



# COMUNE DI VITTUONE Città Metropolitana di Milano

Piazza Italia, 5 – 20009 VITTUONE

P.IVA/C.F. 00994350155

## PROGETTO DI RIQUALIFICAZIONE “PARCO AMICI DELLO SPORT” E “EX AREA MERCATO”

REALIZZAZIONE DI AREE OUTDOOR FITNESS  
CALISTHENICS, VOLLEY, CALCIO A 5, PRESSO  
PARCO AMICI DELLO SPORT E EX AREA MERCATO  
VITTUONE (MI)

## RELAZIONE TECNICO - DESCRITTIVA

Vittuone, li AGOSTO 2025

IL RESPONSABILE DEL SETTORE  
PROGRAMMAZIONE E GESTIONE  
OPERE PUBBLICHE E PATRIMONIO

(Arch. Daniele Giovanni Ciaecj)

## **PREMESSA**

Nell'ambito della riqualificazione dei parchi pubblici comunali che codesta Amministrazione intende portare a termine, dopo i lavori conclusi presso il “Parco Abraham Lincoln”, il “Parco A. Gramsci” ed il “Parco della Resistenza”, affidati i lavori di rinnovamento e messa in sicurezza del “Parco delle mamme” situato in via Cadorna, si intende ora procedere al rinnovamento del parco “Amici dello Sport” e all'inserimento di attrezzatura sportiva nell'ambito del piano di recupero dell'ex area mercato.

Nella fattispecie, il progetto di riqualificazione ed adeguamento del “Parco Amici dello Sport”, inserito nel Documento Unico di Programmazione DUP 2025-2027, prevede la realizzazione di un'area Outdoor Fitness composta da Calisthenics, volley e calcio a 5.

Il piano di recupero dell'ex area mercato prevede l'inserimento di un gruppo di attrezzi Outdoor Fitness che rappresentano solo il primo step che interesserà la ex area mercato.

Sulla base della volontà dell'Amministrazione, anche motivata alle innumerevoli richieste da parte dell'utenza di riqualificare il “Parco Amici dello Sport” si intende offrire un valore aggiunto ad un territorio comunale che seppur posizionato in una zona decentrata rispetto al centro del paese, ha tutte le caratteristiche per diventare un'area di interesse pubblico dedicata allo sport sia individuale che di gruppo.

Inoltre, alla luce della volontà di riqualificare l'ex area mercato, si propone una prima fase di intervento che porterà alla creazione di un luogo di aggregazione per i cittadini.

## 01. PROPOSTA PROGETTUALE “PARCO AMICI DELLO SPORT”

Il progetto di riqualificazione del “Parco Amici dello Sport” prevede quanto segue:

