

# Urban Fit Track



: bewegen, ontmoeten en ontspannen

# Urban Fit Track

Bewegen, Ontmoeten & Ontspannen



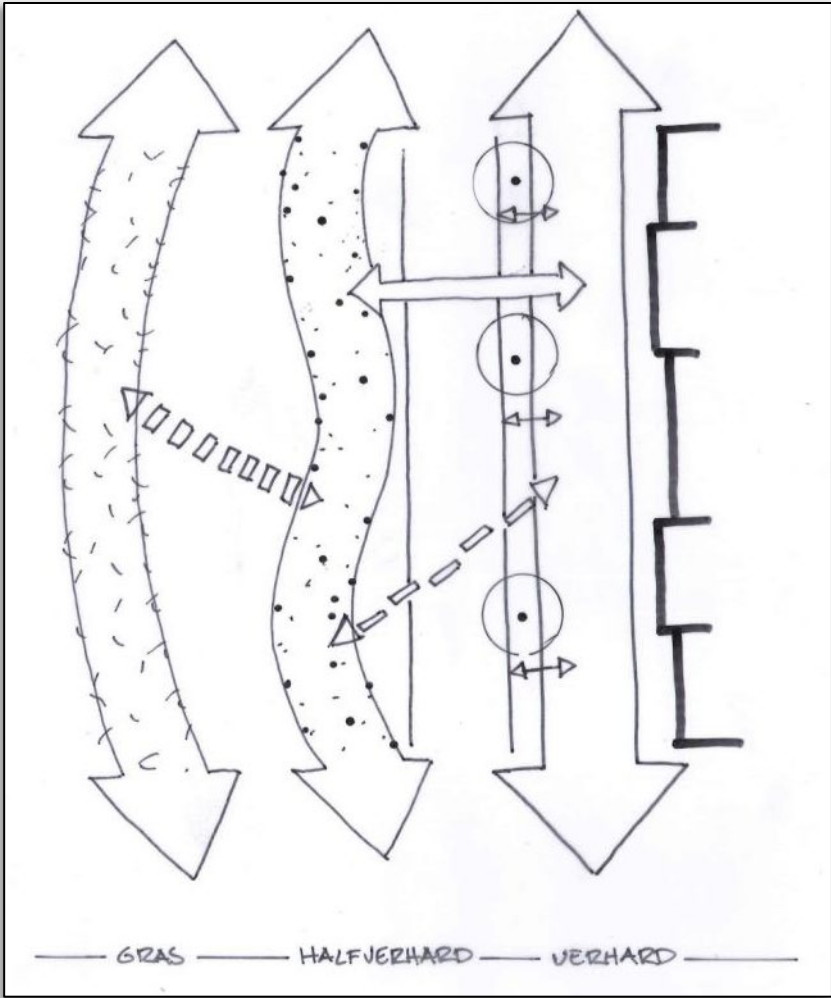
# Urban Fit Track / *ASM route*

ASM route met verschillende parcours.  
Elke route heeft een eigen sfeer, op basis van de 10 grondvormen van het ASM.

