

# Exercise Fitness Trails

Transforming Setterquist Park into a Exercise Trail Park, will consist of 10-12 fitness stations everyone can use at their leisure while enjoying a day out in the park. Each station will have its own instructions including types of exercises.

Implementer:	GVRD
Cost:	\$ 50,000
Location:	Setterquist Park



### Who Benefits

Bringing together families, friends, and neighbors is important to the health and growth of our city. Creating the type of environment that everyone can enjoy and share together.

### Detailed Project Description

The objective of this project is to create an exercise fitness trail in an existing Vallejo City park that is managed by GVRD. Our targeted area will transform a location within North Vallejo parks – specifically Setterquist Park. The concept will consist of 10-12 fitness stations that our community can use at their leisure while enjoying a day out in the park. In addition, each station will have its own instructions with information on the equipment and samples of types of exercises that can be performed. Three stations are wheelchair accessible. This proposal addresses the need to provide an exercise trail in a public area that is accessible to everyone and most importantly, usage is free!

# Senderos Con Estaciones de Ejercicio

Se proyecta instalar de diez a doce estaciones de ejercicio en los senderos del parque para que todos puedan hacer ejercicio físico durante sus paseos al parque. Cada estación tendrá instrucciones sobre su uso correcto.

Colaborador:	GVRD
Costo:	\$ 50,000
Ubicación:	Setterquist Park



### Beneficiarios:

Las reuniones de familias, amigos y vecinos en los parques son importantes para la vitalidad y el crecimiento de nuestra ciudad. Queremos crear un entorno que todos puedan disfrutar y compartir.

### Descripcion Detallada del Proyecto:

El objetivo de este proyecto es de crear un sendero con estaciones de ejercicio en un parque de Vallejo manejado por GVRD. El parque que se ha identificado está en la parte norte de la ciudad: Setterquist Park. El concepto es de proveer puestos de entrenamiento que pueden usar los miembros de la comunidad para su ejercicio físico mientras pasean por el parque. Cada puesto tendrá instrucciones e indicaciones de los posibles ejercicios que se pueden hacer con el equipo. Tres de los puestos son accesibles a las sillas de ruedas. Esta propuesta provee un sendero con estaciones de ejercicio en un parque público, accesible a todos y, aun mas importante, gratuito!