Calisthenics Park Keurmerk



Missie & visie

Het Calisthenics Park Keurmerk stelt voorwaarden op voor een veilig ontwerp en inrichting van een calisthenics park. Parken die aan alle voorwaarden voldoen, mogen het keurmerk voeren.

Doelstelling

- Het bevorderen van de veiligheid van sporters
- Het bevorderen van de kwaliteit van toestellen
- Optimale functionele beweegomgeving

Missie

Duidelijkheid aan de markt verschaffen omtrent de veiligheid van Calisthenics parken. Door het zo optimaal borgen van veilige beweeg inrichtingen, de Calisthenics sport te stimuleren en te verbeteren.

Visie

Het Calisthenics keurmerk draagt in algemene zin bij aan een zo optimaal veilig mogelijke beweegomgeving en sportklimaat ontwikkelen voor Calisthenics.

Waarom het Calisthenics Park Keurmerk?

- Het is één van de snelst groeiende sporten wereldwijd
- Explosieve groei van Calisthenics parken in de openbare ruimte
- Geen speel-, maar sporttoestellen
- Bestaande normen en richtlijnen voldoen niet voor onze sport
- Veel risico op blessures en ongevallen op bestaande parken
- Vraag vanuit de markt om veilige sportaccommodaties
- Te weinig kennis bij fabrikanten van Calisthenics parken

Voorbeelden van oefeningen







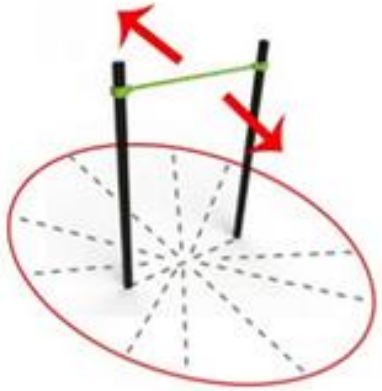
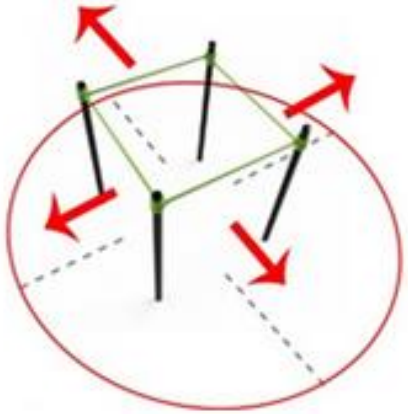
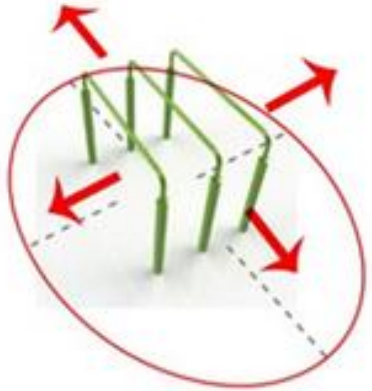
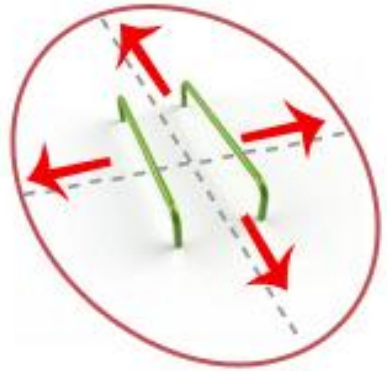