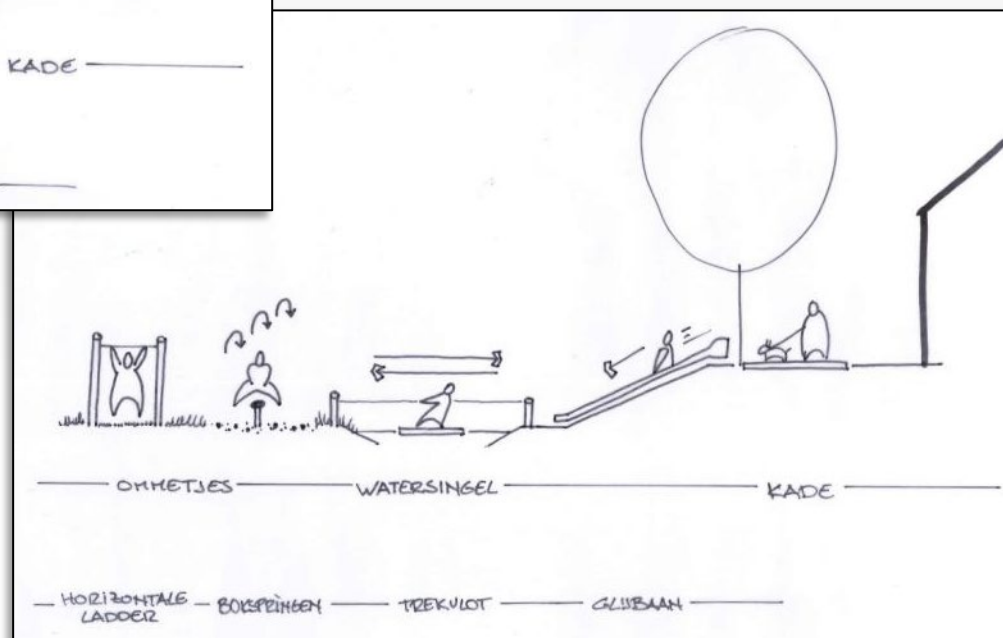
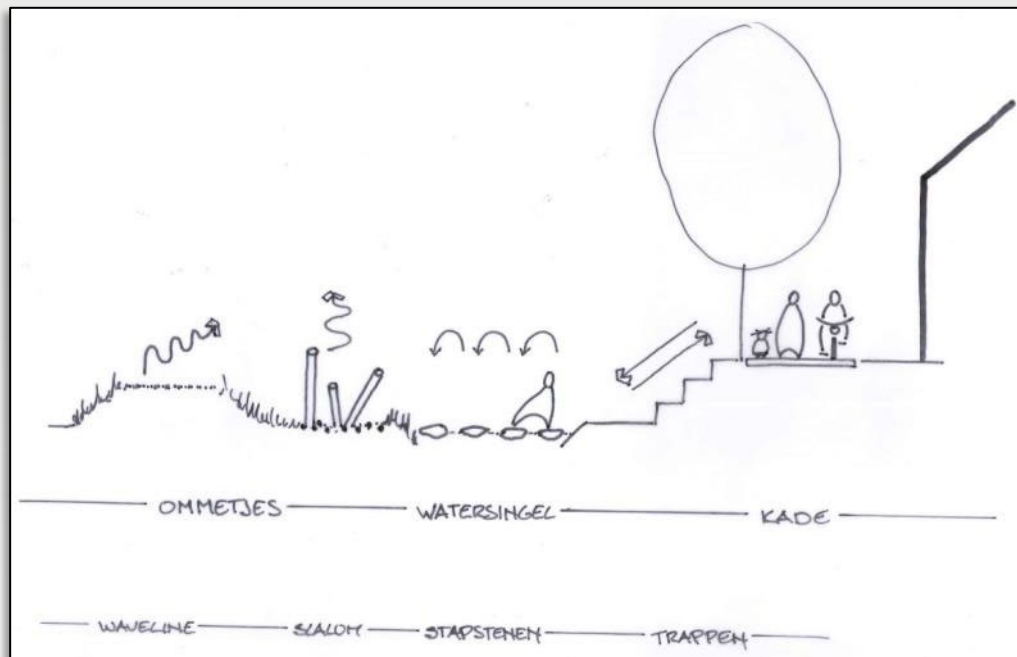


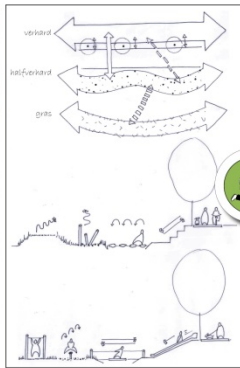
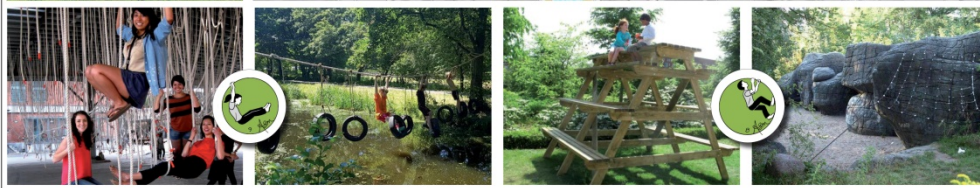
Op verschillende plekken is er de mogelijkheid om van route/sfeer te veranderen. De twee verbindende grondvormen zijn lopen/gaan en balanceren/vallen, de andere 8 worden in de route opgenomen.

