



Došlo dňa (pečiatka podateľne TSK, čas prijatia)	
Trenčiansky samosprávny kraj	
Dátum:	
29. 03. 2019	
Poradové číslo:	Číslo spisu:
2019/040542	TSK/2019/04565-1
Prílohy / listy:	Vybravuje:
	OF

Participatívny - komunitný rozpočet

NÁVRH PROJEKTU

Názov projektu	Fitness centrum na školskom internáte
Názov navrhovateľa	SRRZ-RZ pri Strednej priemyselnej škole Myjava
Oblasť¹	šport
Okres, lokalizácia realizácie projektu	Myjava, Školský internát pri SPŠ Myjava
Celkové výdavky projektu (Eur)	2200€
Nárokovaná výška podpory (Eur)	2200€
Číslo projektu²	01

¹ Navrhovateľ uvedie oblasť, pre ktorú je projekt navrhovaný (Doprava a komunikácie, životné prostredie, voľno časové aktivity, kultúra, šport, sociálna pomoc a sociálne služby, zdravotníctvo)

A. Identifikácia navrhovateľa					
1. Informácie o navrhovateľovi					
Názov	SRRZ-RZ pri Strednej priemyselnej škole Myjava				
Sídlo	Obec (mesto)	Myjava			
	Ulica / číslo domu	Ul. SNP 413/8			
	PSČ	907 01			
	Štát	Slovenská republika			
Tel. číslo:	034 621 2348				
E-mail:	sps@spsmyj.sk				
Web stránka:	www.spsmyj.sk				
IČO	173 19 617 585	DIČ		IČ-DPH	
Platca DPH	<input type="checkbox"/> áno		<input checked="" type="checkbox"/> nie		
Forma účtovníctva	<input checked="" type="checkbox"/> jednoduché		<input type="checkbox"/> podvojný		
Právna forma	Občianske združenie				
Dátum vzniku organizácie³	01.09.1999				
2. Štatutárny(-i) zástupca (-ovia) navrhovateľa ⁴					
Titul (pred menom)	Meno	Priezvisko	Titul (za menom)		
	Peter	Mizerák			
Funkcia	Telefónne číslo (aj predvoľba)	E-mail			
Predseda SRRZ-RZ pri SPŠ Myjava	0918 700 136	petkomizerak@gmail.com			
3. Kontaktná osoba pre projekt					
Titul (pred menom)	Meno	Priezvisko	Titul (za menom)		
Mgr.	Tomáš	Mihaljevič			
Funkcia	Telefónne číslo (aj predvoľba)	E-mail			
učiteľ	034 621 2348	pilahate@post.sk			
4. Informácie o organizácii v pôsobnosti navrhovateľa ⁵					
Názov					
Sídlo	Obec (mesto)				
	Ulica / číslo domu				
	PSČ				
	Štát				

² Doplň TSK

³ Dátum zápisu organizácie do verejného registra, pokiaľ nevznikla zo zákona

⁴ V prípade existencie viacerých štatutárnych zástupcov sa tabuľka A.2 opakuje

⁵ Relevantné iba v prípade, ak aktivity projektu realizuje organizácia v pôsobnosti navrhovateľa (napr. škola v zriaďovateľskej pôsobnosti obce a pod.)

5. Partner (-i) navrhovateľa ⁶	
Bude navrhovateľ pri realizácii projektu spolupracovať s partnermi? Ak áno, uveďte ich.	<input type="checkbox"/> áno <input checked="" type="checkbox"/> nie
Partner 1 – Názov	
Partner n – Názov	