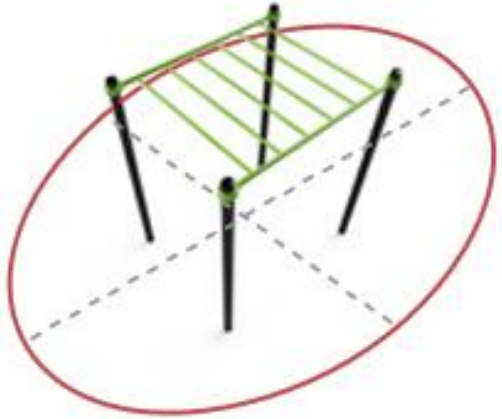


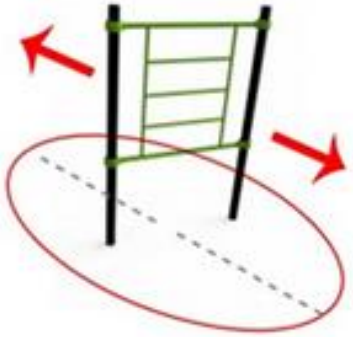
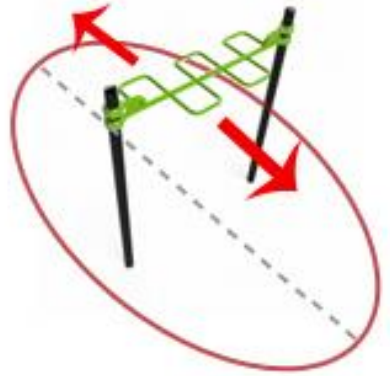




Onverwachte bewegingen op toestellen



Waar zijn de richtlijnen voor calisthenics?







Waar zijn de richtlijnen op gebaseerd?

- Het soort oefening aan een toestel (statisch, dynamisch etc)
- Voldoende ruimte om te bewegen
- Geen obstakels rondom toestellen
- Voldoende hoogte voor oefeningen
- Hoe is de valdemping voor de verschillende oefeningen

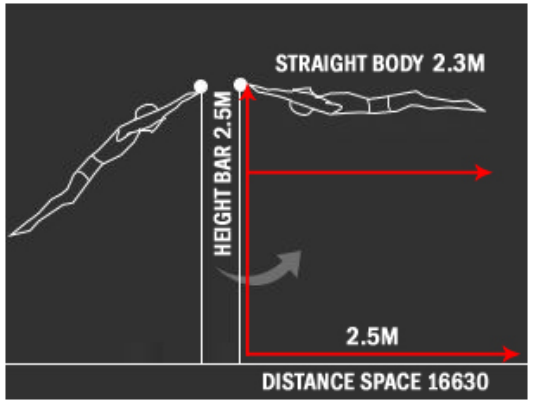
Onze visie

- Creeër sportzones
- Uitbreiding van een park is mogelijk vanuit elke zone
- Rekening houdend met oefeningen t.b.v. lichamelijke en motorische vaardigheden
- Op elk niveau kan calisthenics beoefend worden

