

Søknadsnummer:  
2014/FBM9262  
Ordning:  
Forebygging (2014)  
Søknadstype:  
Forebygging MIGRERT

Tolga / Hamran 8.2.2015

## Forord:

Dette prosjektet føyer seg inn i rekken av svært vellykkede og effektive prosjekt utført i Hamran siste året, og bidrar til helheten i det store dugnadsløftet på Tolga.

Tolga Idrettslag, Tolga kommune og tippemidler fra Norsk tipping har realisert prosjekter verdt ca. 22 mill. kroner i perioden høst 2013 til utgangen av 2014.

Under planleggingen av hoppbakker, skicrossløyper, konsertarena, skiheis, lysmaster og varmestue oppdaget vi at vi manglet bredde i tilbudet til økt fysisk aktivitet.

Ideen om å bygge en gangvei med så universell utforming som mulig ble født.

Når vi nå gleder oss over det ferdige resultatet ser vi at Extra traseén eller populært kalt Ex-traseén utfyller friluftsområdet Hamran med en dimensjon vi ikke ville vært foruten.

Extra-stiftelsen, Norges Idrettsforbund v/Ann Katrin Eriksson, medlemmer med stor dugnadsvilje i Tolga IL (12000 timer dugnad utført siste 18 mnd), søknadsskriver Christina Hilmarsen, samt entreprenør Brødr. Harsjøen som utførte mye arbeid utover tilbudet, fortjener en stor takk for at Ex-traseén er ferdig



**Bilde 1: Starten på Ex-traseén**



**Bilde 2: Første del av Ex-traséen. Ledegjerdet viser hvor den går.**



**Bilde 3: Ex-traséen omkranser området med ledegjerde**

## Sammendrag av prosjektbeskrivelsen

- Bakgrunn for prosjektet  
Tolga idrettslag har inngått samarbeid med kommunen om "Det store dugnadsløftet" som innebærer oppgradering av skiløypetraseer, utbygging av treningsrom, kunstgress i skolens ballbinge, utbygging av helårs hoppanlegg (K10, K20, K40 og K60) med tilhørende lys og heis, varmestue i hoppanlegget, og et aktivitetsområde tilknyttet hoppanlegget. Hele anlegget er tilrettelagt for helårs bruk.
- Målsetting  
Aktivitetsområdet skal være et møtested for hele Tolga kommune som innbyr til fysisk aktivitet og sosialt samvær sommer og vinter.  
En tilrettelagt gangvei for funksjonshemmede og andre grupper som ikke i utgangspunktet er fysisk aktive er nå bygd, og vil øke bruken av området sommerstid.
- Målgruppe  
Målgruppen for prosjektet er primært barn og unge i Tolga kommune som skal fristes til å bruke anlegget til fysisk aktivitet og lek.
- Beskrivelse av gjennomføring  
Tolga IL har stått som prosjektleder og utbygger av gangvei i aktivitetsområdet – heretter benevnt som Ex-traséen
- Prosjektets betydning  
Ex-traséen har gitt området kvaliteter som har gitt økt fysisk aktivitet for flere.
- Framdriftsplan  
Utbygging startet sommeren 2014 og ble avsluttet i november 2014.

### Innholdsfortegnelse:

- |  |        |
|--|--------|
| • Bakgrunn                                 | side 3 |
| • Målsetting                               | side 4 |
| • Gjennomføring                            | side 6 |
| • Prosjektets betydning, resultatvurdering | side 7 |
| • Oppsummering og videre planer            | side 8 |

# 1 Bakgrunn

Tolga idrettslag har inngått samarbeid med kommunen om "Det store dugnadsløftet" som innebærer oppgradering av skiløypetraseer, utbygging av treningsrom, kunstgress i skolens ballbinge, utbygging av helårs hoppanlegg (K10, K20, K40 og K60) med tilhørende lys og heis, varmestue i hoppanlegget, og et aktivitetsområde, tilknyttet hoppanlegget, som også tilrettelegges for helårs bruk. Hovedprosjektet er hoppanlegget, men for at anlegget skulle bli det møttestedet og den arenaen for fysisk aktivitet som idrettslaget ønsker, søkte vi Extra Stiftelsen om del finansiering av tilrettelegging av deler av aktivitetsområdet.

Tolga kommune står som utbygger av hoppanlegget, og det er leid inn entreprenør som gjør grunnarbeidet og opparbeidelse av Ex-traséen. Det aller meste av øvrig arbeid er gjort på dugnad av idrettslagets medlemmer. Både hoppanlegg og aktivitetsområde ligger i gangavstand fra sentrum, og planen har vært at området skal bli opparbeidet til et godt møttested og aktivitetssted både sommer og vinter.