B. Identifikácia projektu			
1. Základné údaje o projekte			
Miesto realizácie	Školský internát pri SPŠ Myjava		
Okres	Myjava	Obec	Myjava
Cieľ projektu	Rozvíjať kladný vzťah mladých ľudí k pohybovej aktivite, pochopiť význam pohybovej aktivity pre zdravie, zvyšovanie pohybovej úrovni, pre odstraňovanie a stabilizovanie zdravotných porúch a dôležitosť začlenenia pohybovej aktivity do každodenného života. Materiálne vybaviť a zriadiť fitness centrum na školskom internáte.		
2. Opis projektu			
Popis projektu			
<p>Prioritne budú aktivity projektu zamerané na študentov 1. – 4. ročníka SPŠ Myjava. V rámci projektu Vplyv cvičenia na zdravotný stav a zvyšovanie pohybovej úrovne žiakov, študenti sa oboznámia so základnými princípmi a zásadami silovej a vytrvalostnej aktivity, dopadmi pohybovej aktivity na zdravotný stav, a rizikami s tým súvisiacimi. Prednášku a seminár zabezpečí akreditovaný absolvent Fakulty telesnej výchovy a Športu UK V Bratislave v odbore kondičný tréner. V aktivite základné princípy cvičenia vo fitness centre prebehne školenie učiteľom telesnej výchovy, na ktorom žiaci dostanú informácie o náradí, náčiní, manipulácii s ním a dodržovaním bezpečnosti počas cvičenia vo fitness centre. V aktivite športová osobnosť Myjavy žiaci absolvujú besedu s úspešným futbalistom Spartaku Myjava, ktorý ich oboznámi so svojím športovým tréningovým programom. V aktivite tréningová jednotka s fitness inštruktorom študenti absolvujú kruhový tréning vo fitness centre pod vedením kondičného trénera extraligového basketbalového tímu Piešťanskej čajky. V aktivite silový trojboj prebehne súťaž žiakov SPŠ a Myjavského gymnázia v novovybudovanom fitness centre, ktoré sa nachádza v blízkosti oboch škôl. V aktivite cvičenia na nových prostriedkoch rozvoja kondičných schopností prebehnú ukážky CORE tréningu vedeného kondičným trénerom. V rámci aktivity príprava priestorov, vymalovanie a pokládka podlahovej kritiny bude študentská komunita ubytovaných participovať na prácach súvisiacich s prípravou priestorov fitness centra pod vedením odborného majstra SPŠ Myjava, taktiež údržba priestorov bude prebiehať podľa vopred stanoveného rozpisu pod patronátom študentov využívajúcich priestory fitness centra.</p>			

⁶ V prípade existencie partnera je navrhovateľ povinný použiť pre identifikáciu partnera/ov tabuľky A.1 až A.3 pre každého partnera a uviesť ich v prílohe projektu.

Zámer projektu
Viesť študentov k aktívnemu a zmysluplnému využívaniu voľného času a rozvoju ich pohybových schopností, aby boli schopní zhodnotiť svoje schopnosti, zorganizovať si svoj pohybový režim, osvojili si vedomosti a zručnosti, ktoré súvisia so starostlivosťou o svoje telo, s aktívnym pohybovým režimom, s osobným športovým výkonom, zdravým životným štýlom a zdravím.
Cieľ projektu
Cieľom projektu je pochopiť význam zdravia a zdravého životného štýlu, uplatňovať praktické zručnosti pri prevencii chorôb a zranení ako najúčinnější spôsob starostlivosti o vlastné zdravie, zorganizovať si pohybový režim a vytvoriť si program vlastnej pohybovej aktivity. Vytvoriť si predstavu o objeme a intenzite pohybového zaťaženia, vedieť diagnostikovať svoju pohybovú zdatnosť, pociťovať pozitívne zážitky z pohybovej aktivity.
Očakávaný prínos projektu
Študenti sa zapoja do zmysluplných voľnočasových aktivít, osvoja si vedomosti a zručnosti ktoré súvisia s cvičením, zlepšia si pohybovú výkonnosť, porozumejú pozitívnemu vplyvu pohybovej aktivity pri zdravotných poruchách a oslabeniach, pri prevencii proti rozvoju civilizačných ochorení.
Participácia verejnosti
Vybavené fitness centrum budú navštevovať študenti ubytovaní v školskom internáte Strednej priemyselnej školy v poobedňajšom čase, ale aj ostatní ubytovaní na internáte, súčasne celá prevádzka fitnesscentra, údržba, samotná príprava prostredia bude v kompetencii študentov ubytovaných v internáte.
Zabezpečenie informovania a publicity projektu
V prípade realizácie projektu je žiadateľ povinný na propagačných materiáloch okrem erbu TSK uvádzať logo Participatívneho-komunitného rozpočtu TSK, príp. vetu Projekt bol zrealizovaný vďaka Participatívneho-komunitného rozpočtu TSK
Formou textov i fotografií budeme o projekte a jeho jednotlivých aktivitách informovať na webovej stránke SPŠ Myjava, webovej stránke mesta Myjava, v regionálnej tlači (Kopaničiar expres), ako i v školskom časopise Strojár.