Rekeninghoudend met de volgende aspecten

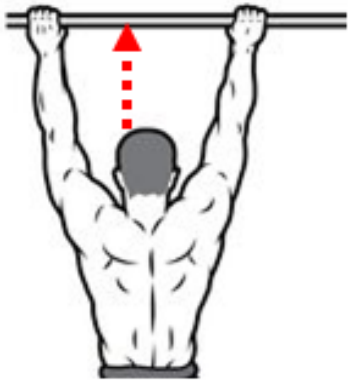
Voldoende bewegingsruimte





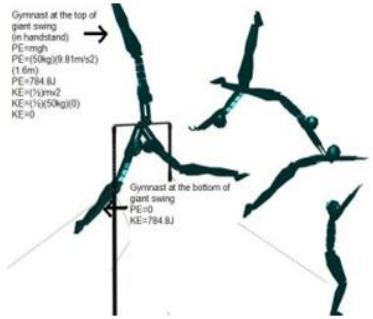
Hoogte van toestellen





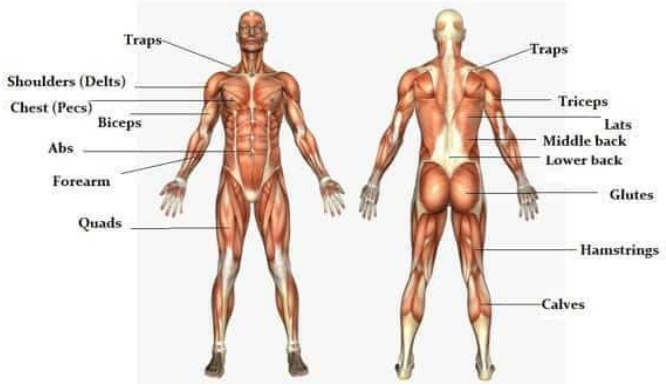
Kinetische energie





6 x lichaamsgewicht ringen
3 x 4 lichaamsgewicht op een bar

