

GymPoint henvender sig til den brede del af befolkningen og

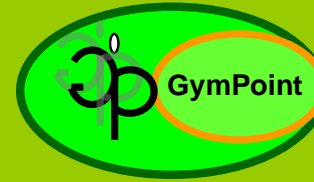


ikke kun til den mere kendte byrumsidræt som skateboard-, rulleskøjte-, footbag udøvere og lignende.



**Kontakt:** Rikke M. Krogh tlf.60 70 13 75  
Moshe Moalem tlf.26 37 42 60  
Adr.: Dalgasgade 3, 2  
9000 Aalborg, Denmark

Mail: rikke@gympoint.dk  
Mail: moshe@gympoint.dk



Byrumsidræt



*- sundhed for alle i den levende by*

[www.gympoint.dk](http://www.gympoint.dk)

## GymPoint

GymPoint er en oase fyldt med spændende redskaber, der er bygget med materialer og en konstruktion, der kan klare al slags vejr. Vores koncept er særdeles velegnet til placering i det offentlige rum, hvor mennesker bevæger sig. Det være sig parker, langs havnefronter, skoler, institutioner, boligområder, langs stranden mv., dvs. at kun fantasien kan sætte grænsen for placeringen.



## Levende byrum

GymPoint er med til at skabe et levende byrum og øger fokus på sundhed. Byrumsidræt i form af GymPoint<sup>®</sup> er et nyt og godt alternativ, når der skal skabes nye byrum, der bevæger sig på tværs af det traditionelle. Ved at anlægge et GymPoint<sup>®</sup> skabes der et idrætsrum i det eksisterende bymiljø. Hermed integreres og forenes sundhed med hverdagsliv og byliv.

## Æstetik

Udover den funktionelle del af etableringen af GymPoint kan denne form for byrumsidræt samtidig fungere som skulpturelle oaser i byrummet

## Kropskultur

Undersøgelser viser, at befolkningen i stigende grad efterspørger oplevelsesrum som parker, gader og fællesarealer, der indbyder til idræt med fokus på sundhed og oplevelse. Byrumsidræt i form af GymPoint giver byer og steder mulighed for at imødekomme denne nye bølge af kropskultur.

## Sundhed med udsigt

Konceptet giver alle borgere mulighed for at dyrke motion i det fri.



## Omgivelsernes betydning for at fremme fysisk aktivitet

GymPoint konceptet tager udgangspunkt i undersøgelser, der viser at man ved at skabe de rigtige rammer i det offentlige rum kan forøge interessen for motion og socialt samvær. For eksempel viser diverse undersøgelser, at der er 43 % større chance for 30 minutters daglig aktivitet, hvis man har adgang til spændende og forskellige omgivelser.

Sundhedsstyrelsen anbefaler minimum 30 minutters fysisk aktivitet dagligt for voksne og 60 minutter for børn.