3. Aktivity projektu		
P. č.	Názov aktivity	Stručný popis aktivity
1.	Príprava priestorov fitness centra	Študenti ubytovaní na internáte sa aktívne zúčastnia jednoduchých prác spojených s prípravou priestorov - vymaľovanie priestorov a polozenie podlahovej krytiny
2.	Vplyv cvičenia na zdravie a úroveň pohybových schopností žiaka	Praktické ukážky v podaní kondičného trénera, kde oboznámi žiakov so základnými princípmi cvičenia, zaťaženia a jeho dopadom na zdravotný stav a rizikami s tým súvisiacimi
3.	Cvičenie vo fitness centre	Učiteľ TEV oboznámi žiakov s náradím a náčiním v centre, manipuláciou s ním, údržbou náradia a dodržovaní bezpečnosti počas cvičenia
4.	Športová osobnosť na Myjave	Zoznámenie sa s osobnosťou v športe, jej športovou kariérou, životným príbehom- beseda
5.	Tréningová jednotka s fitness inštruktorom	Kruhový tréning vo fitnesscentre s profesionálnym kondičným trénerom
6.	Silový trojboj	Súťaž o najsilnejšieho študenta internátu v troch silových disciplínach organizovaná učiteľmi TEV SPŠ Myjava
7.	Cvičenia na fitlopte, bosu , joga valec	Ukážky moderných metód CORE tréningu vedených kondičným trénerom

4. Harmonogram realizácie projektu

Dĺžka realizácie projektu (v mesiacoch)	5	
Predpokladaný časový harmonogram navrhovaných aktivít		
Názov aktivity:	Začiatok realizácie	Ukončenie realizácie:
Aktivita 1	06/2019	09/2019
Aktivita 2	09/2019	10/2019
Aktivita 3	09/2019	10/2019
Aktivita 4	10/2019	10/2019
Aktivita 5	10/2019	10/2019
Aktivita 6	09/2019	10/2019
Aktivita 7	09/2019	10/2019

5. Rozpočet projektu		
Nárokované výdavky⁷		
Názov výdavku	Nárokovaná výška výdavku	Podiel výdavku z celkových nárokovaných výdavkov (%)
Lavička rovná, široká na tlaky	412€	18,7 %
Multifunkčná hrazda	189€	8,6 %
Posilňovacia lavica	507€	23 %
Spinning Klegan	288€	13,1 %
Nakladacia činka jednoručná 2ks	64€	2,9 %
Podlahová krytina	280€	12,7 %
Maliarska farba, valček, štetce	85€	3,9 %
Ketlebel 6,8kg	65€	3 %
Vak na posilňovanie 10kg, 15kg	90€	4,1 %
Boxovacie vrece 30kg	82€	3,7 %
Boxovacia hruška	65€	3 %
Joga valec, gymn. Lopty, bosu	73€	3,3 %
spolu	2200€	100%
Nenárokované výdavky⁸		
Názov výdavku	Nenárokovaná výška výdavku	Podiel výdavku z celkových nenárokovaných výdavkov (%)
Spolu		
6. Zdroje financovania		
Celkové výdavky projektu [Eur]		2200€
Celkové nárokované výdavky [Eur]		2200€
Celkové nenárokované výdavky [Eur]		0€
z toho - vlastné zdroje		0€
- sponzorské a i.		0€
Intenzita pomoci [%]		100%

⁷ Výdavky, na ktoré je grant požadovaný.

⁸ Výdavky, na ktoré nie je možné poskytnúť grant v zmysle VZN č. 13/2018, prípadne výdavky presahujúce maximálnu výšku grantu, ktoré tvoria integrálnu súčasť projektu

C. Zoznam príloh

Poradové číslo	Názov prílohy	Originál / kópia ⁹
1.	Súhlas na podporu projektu	O
2.		
3.		
4.		

⁹ Navrhovateľ uvedie O – v prípade, že prikladá originál dokladu, resp. jeho úradne overenú kópiu, K – v prípade, že prikladá fotokópiu dokladu

E. Čestné vyhlásenie navrhovateľa

Ja, dolupodpísaný navrhovateľ (štatutárny zástupca navrhovateľa) čestne vyhlasujem, že:

