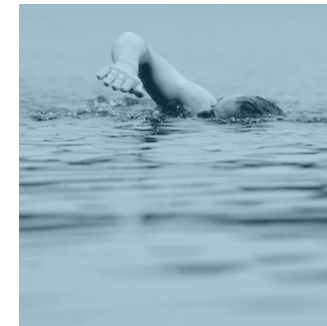
DYKNING

noter	faciliteter	vandkrav	udstyr		<p>fri dykning/ snorkel</p> <p>+ ... enkelt person</p>
<p>...kunstige rev.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	 <p>undervands markører</p>	<p>åben fladt</p> <p>lavt</p> <p>lukket</p> <p>medium</p> <p>åben</p> <p>dyb</p>			<p>scuba dykning</p> <p>+ ... enkelt person</p>
<p>...hule, dyk, undervands agility.....</p> <p>...baner, kunstige rev.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	 <p>lager udlejning</p> <p>kompressor til lit-tanke</p>	<p>åben fladt</p> <p>lavt</p> <p>lukket</p> <p>medium</p> <p>åben</p> <p>dyb</p>			<p>undervands orientering</p> <p>+ ... enkelt person</p>
<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>konkurrence område, dybde min. 3 m</p>	<p>åben fladt</p> <p>lavt</p> <p>lukket</p> <p>medium</p> <p>åben</p> <p>dyb</p>			<p>+ ... enkelt person</p>



SVØMNING

noter	faciliteter	vandkrav	udstyr
<p>...stiger, ramper, etc.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>længde indikatorer</p>	<p>åben fladt</p> <p>lavt</p> <p>lukket</p> <p>medium</p> <p>åben</p> <p>dyb</p>	
<p>...del af militær 5-kamp.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	 <p>bassin længde: 50 m</p> <p>forhindringer</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) 2 tube bjælker 2) 3 m lang flåde 4) fast platform 5) tube bjælke 	<p>åben fladt</p> <p>lukket</p> <p>åben</p> <p>dyb</p>	
<p>... sprint distance: 750m svømning, ... 20 km cykling, 5 km løb</p> <p>... olympisk distance: 2 x sprint</p> <p>... ironman: 3,8 km svømning</p> <p>... 180 km cykling, 42,195 km løb</p> <p>... findes også i en variation uden</p> <p>... svømning; duathlon</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>lager</p> <p>skifte zone</p> <p>består af svømning, cykling og løb</p>	<p>åben fladt</p> <p>lukket</p> <p>åben</p> <p>dyb</p>	



open water

+ ...
enkelt person



forhindrings svømning




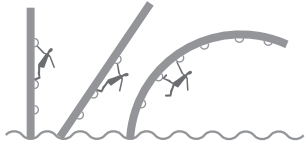



+ ...
enkelt person



triathlon












+ ...
enkelt person

FRIT FALD

noter	faciliteter	vandkrav	udstyr	udspring/ synkron	udspring/ synkron  solo/duo
<p>1-meter vippe; 0,6 m bred; 5m lang; 0,6 - 1m høj</p> <p>3-meter platform; 0,6 m bred; 5m lang; 2,6 - 3,0m høj</p> <p>5-meter platform; 1,5m bred; 6m lang; 5m høj</p> <p>7,5-meter platform; 1,5m bred; 6m lang; 7,5m høj</p> <p>10-meter platform; 3m bred; 6m lang; 10m høj</p>	 <p>bassin: 18,3m x 22,9m dybde: 3,7-4,5m</p> <p>platform: 5/7,5/10 m højde</p> <p>vippe: 1 & 3m højde</p>	<p>åben fladt</p> <p>lukket</p> <p>åben</p> <p>dyb</p>			
<p>greb Deep Water Soloing (DWS) er klatring over dybt vand uden line</p>	 <p>klatre væg</p>	<p>åben fladt</p> <p>lukket</p> <p>åben</p> <p>dyb</p>			<p>klatering</p>  solo/duo
<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>					



ISVAND

noter	faciliteter	vandkrav	udstyr
<p>..International Ice SwimmingAssociation kræver vandkoldere end 5.°C tilkonkurrencer ..</p>		<p>åben fladt  lavt</p> <p>lukket  medium</p> <p>åben  dyb</p>	<p>sauna </p>
<p>..vigtig facilitet for vinterbadning ..</p>	<p>ingen særlige krav</p>	<p>ikke relevant</p>	<p>isoleret sauna rum + ovn (el / brændefyret) </p>
		<p>åben fladt  medium</p> <p>lukket  medium</p> <p>åben  dyb</p>	<p>kar eller åben vand </p>

vinterbadning

 + ...
enkelt person

sauna

 + ...
enkelt person

is-badning

 + ...
enkelt person

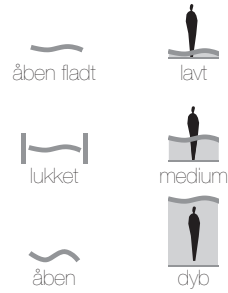
noter

...findes i professionelle udgaver.....
 ...som fx:
 ...speed skating (400 m bane).....
 ...kunstskejteløb (30x60 m).....

faciliteter



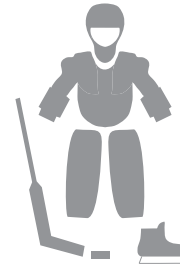
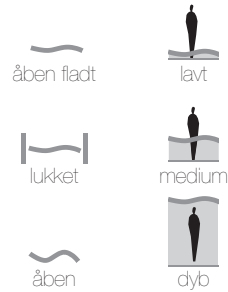
vandkrav