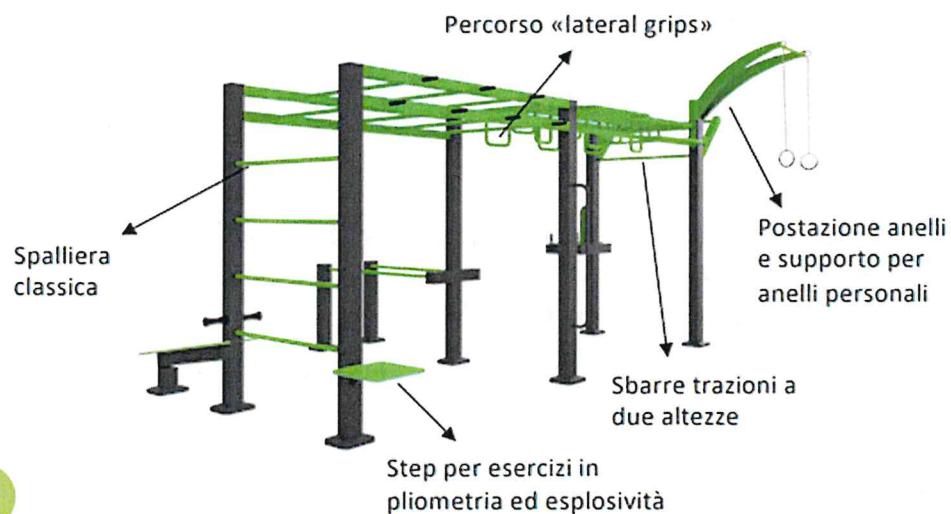
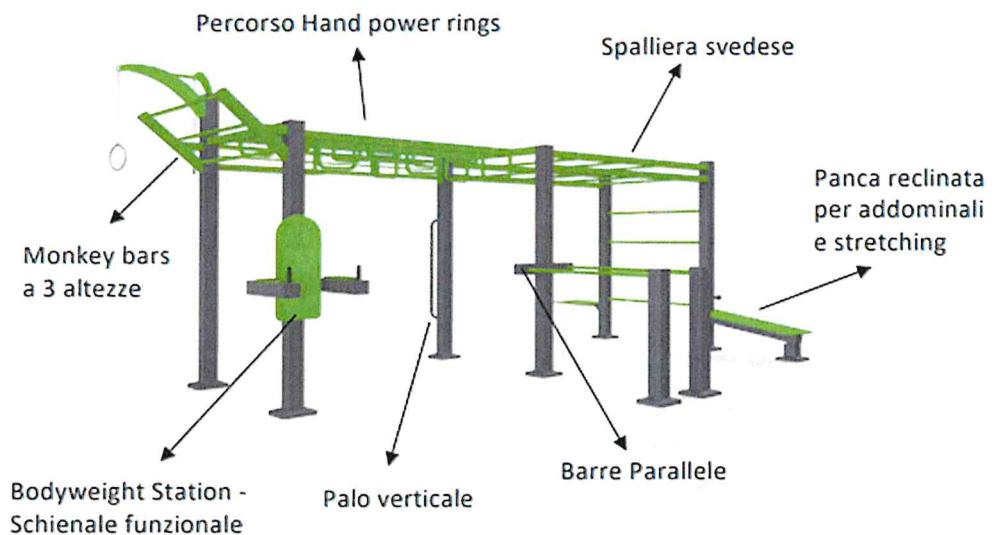
Fornitura ed installazione di attrezzatura sportiva in acciaio zincato, spessore 3mm, smaltati e verniciati:

### HIGHLIGHT Circuito Calisthenics FitRig:

Circuito composto da: sbarre trazioni a tre altezze, panca reclinata, sbarra media, spalliera, doppie parallele, spalliera svedese, monkey bars, anelli olimpici, percorso sospeso ad anelli, vertical pole e lateral hand way.

Circuito per 15 utilizzatori contemporanei.

Area circuito: 5.81 x 4.37 x 3.22 mt.



**Gruppo di n. 6 attrezzi «Outdoor Fitness» composto da:**

					
<b>CHEST PRESS + LAT MACHINE</b> Macchina isotonica per allenamento di petto, spalle, tricipiti + dorso, bicipiti.	<b>LEG EXTENSION</b> Macchina isotonica per allenamento di quadricipiti femorali.	<b>ROWER MACHINE</b> Macchina cardiovascolare per allenamento di schiena e braccia.	<b>FREE SQUAT MACHINE</b> Macchina isotonica per allenamento gambe e glutei.	<b>ELLITTICA</b> Macchina cardiovascolare per allenamento di gambe e braccia in coordinazione.	<b>TWISTER + SURF BOARD</b> Macchina cardiovascolare per girovita e addominali obliqui.

**INSTALLAZIONE AREA FITNESS:**

- ancoraggio su platee dedicate in calcestruzzo, tramite barre filettate e collante chimico

**OPERE EDILI AREA FITNESS:**

- realizzazione platee singole per un totale di 85 mq  
63 mq per circuito Fitrig,  
6 mq per Chest Press + Lat Machine,  
4 mq per Leg Extension,  
4 mq per Rower Machine,  
4 mq per Free Squat Machine,  
4 mq per Ellittica,  
4 mq per Twister + Surf  
di platea in CLS, spessore 15 cm., rete-elettrosaldata e successiva sistemazione del terreno perimetrale

**CARTELLONISTICA:**

- installazione di pannello generale di Benvenuto nell'area con percorso fitness e norme di rispetto incluso