- všetky informácie obsiahnuté v žiadosti sú úplné, pravdivé a správne;
- sú mi známe všetky podmienky poskytovania finančných prostriedkov podľa VZN TSK č. 13/2018;
- na nárokovanie výdavky uvedené v projekte nežiadam o inú pomoc a ani som na tieto výdavky v minulosti nezískal nenávratnú finančnú pomoc;
- spĺňam podmienky oprávnenosti navrhovateľa podľa VZN TSK č. 13/2018;
- som si vedomý skutočnosti, že na grant nie je právny nárok;
- som si vedomý svojej právnej a / alebo trestnej zodpovednosti a povinnosti vrátiť pridelené finančné prostriedky pri uvedení nesprávnych / zavádzajúcich údajov, alebo pri nedodržaní podmienok financovania;
- právnická osoba alebo fyzická osoba - podnikateľ, ktorú/ -ého zastupujem nemá ku dňu podania návrhu projektu daňové nedoplatky, nedoplatky voči daňovému úradu, nedoplatky poisťného na zdravotné poistenie, sociálne poistenia a príspevkov na starobné dôchodkové sporenie, nie je voči nemu vedené exekučné konanie;
- právnická osoba alebo fyzická osoba - podnikateľ, ktorú/ -ého zastupujem nemá ku dňu podania návrhu projektu žiadne nesplnené záväzky voči štátu, TSK, iným vyšším územným celkom, obciam, mestám a mestským častiam;
- voči právnickej osobe alebo fyzickej osobe - podnikateľovi, ktorú/ -ého zastupujem nie je ku dňu podania návrhu projektu začaté konkurzné konanie, likvidácia, nebol voči nemu podaný návrh na vyhlásenie konkurzu, ani nebol zamietnutý návrh pre nedostatok majetku;
- voči právnickej osobe alebo fyzickej osobe - podnikateľovi, ktorú / -ého zastupujem, nie je vedený výkon rozhodnutia;
- právnická osoba alebo fyzická osoba - podnikateľ, ktorú/ -ého zastupujem nie je v rušení, resp. neoznámil príslušnému registru zánik organizácie;
- právnická osoba, alebo fyzická osoba - podnikateľ, ktorú / -ého zastupujem neporušuje zákaz nelegálnej práce a nelegálneho zamestnávania podľa osobitného predpisu;
- v prípade úspešného projektu sa zaväzujem prezentovať TSK (plagáty, fotografie, médiá, propagačné materiály, bulletiny a pod.) s vhodne použitým textom „projekt bol zrealizovaný vďaka Participatívne-komunitnému rozpočtu TSK“ a erb TSK použiť len na reklamných plochách na to určených.

Zaväzujem sa bezodkladne písomne informovať poskytovateľa o všetkých zmenách, ktoré sa týkajú uvedených údajov a skutočností.

Súhlasím so spracovaním všetkých osobných údajov uvedených v žiadosti a jej prílohách v súlade so zák. č. 18/2018 Z. z. o ochrane osobných údajov a o zmene a doplnení niektorých zákonov v platnom znení, počas registrácie, kontroly, hodnotenia, kontraktácie, realizácie a monitorovania projektu.

Súhlasím s tým, že údaje uvedené v projekte môžu byť použité na štatistické účely a na účely monitorovania, reportovania a evalvácie.

Titul, meno a priezvisko
štatutárneho(-nych) zástupcu(-ov):

Podpis štatutárneho(-nych) zástupcu

Miesto podpisu

Dátum podpisu

TRENČIANSKY SAMOSPRÁVNY KRAJ

K dolnej stanici 7282/20A, 911 01 Trenčín

D. Podrobný rozpočet

Rozpočet projektu

Názov výdavku	Podrobný popis výdavku	Výška výdavku [Eur]	Z toho nárokovaná výška	Aktivita projektu	% podiel z celkových výdavkov	Druh výdavku ¹⁰
Maliarska farba, valček, štetec	Náradie na prípravu priestorov fitness centra	85€	85€	1	3,9 %	B
Lavička rovná	Posilňovacia lavica	412€	412€	2,3,5,6	18,7 %	B
Hrazda	Hrazda na cvičenie	189€	189€	2,3,5,6	8,6 %	B
Lavica	Multifunkčná lavička na posilňovanie	507€	507€	2,3,5,6	23 %	B
Spinning Klegan	Stacionárny bicykel	288€	288€	2,3,5,6	13,1 %	B
Nakladacia činka jednoručná 2 ks	Jednoručné nakladacie činky 15kg	64€	64€	2,3,5,6	2,9 %	B
Podlahová kritina	Koberec určený na zatažené plochy rozmerov 4 krát 5m, určený do dvoch miestností	280€	280€	1	12,7 %	B
Ketleber 6,8kg	Jednoručné závažia vo váhe 6kg a 8kg	65€	65€	2,3,5	3 %	B
Vak na posilňovanie 10kg, 15kg	Vak využívajúci sa na posilňovanie celého tela vo váhe 10kg a 15kg	90€	90€	2,3,5	4,1 %	B
Boxovacie vrece 30kg	Boxovací vak vo váhe 30 kg, závesný na stenu, aj s rukavicami	82€	82€	2,3,5	3,7 %	B
Boxovacia hruška	Boxovacia hruška závesná	65€	65€	2,3,5	3 %	B
Joga valec, gymn. lopty ,bosu	Joga valec, bosu a fitlopty v počte 2ks	73€	73€	2,3,5,7	3,3 %	B
Spolu		2200€	2200€			

¹⁰ Uvedie sa B – pre bežné výdavky, K – pre kapitálové výdavky