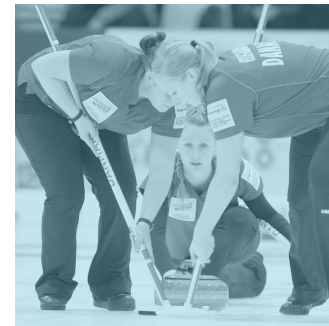
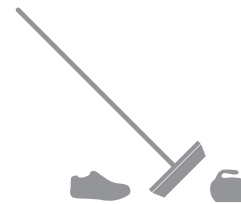
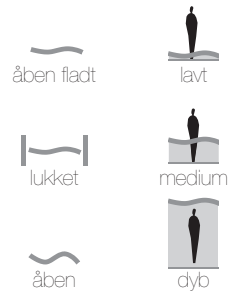
udstyr



skøjteløb



ishockey



curling



LEG

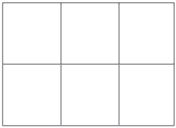









noter	faciliteter	vandkrav	udstyr	
<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>		<p>åben fladt</p> <p>lukket</p> <p>medium</p> <p>åben</p> <p>dyb</p>		
<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>trampolin</p> <p>platform</p> <p>vippe</p>	<p>åben fladt</p> <p>lavt</p> <p>lukket</p> <p>medium</p> <p>åben</p> <p>dyb</p>	<p>ingen særlige krav</p>	
<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>balance bane</p>	<p>åben fladt</p> <p>lavt</p> <p>lukket</p> <p>medium</p> <p>åben</p>	<p>ingen særlige krav</p>	

rutche
bane

hop

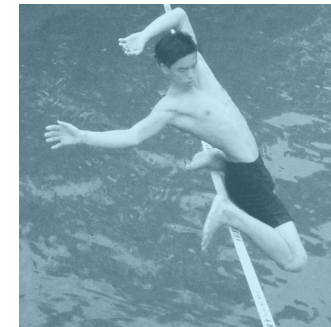
vandet er
giftigt

LEG

noter	faciliteter	vandkrav	udstyr
<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	 <p>evt. installationer</p>	<p>åben fladt</p>  <p>lavt</p> <p>lukket</p>  <p>medium</p> <p>åben</p>  <p>dyb</p>	
<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	 <p>2 anker punkter + udspændt line/reb</p>	<p>åben fladt</p>  <p>lavt</p> <p>lukket</p>  <p>medium</p> <p>åben</p>  <p>dyb</p>	 <p>c.a. 8-15 m</p>
<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>			


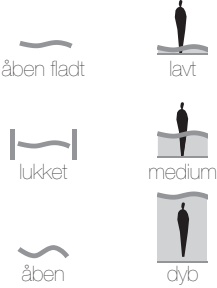
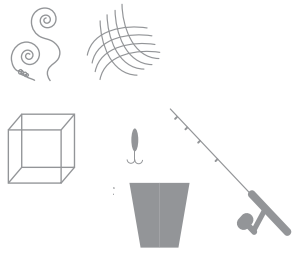






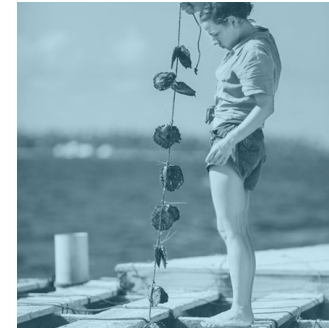
reb baner/
klatring



gå på line

FORMIDLING

noter	faciliteter	vandkrav	udstyr
<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	 <p>lager</p>	 <p>åben fladt</p> <p>lavt</p> <p>lukket</p> <p>medium</p> <p>åben dyb</p>	
<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	 <p>kiosk</p> <p>butik</p> <p>restaurant</p>	<p>ikke relevant</p>	
<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	 <p>service</p> <p>arealer+</p>	<p>ikke relevant</p>	



lystfiskeri +
vandfarm



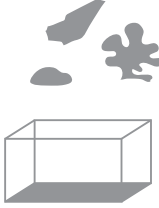
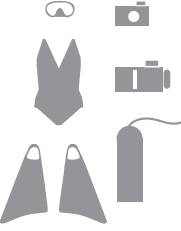

fiske
marked

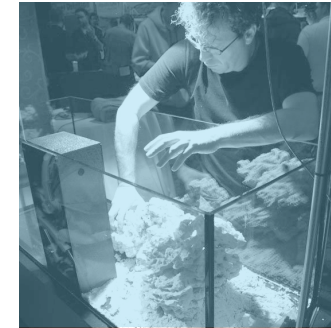


forelæsning
forsamling
forening
kurser

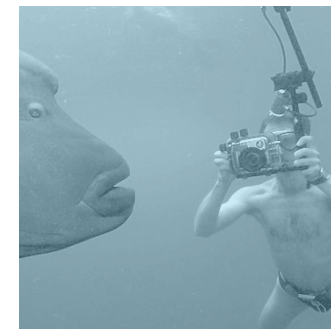


FORMIDLING

noter	faciliteter	vandkrav	udstyr
<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>flydepontoner med bund og gennemstrømning</p>	<p>lukket</p> <p>lavt</p> <p>medium</p>	
<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>ingen særlige krav</p>	<p>åben fladt</p> <p>lukket</p> <p>medium</p> <p>åben</p> <p>dyb</p>	
<p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>Undervandskikkerter info tavler kunstige rev</p>	<p>ikke relevant</p>	



vand-udforskning



undervands foto- & videografi



observation





Har I spørgsmål til indholdet i dette idékatalog eller ønsker du informationer om budgetoverslag for de illustrerede anlæg så kan Lokale og Anlægsfonden eller MLRP kontaktes.

Ønsker I at modtage rådgivning om udvikling af et idrætsanlæg i havnen med udgangspunkt i dette inspirationskatalog så tag kontakt til Lokale og Anlægsfonden.

<http://www.loa-fonden.dk/>