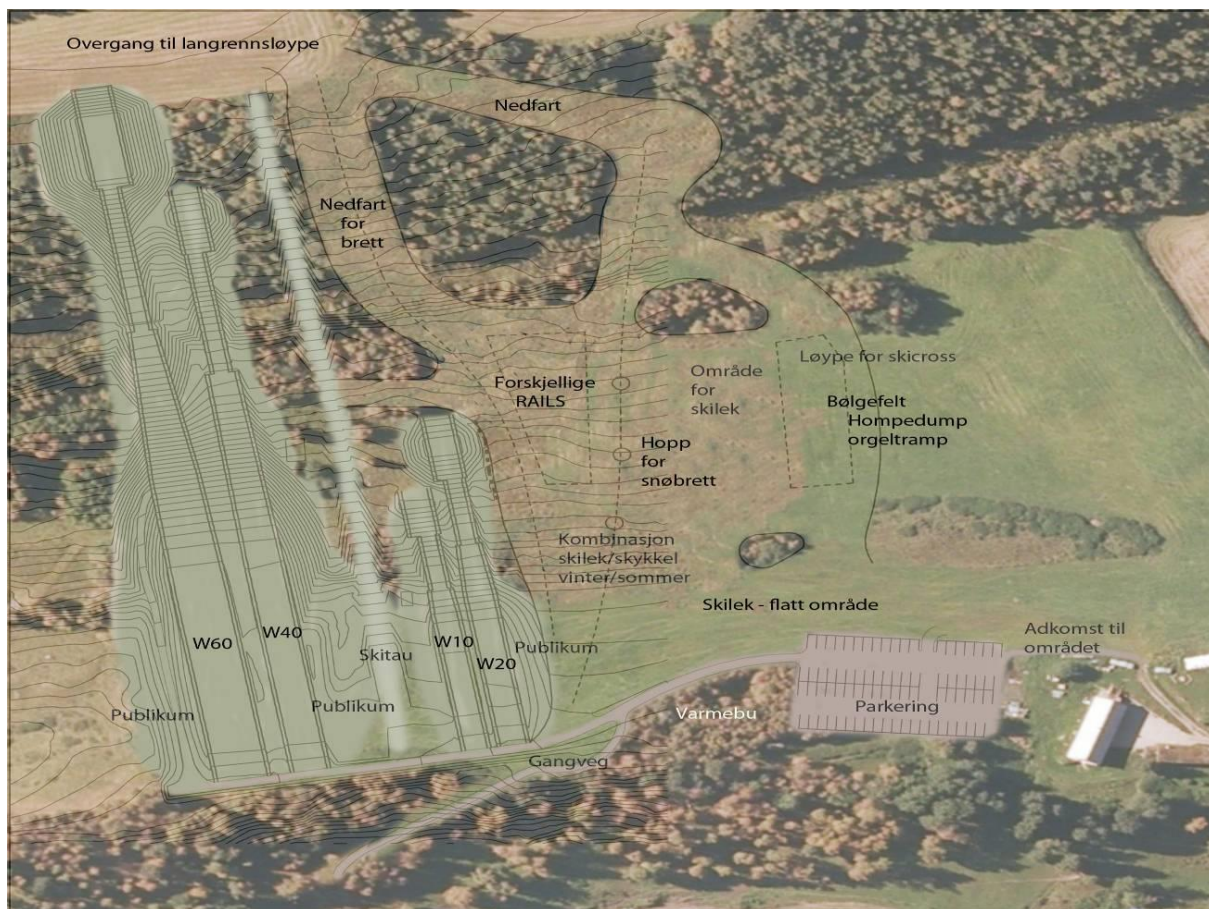
Aktivitetsområdet er idrettslagets prosjekt, og målet er at det skal være fristende og tilrettelagt for fysisk aktivitet både sommer og vinter. Området har både en hellende del og en flatere del, og innbyr til aking og lek på ski på alle ferdighetsnivå vinters tid. Sommerstid er det anlagt sykkelløype, orienteringskart og Ex-traséen. Fra toppen av området er det flere stier og løyper som kan benyttes sommer og vinter. Hensikten med aktivitetsområdet er at det skal være fristende for hele familier å ta turen til området.

