



Šířit radost z pohybu je naše poslání

- Editorial
- Hřiště, která spojují
- Kalistenika na školních hřištích
- Pole Dance kombinuje sílu, flexibilitu, gracióznost a umění dohromady
- Moderní workoutové hřiště jako živé centrum obce
- Ten pocit, když stojíte na ulici s vybitým telefonem
- Jak připravit povrch před stavbou hřiště?
- Stavíme posilovny, pořádáme exhibice
- Cesty k úspěchu COLMEX mapovala DVTV
- Děti jsou budoucím pilířem každé společnosti
- Hřiště, které splývá s přírodou: Akátový ráj v Rezidenci Radimova
- Spojujeme environmentalistiku, zdraví a estetiku: Street workout z akátu
- Často kladené otázky: Dopadové plochy a výšky hrazd na street workoutových hřištích
- Inspirace z českých obcí
- Bezpečnost na prvním místě s COLMEX

COLMEXX

S čistou myslí v souladu s přírodou pro nejlepší výkony

Venkovní Fitness stroje pro trénink kdykoliv a kdekoliv
Cena od 29 990 Kč*

Více informací najdete na www.colmex.cz
Pro objednávky a informace nás kontaktujte na info@colmex.cz nebo na infolince +420 773 666 066
*Ceny včetně 21 % DPH, bez dopravy a montáže



Vážený čtenáři,

je mi ctí přivítat vás u nového vydání našeho firemního magazínu **COLMEX**. Letos slavíme **15 let na trhu** – patnáct let, během nichž jsme doslova **rozhybali veřejný prostor** v Česku i za jeho hranicemi. Jen v roce 2024 vzniklo **180 nových hřišť a sportovišť**, která přinesla radost, zdraví a pohyb téměř **milionu lidí v 90 městech a obcích**. Každé z nich je důkazem, že když se lidé hýbou, **žije celé město**.

Naše cesta začala jednoduchou, ale silnou vizí: **tvořit místa, kde se lidé všech generací mohou hýbat, setkávat a cítit se dobře**. Dnes jsme hrdí na **tisíce realizovaných projektů**, které přispívají k aktivnějšímu a zdravějšímu životnímu stylu. Každé nové hřiště, každý workoutový prvek či lavička jsou pro nás **krokem proti pasivitě**, která patří k největším civilizačním výzvám současnosti. Proto klademe důraz na **pohyb od nejútlejšího věku**.

Naše **dětské workoutové zóny** podporují přirozený pohyb dětí už od tří let – učí je radosti z pohybu, ne soutěživosti. Pomáhají budovat generaci, pro kterou je aktivita samozřejmostí a zdraví hodnotou, ne módním trendem.

Zároveň věříme, že hřiště není jen o sportu. Je to **místo, kde vzniká komunita**. Proto s obcemi, školami a trenéry pořádáme **exhibice, workshopy i pravidelné lekce**, které spojují lidi a dávají veřejnému prostoru nový smysl – stát se místem setkávání, inspirace a sdílené energie.

Zůstáváme věrní hodnotám, na nichž jsme vyrostli – **radost z pohybu, česká výroba, respekt k životnímu prostředí a nekompromisní důraz na kvalitu, bezpečnost a estetiku**.

Právě tyto principy stály i za naší dosud největší iniciativou: **revizemi hřišť zdarma**, které jsme v roce 2025 uspořádali po celé republice. Navštívili jsme stovky míst a provedli **328 revizí**, čímž jsme pomohli **141 zákazníkům** zajistit

bezpečnost návštěvníků bez jediného poplatku. Opravili jsme drobné závady, doplnili chybějící prvky a prodloužili životnost zařízení. Protože pro nás není důležité jen stavět – ale **pečovat**.

A díváme se i dopředu. V přípravě je **největší showroom venkovního cvičení v České republice** – prostor, kde si budete moci vše vyzkoušet, inspirovat se a zažít na vlastní kůži, jak může venkovní pohyb spojovat lidi i generace.

Náš cíl se za 15 let nezměnil. Chceme tvořit **zdravější a aktivnější zítřky**, pomáhat budovat soudržnější komunity a posouvat hranice toho, jak lidé vnímají veřejný prostor. Ne jako betonovou zónu, ale jako **živý organismus plný energie, radosti a pohybu**.

Děkujeme všem partnerům, obcím, školám i jednotlivcům, kteří sdílejí naši vizi. Těšíme se na další roky, kdy společně **měníme svět kolem nás – hřiště po hřišti, pohyb po pohybu**.

Vladimír Havlík
Jednatel společnosti
vladimir.havlik@colmex.cz

Colmex s.r.o., Kubelkova 1224/42, 130 00 Praha 3
Kancelář a sklady: Hlavní 1199, 251 68 Hlubočinka
Zákaznický servis: +420 773 666 066
info@colmex.cz



COLMEXX

Hřiště, která spojují.