**PAVIMENTAZIONE ANTITRAUMA:**

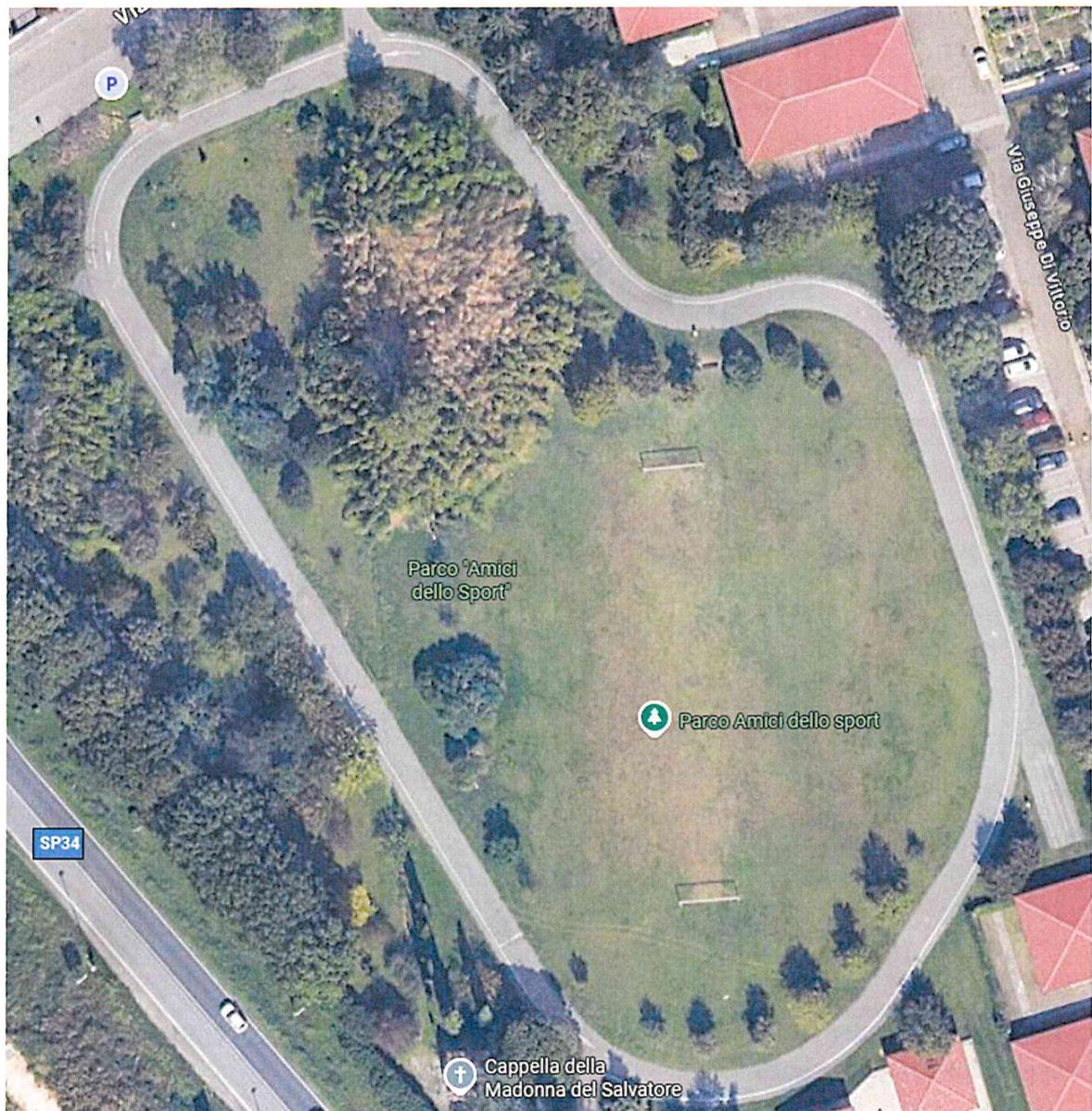
- fornitura e posa di pavimentazione anti-trauma in gomma colata, spessore 5+1 cm., colore verde, per un totale di 85 mq

**Realizzazione «AREA Volley» + «Calcio a 5»**

Realizzazione aree gioco per Volley e Calcio a 5, con installazione di rete Volley su sostegni ancorati (plinti), idem per le porte da Calcio.

Installazioni bordature gioco con fasce «segnacampo» apposite, compresi accessori d'installazione (opzionale). Misure aree gioco come riportato nella dislocazione allegata.

## AREA INTERESSATA DALLA RIQUALIFICAZIONE



## PROGETTO DI DISLOCAZIONE ATTREZZATURA



A completamento del progetto, verranno posizionati arredi urbani (panchine, cestini etc.) adeguati alla permanenza dell'utenza.