Tolga har en andel begynnende overvektige barn og unge, og det beste middelet for å forebygge sykkelighet i alle aldersgrupper er fysisk aktivitet. Idrettslaget har innhentet synspunkter om skileikområdet fra barnehage, skole og en gruppe ungdommer som ikke deltar i annen organisert idrett. Dermed har man planlagt området slik at det skal "treffe" både de som allerede er aktive og de som idrettslaget spesielt ønsker å rekruttere til fysisk aktivitet. Tolga har en del arbeidsinnvandrere og en stor gruppe ikke-vestlige innvandrere. Det er utfordrende å få ikke-norsk etniske innbyggere med på tradisjonell fysisk aktivitet som lysløyperenn, hopp eller orientering. Bygdekvinnelaget har imidlertid hatt stort og flerkulturelt oppmøte på sin årlige akedag i tilknytning til kvinnedagen. Tilrettelegging for aking og uformell lek har derfor store muligheter til å tiltrekke seg en større del av befolkningen enn et rent hopp og ski-anlegg. Det var et uttalt mål for prosjektet at området skal være tilgjengelig og brukbart for alle innbyggere i Tolga kommune. Per i dag er det ikke bosatt noen barn i Tolga kommune med store fysiske funksjonshinder. Anlegget ble likevel opparbeidet slik at det er tilgjengelig med rullestol, også fordi en del av våre eldre kjører elektriske rullestoler på sommertid.

## 2 Mål, forventet resultat

### 2.1 Overordnet mål

Aktivitetsområdet skal være et møttested for hele Tolga kommune som innbyr til fysisk aktivitet og sosialt samvær sommer som vinter.



**Bilde 4: Skisse av hele området. Ex-traséen omkranser området med ledegjerde.**

## 2.2 Hovedmål

Etablere nedfarter for ski, brett og sykkel, område for brett, aking, orienteringskart og trasé for sommerbruk slik at området blir attraktivt og brukt av alle hele året.

## 2.3 Delmål – Ex-traséen

Ex-traséen er tilrettelagt for funksjonshemmede og andre grupper som ikke i utgangspunktet er fysisk aktive. Etter å ha besteget ca 50 høydemeter får man storslått utsikt over Tolga.



**Bilde 5: Utsikt fra øverste del av Ex-traséen.**

### **3 Målgruppe**

Målgruppen for prosjektet har vært primært barn og unge i Tolga kommune som skal fristes til å bruke anlegget til fysisk aktivitet og lek.

### **4 Beskrivelse av gjennomføring**

Bygging av gangvei er samordnet med den øvrige utbyggingen i området.

#### **Organisering**

Det er Tolga Kommune som har vært utbygger av hoppbakker, lys, heis og nedfarter for ski, samt ake og lekeområde for vinterbruk.

Tolga Idrettslag (Tolga IL) er representert i styringsgruppen for kommunens prosjekter.

Tolga IL står som prosjektleder og utbygger av Ex-traséen i området.

Det er arbeidsutvalget (AU) i Tolga IL som har fungert som styringsgruppe i det prosjektet.

#### **Rapportering**

Prosjektleder har rapportert til styringsgruppe AU i Tolga IL som har sørget for kommunikasjon i henhold til eventuelt tildelingsbrev.

## 5 Prosjektets betydning

Prosjektet er en del av "Det store dugnadsløftet" der idrettslaget har tatt initiativ ovenfor kommunen til å oppgradere eksisterende anlegg, og utvikle Hamran med hopp og aktivitetsområde for helårs bruk. Idrettslagets engasjement vil sikre videre drift gjennom dugnad og utleieinntekter av varmetua som er bygd i området

Vedlikehold av skileikområdet vil være dugnadsaktivitet.

Skileikområdet ligger i gangavstand fra sentrum, og fra anlegget har man utsyn over store deler av bygda. Anlegget ligger derfor så sentralt at det vil være et naturlig møtested for barn, unge og familier til uformell lek og fysisk aktivitet både sommer og vinter.

### Videreføring

Området som nå utvikles har også tidligere vært mye brukt av barnehage og skole. I varmetua er det nå bli tilgang til toalett. Dette har tidligere manglet. Varmetua vil være utgangspunktet eller målet for svært mye av aktiviteten i område fremover.

## 6 Oppsummering

Vårt kostnadsoverslag stemte veldig bra. Det ble en liten overskridelse, men sluttresultatet ble bedre enn først planlagt.

Anlegget har vært i jevnlig bruk siden årsskiftet 14/15. Aktiviteten så langt har overgått alle forventninger.

Barnehagen har lagt en ukentlig utedag til området, og Tolga skole har besluttet å bruke Hamran til fremtidige alpinturer. Tidligere har Tolga skole brukt buss for å reise til nærmeste ski-, alpinanlegg.

Ex-Traséen er valgt ut som første trugeløype av Nord-Østerdal Trugelag.

Bursdager er allerede blitt arrangert, og det mest gledelige – barn som tidligere ikke har vært aktive på ski er nå å finne jevnlig i anlegget.



**Bilde 6: Utsikt mot toppen av Ex-traséen**

#### **Videre planer:**

- 1. Bygge opp en garasje for oppbevaring av utstyr til utlån**
- 2. Anskaffe mer utstyr til utlån (ski, hjelmer, sykler osv)**
- 3. Bygge aktivitetsområde for sommerbruk.**
- 4. Bygge stier og lavvoer**