Verbeteren van motoriek

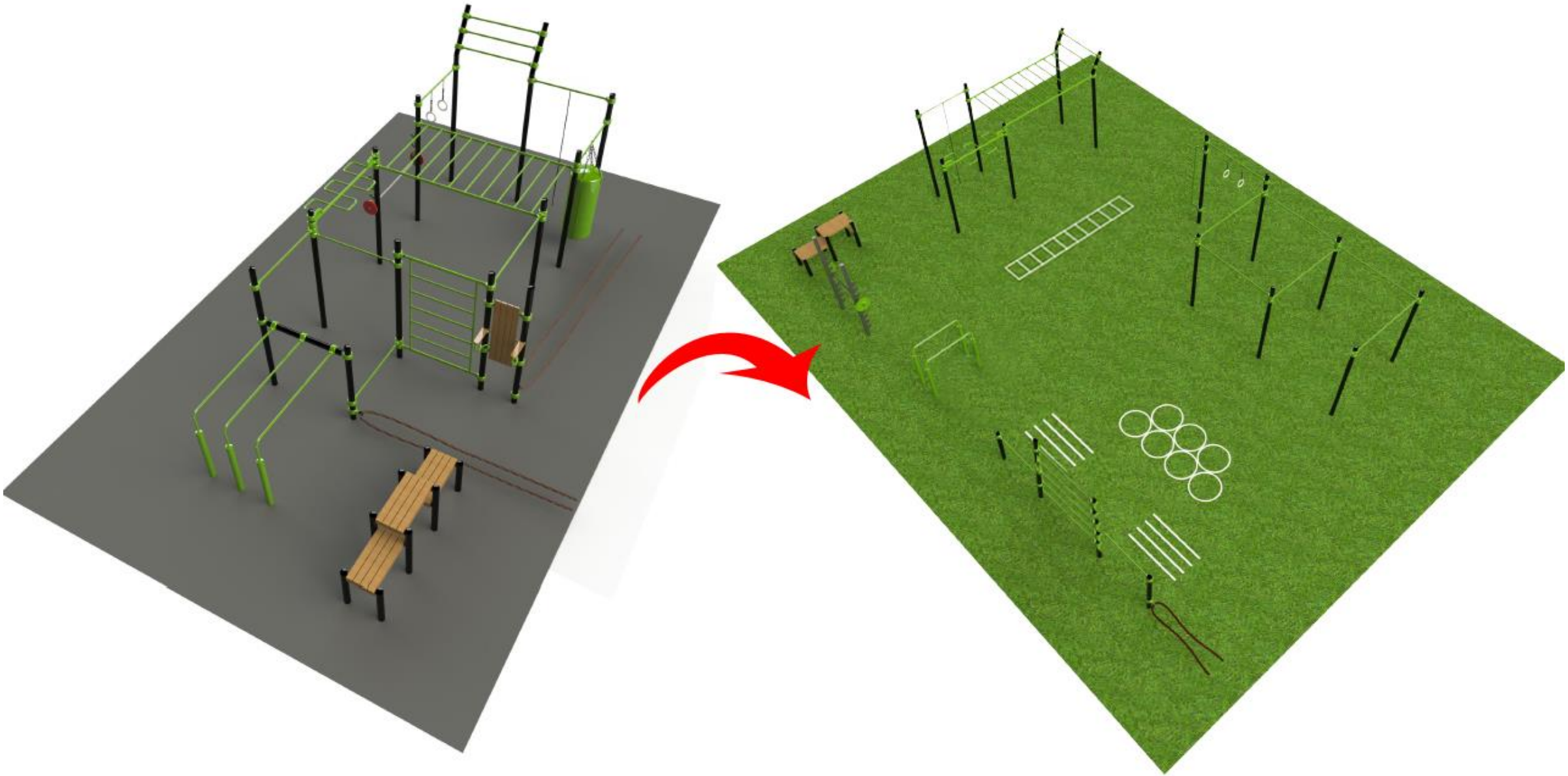


- Kracht
- Mobilieit
- Snelheid
- Duur
- Coördinatie
- Balans

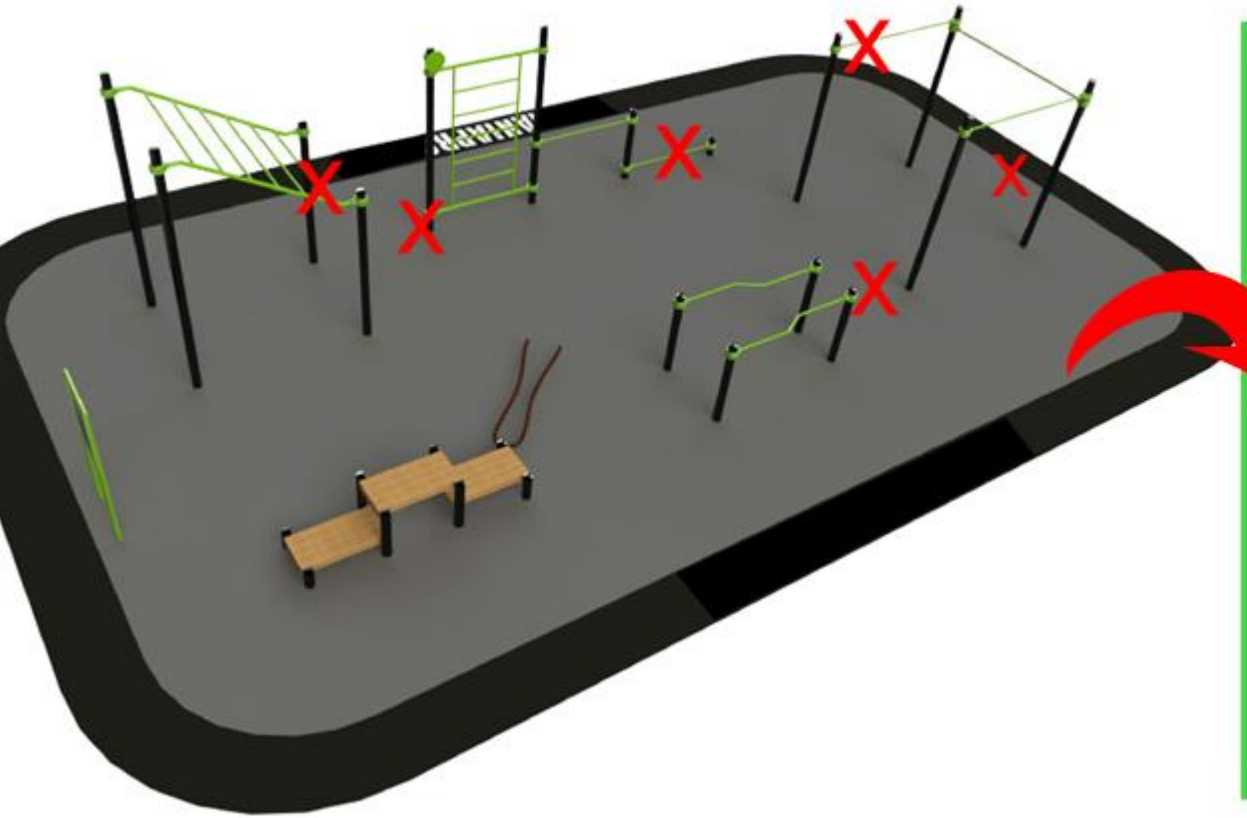
Het Calisthenics Park Keurmerk

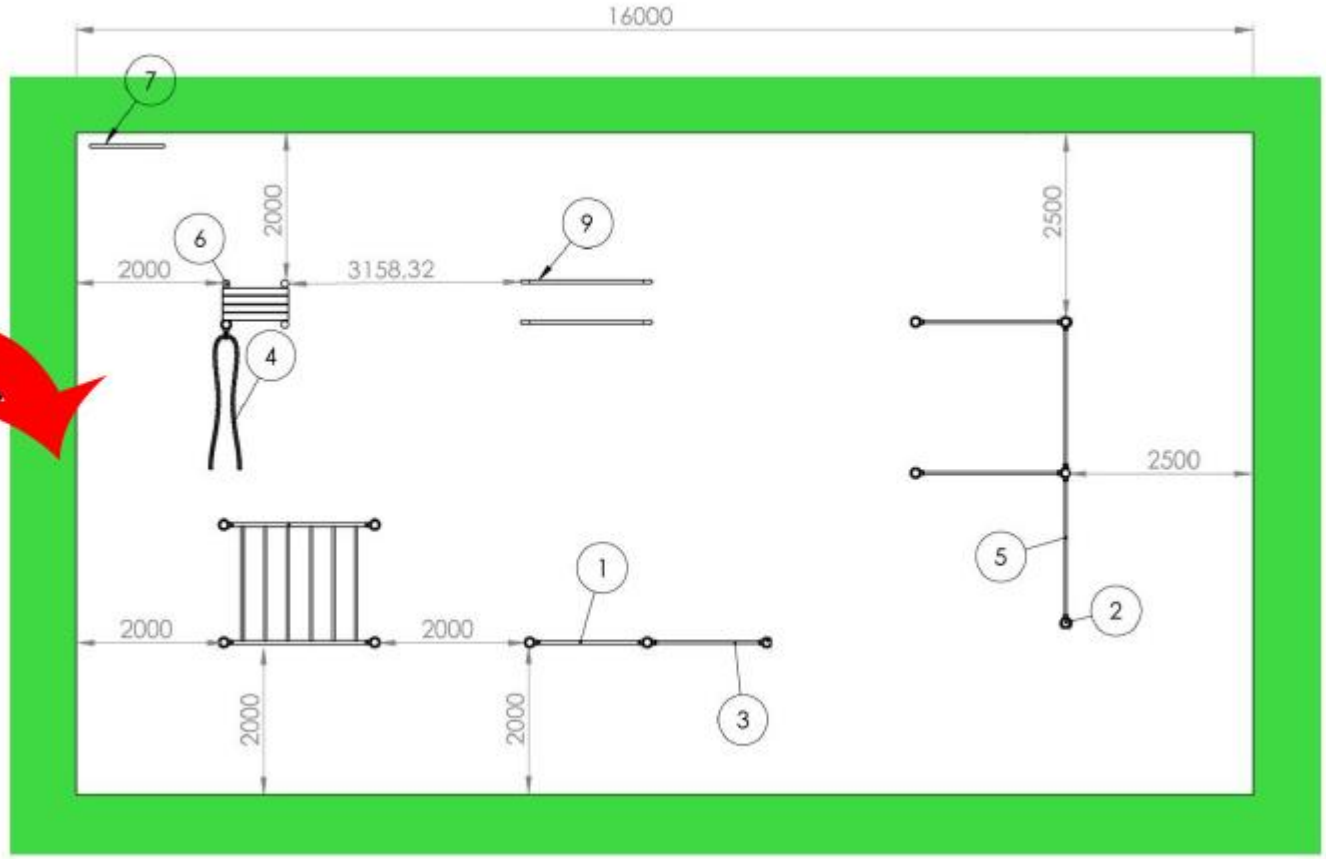
- Zorgt voor optimale veiligheid op en rondom Calisthenics parken
- Heeft betrekking op alle sporters, ongeacht het niveau
- Is zowel voor publieke ruimtes als gyms beschikbaar
- Een goedgekeurd park krijgt erkenning in het register op onze website
- Wordt toevoegd en vermeld in de app van de NLCB
- Kan door iedereen worden aangevraagd bij de Stichting CPK