## PROPOSTA PROGETTUALE “EX AREA MERCATO”

Il progetto di riqualificazione dell’ “EX AREA MERCATO” prevede quanto segue:

### HIGHLIGHT - Circuito Calisthenics

POSTAZIONI: n. 3 sbarre trazioni a tre altezze, Anelli olimpici, Rope climbe (arrampicata), Spalliera verticale, n. 2 panche addominali reclinate con agganci.

Circuito per 6 utilizzatori contemporanei.

Area circuito: 6.27 x 2.55 x 2.50 mt.



### Attrezzi «Outdoor Fitness»



**CHEST PRESS +  
LAT MACHINE**  
Macchina isotonica per  
allenamento di petto e  
schiena.



**ROWER MACHINE**  
Macchina cardiovascolare  
per allenamento di schiena  
e braccia.



**FREE SQUAT MACHINE**  
Macchina isotonica per  
l’allenamento di gambe e  
glutei.



**ELLITTICA**  
Macchina  
cardiovascolare per  
allenamento di gambe e  
braccia in coordinazione.

#### INSTALLAZIONE AREA FITNESS:

- ancoraggio su platee dedicate in calcestruzzo, tramite barre filettate e collante chimico

#### OPERE EDILI AREA FITNESS:

- realizzazione platee singole per un totale di 58 mq  
38 mq per circuito Fitrig,  
6 mq per Chest Press + Lat Machine,  
6 mq per Ellittica,  
4 mq per Rower Machine,  
4 mq per Free Squat Machine  
di platea in CLS, spessore 15 cm., rete-elettrosaldata e successiva sistemazione del terreno perimetrale

#### PAVIMENTAZIONE ANTITRAUMA:

- fornitura e posa di pavimentazione anti-trauma in gomma colata, spessore 5+1 cm., colore verde, per un totale di 58 mq

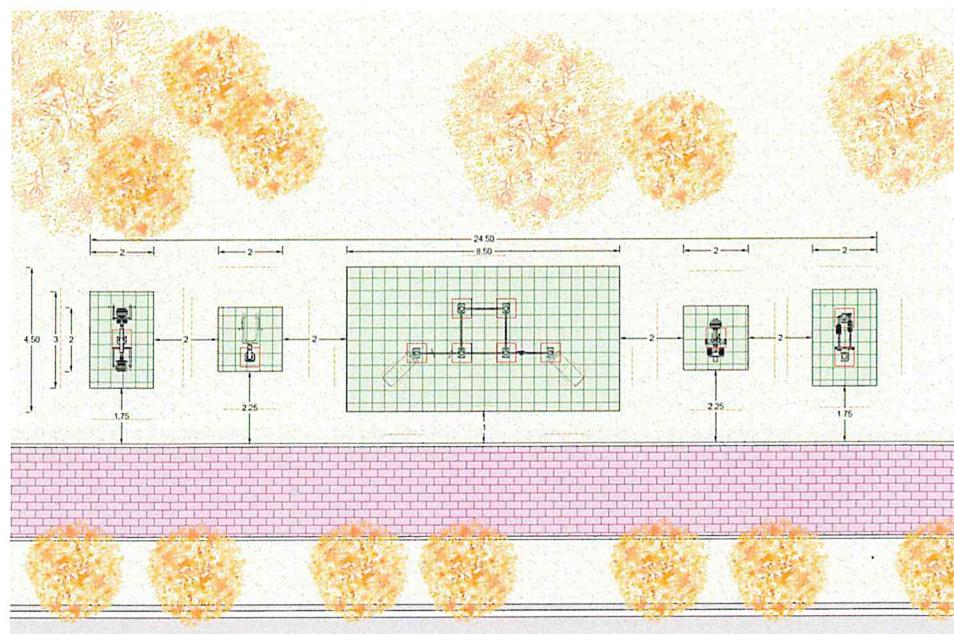
#### CARTELLONISTICA:

- installazione di pannello generale di Benvenuto nell'area con percorso fitness e norme di rispetto incluso

#### AREA INTERESSATA DALLA RIQUALIFICAZIONE



## PROGETTO DI DISLOCAZIONE ATTREZZATURA



## CONCLUSIONI

Si sottopone il presente progetto, corredata da documentazione tecnica, alla cortese attenzione dell'Amministrazione Comunale.