# Principe uitsnede van route



# Principe doorsnede van route t.p.v. kade Hof van Holland





- Gaan Lopen
- Balanceren Vallen
- Stoeien Vechten
- Springen Landen
- Rollen Duikelen
- Gooien Mikken
- Trappen Overspelen
- Klimmen Klauteren
- Zwaaien Slingeren
- Bewegen op muziek

Dit zijn twee basis Skills die over de hele route voorkomen. Door variatie in de ondergrond aan te brengen, ontstaan er steeds nieuwe uitdagingen.

In de senioren-route wordt hier extra aandacht aan gegeven.

- Route met extra aandacht voor senioren. Nadruk ligt hier op Lopen en Balanceren.
- Route met verschillende uitdagingen waarbij alle basis-skills een plek krijgen. Hierbij wordt rekening gehouden met de aanwezige mogelijkheden (bv. rollen bij een hoogteverschil, bewegen op muziek op het centrale plein, zien en gezien worden)
- Verbindingsroute langzaamverkeer

1	13-07-2020	schets ASM op basis van ontwerp d.d. 06-07-2020	JJ	JISCHA	WISNE
0	29-06-2020		JJ	JISCHA	WISNE
Verst.	Daan	Omgeving	Opsteller	Verfasser	Par. Validatie

**Omnipark Erp**

Onderdeel: **Implementatie ASM in ontwerp**

Opdrachtgever: **Gemeente Meierijstad**

Fase: **Definitief**

Formaat: **A1**

Schaal: **2020-1439**

Projectnummer: **ME1006**

Tekeningnummer: **2020-1439**

Bereid door: **MEI**

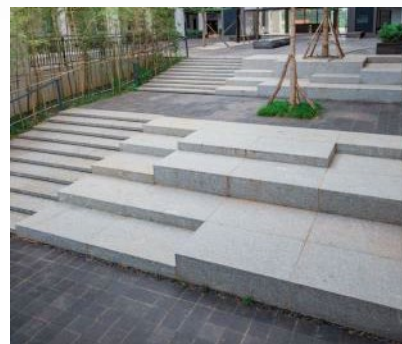
Beoordeld door: **MEI**

08-238223  
info@kragten.nl  
www.kragten.nl

**kragten**

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64 65 66 67 68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80 81 82 83 84 85 86 87 88 89 90 91 92 93 94 95 96 97 98 99 100

De tussenstops zijn onderdelen van de route. (geen verblijfplaatsen)  
Hierin zijn de 10 basisvormen van het Athletic Skills Model verwerkt.





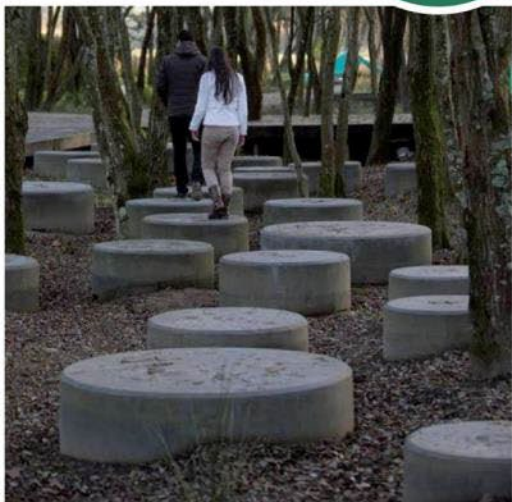
volwassenen,  
ouderen



groen  
rustig  
natuurlijk  
besloten



### 3 FRUITHOF





rustig  
kleinschalig



kinderen  
0-14jr

9 WOONWIJK

