

# Спортивные объекты ЗУОК «Солнечный» - филиал РАНХиГС

Московская область, гп Поварово, дп Поварово, ул. 8 Марта, участок №22.  
www.zuok.ranepa.ru, info@zuok.ranepa.ru

## 1. Универсальный спортивный комплекс

### 1.1. Игровой зал



Размеры 42\*24, высота потолка до балки 8,1 м, до крыши – 14 м, пол – профессиональный паркет, трибуны на 210 мест, балкон, электронное табло, музыкальное сопровождение. Две раздевалки с душевыми, комната для хранения спортивного инвентаря. Оснащение: баскетбольные щиты, волейбольные, теннисные стойки, ворота для мини-футбола.

Цокольное помещение:

### 1.2. Тренировочный зал №1



Размеры: длина - 30 м, ширина - 9,5 м, высота потолка - 4,7 м. Покрытие пола - бетон, резина. Возможно проведение тренировок по:  
- настольному теннису (устанавливается 6 столов),  
- танцевальным видам спорта,  
- единоборствам,  
- фехтованию и т.п.

### 1.3. Тренировочный зал №2



Размеры: длина - 23,6 м, ширина - 7,5 м, высота потолка - 4,7 м. Установлены зеркала на стене. Покрытие пола - бетон, резина. Возможно проведение тренировок по:  
- танцевальным видам спорта,  
- единоборствам,  
- фехтованию и т.п.

## 1.4. Тренажерный зал



Размеры: длина - 13 м, ширина - 5,4 м, высота потолка - 4,7 м.  
Покрытие пола - бетон, резина.  
Оснащен профессиональными тренажерами для всех групп мышц.

Второй этаж:

## 1.5. Тренировочный зал №3



Размеры: длина - 17 м, ширина - 7,5 м, высота потолка - 2,7 м.  
Покрытие пола - гимнастический ковер.  
По периметру - зеркала, станок.  
Две раздевалки с душевыми, инвентарная.  
Предназначен для проведения тренировок по «сухому» плаванию, гимнастике, фитнесу, танцам, йоге, ритмике и т.п.

## 2. Бассейн

### 2.1. Большая чаша



4 дорожки: длина дорожки - 25 м, ширина дорожки - 2 м.  
Глубина бассейна от 1,6 м до 1,9 м.  
Температура воды - 26-28 градусов.

### 2.2. Малая чаша



Размер - 10м\*6м, глубина от 0,6 м до 0,9 м.  
Температура воды - 31-33 градусов.

### 2.3. Фитнес-зал



Размеры: длина – 8,3 м, ширина - 5,8 м, высота потолка – 2,15 м.  
Покрытие пола: ламинат.  
По двум стенам находятся зеркала, по одной стене – станок.  
Большие окна.

### 2.4. Тренажерный зал



Размеры: длина – 15 м, ширина - 5,7 м, высота потолка – 2,15 м.  
Покрытие пола: ковровое покрытие.  
Установлены тренажеры: велотренажеры, беговая дорожка, комплекс.

### 2.5. Сауна с купелью и комнатой отдыха



### 2.6. Инфракрасная сауна

### 3.1. Футбольное поле



## 3. Открытые спортивные площадки

Размер – 90\*40 м, покрытие – естественная трава,  
возможно разделение на две площадки.

### 3.2. Хоккейная коробка



Пластиковые борта, освещена.  
Размеры: длина – 40 м, ширина – 20 м.  
В зимний период – заливается лед.  
В летний период: покрытие – песок, возможно установка волейбольных стоек, ворот для мини-футбола.

### 3.3. Площадка для мини-футбола



Размеры: длина – 33 м, ширина – 24 м.  
Ограждение – сетка, пол – искусственная трава.

### 3.4. Площадка для флор-бола



Размеры: длина – 30 м, ширина – 20 м.  
Ограждение – сетка, пол – искусственная трава.

### 3.5. Волейбольная площадка



Размеры: длина – 18 м, ширина – 9 м.  
Ограждение – сетка, пол – искусственная трава.

### 3.6. Баскетбольная площадка (возможна трансформация в теннисный корт)



Размеры: длина - 28 м, ширина - 15 м.  
Ограждение - сетка, пол - искусственная трава.

### 3.7. Теннисный корт



Размеры: длина - 23,77 м, ширина - 10,97 м.  
Ограждение - сетка, пол - искусственная трава.

### 3.8. Спортивный городок



Установлены рукоходы, турники, бревно гимнастическое, уличные тренажеры, сделана прыжковая яма с беговой дорожкой.

### 3.9. Окружная дорога



Длина окружной дороги - 1 км, ширина - 3 м.  
Покрытие асфальт.