Voorbeeld 1

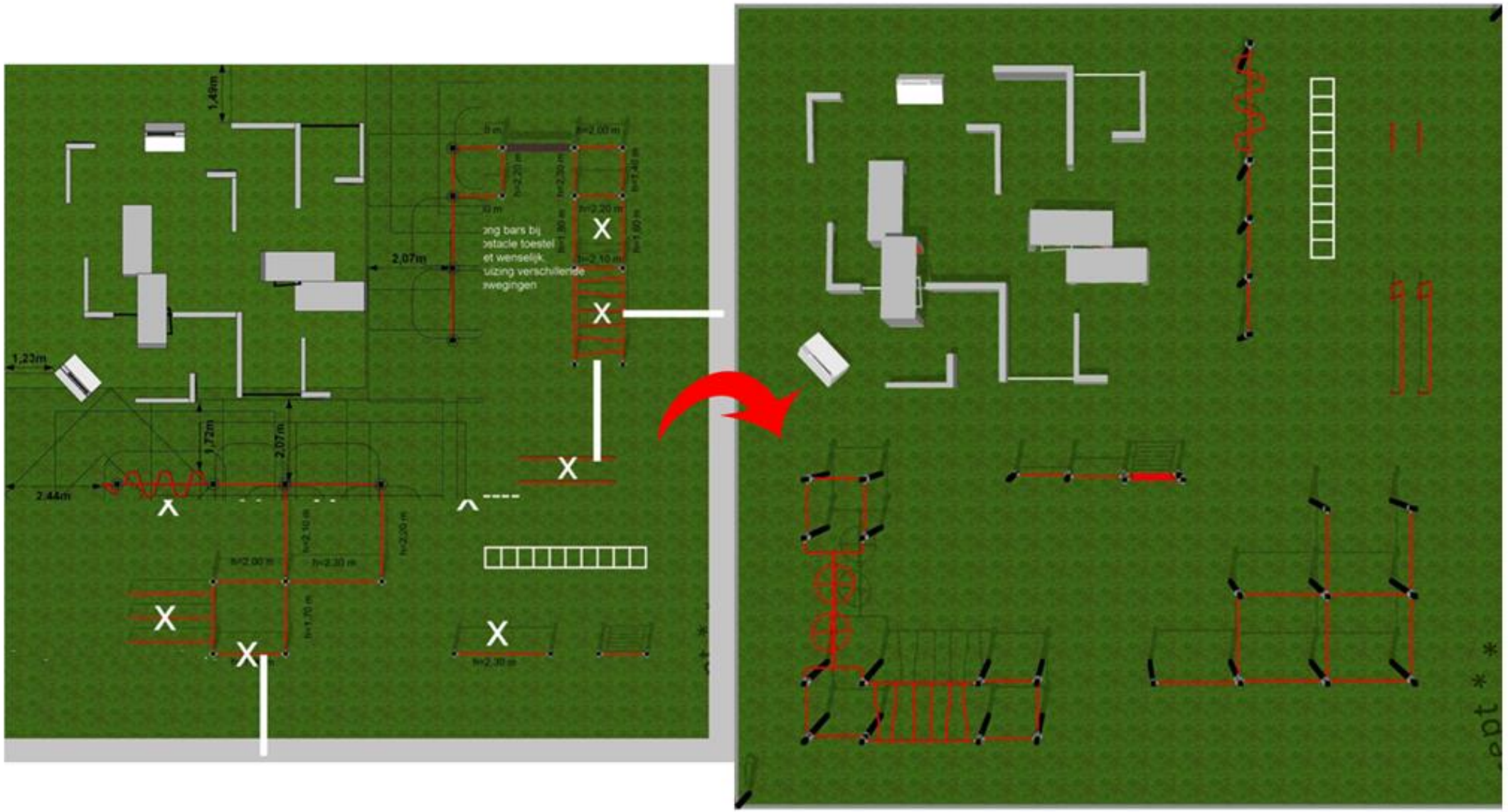


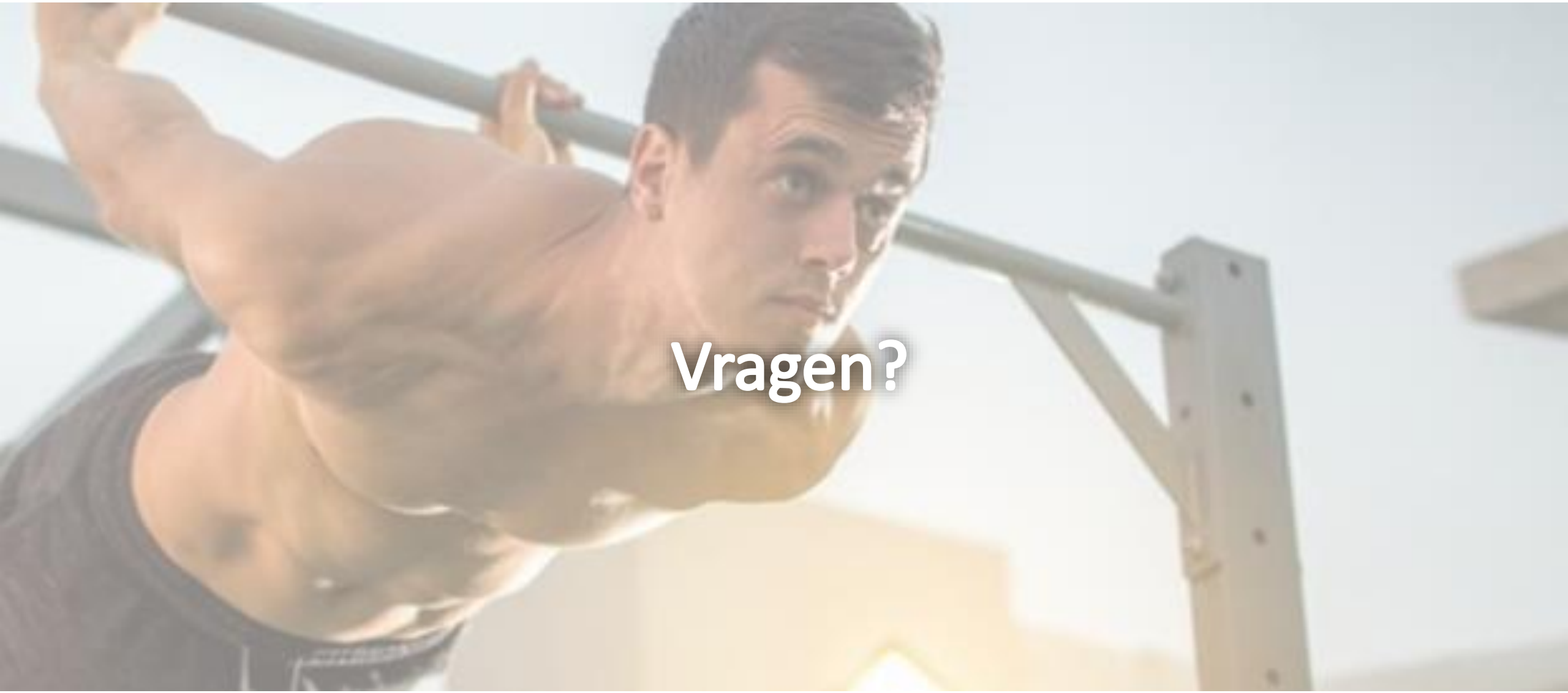
Voorbeeld 2




16000
7
2000
6
2000
3158,32
9
2500
4
2500
5
2
1
2000
2000
2000
2000
3

Voorbeeld 3




Vragen?


Bedankt voor uw aandacht