S námi nezůstanou sportoviště prázdnými projekty. Nestačí postavit hřiště, instalovat lavičku a plot. Lidé se chtějí hýbat, potkávat a cítit, že prostor kolem nich má smysl. Právě v tom obcím a městům pomáháme. Více než 15 let přetváříme veřejný prostor v **místa pohybu, setkávání a radosti**.

Od nápadu až po první krok na hřišti



Každý projekt začíná vizí. Někdy má město jasnou představu, jindy jen prostor, který čeká na nový příběh. Můžete si být jisti, že vás provedeme celým procesem a pomůžeme už v rané fázi projektu — s plánováním, návrhem i vizualizací.

Typickým příkladem postupného přenosu vize do reality je **akátové hřiště u základní školy v Praze – Dolních Měcholupech**, kde vznikl návrh přesně na míru prostoru i potřebám školy. Výsledkem je přírodní, harmonické místo, které spojuje děti, rodiče i pedagogy.

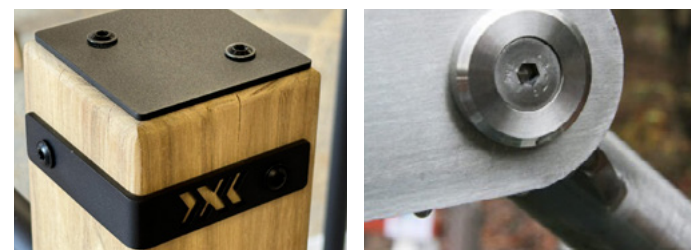


Česká výroba s charakterem

Na rozdíl od mnoha dodavatelů vyrábíme své konstrukce **vlastními silami v České republice**. Díky tomu může každý projekt přizpůsobit nejen rozměrem a barvou, ale i materiálem a funkcí.

Od **nerezových workoutových zón**, jako je ta v **Únanově**, přes **přírodní akátové realizace ve Veltrusech**, až po **dětské hřiště v Nebřehovicích** – každý prvek nese pečeť poctivého českého řemesla. Více ukázek najdete v naší mapě realizací.

Vše samozřejmě odpovídá evropským normám **EN 1176** a **EN 16630**. Aby zůstala hřiště dlouhodobě bezpečná a v perfektní kondici, nabízíme navíc každoročně mimo hlavní sezónu i **bezplatný servisní program**.



Naši filozofii – **aktivně podporovat využívání hřišť** – tak posouváme dál. Stejně jako veřejné exhibice v městech a obcích mají smysl, vidíme velký potenciál i v tom, když učitelé získají jistotu v práci se sestavou a mohou vést studenty ke zdravému pohybu.

Proto chceme tento koncept **nabídnout i dalším školám**. Workoutové hřiště tak není jen moderní doplněk areálu, ale skutečný nástroj pro vzdělávání a zdravý životní styl.

Více než stavba – vznik komunitního života

Hýbeme veřejným prostorem a naší filozofií je aktivní podpora využívání hřišť a zdravého životního stylu populace. Proto jsou pro nás projekty nejen stavbou, ale i dalším místem, které přináší radost a zdraví. Když byla

Komunita, která žije.



například letos v létě dokončena **venkovní posilovna v Novém Boru**, náš tým trenérů při otevření uspořádal **workoutovou exhibici, a pomohl tak venkovní posilovně ožít**. Exhibice odstartovala pravidelné tréninky, které dnes na místě probíhají a přitahují desítky nadšenců všech generací. Podobné akce se opakují po celé zemi – **Colmex tak propojuje sport, zábavu a komunitní energii**. Hřiště se díky tomu nestávají jen stavbou, ale skutečným **místem setkávání a zdravého života**.



Pro nejmenší i nejzkušenější

Myslíme i na budoucí generace. **Dětská hřiště a dětské workoutové sestavy** jsou navrženy tak, aby rozvíjely **koordinaci, sílu a pohybovou jistotu** už u dětí od tří let. Například **dětský workout v mateřské škole v Novém Boru** kombinuje bezpečnost, barevnost a herní výzvu – děti se tak učí hýbat přirozeně a s radostí.

Výsledky, které mluví samy za sebe

Za 15 let své činnosti má Colmex na kontě už **3 300 realizací ve 41 zemích světa**. Jen za poslední rok 2024 přibýlo v České republice **180 nových projektů**, které přinesly **radost a zdraví přibližně 960 400 lidem v 90**

městech a obcích. To už je pořádná dávka sportu a zábavy – a také důkaz, že když se lidé hýbou, **žije celé město**.

Colmex – partner, na kterého se můžete spolehnout Od návrhu přes výrobu až po servis a komunitní akce – nabízíme obcím **kompletní řešení na klíč**. Jeden partner, jeden tým, jedna odpovědnost. A především – **jistotu, že veřejné místo bude žít i dlouho po dokončení stavby**.



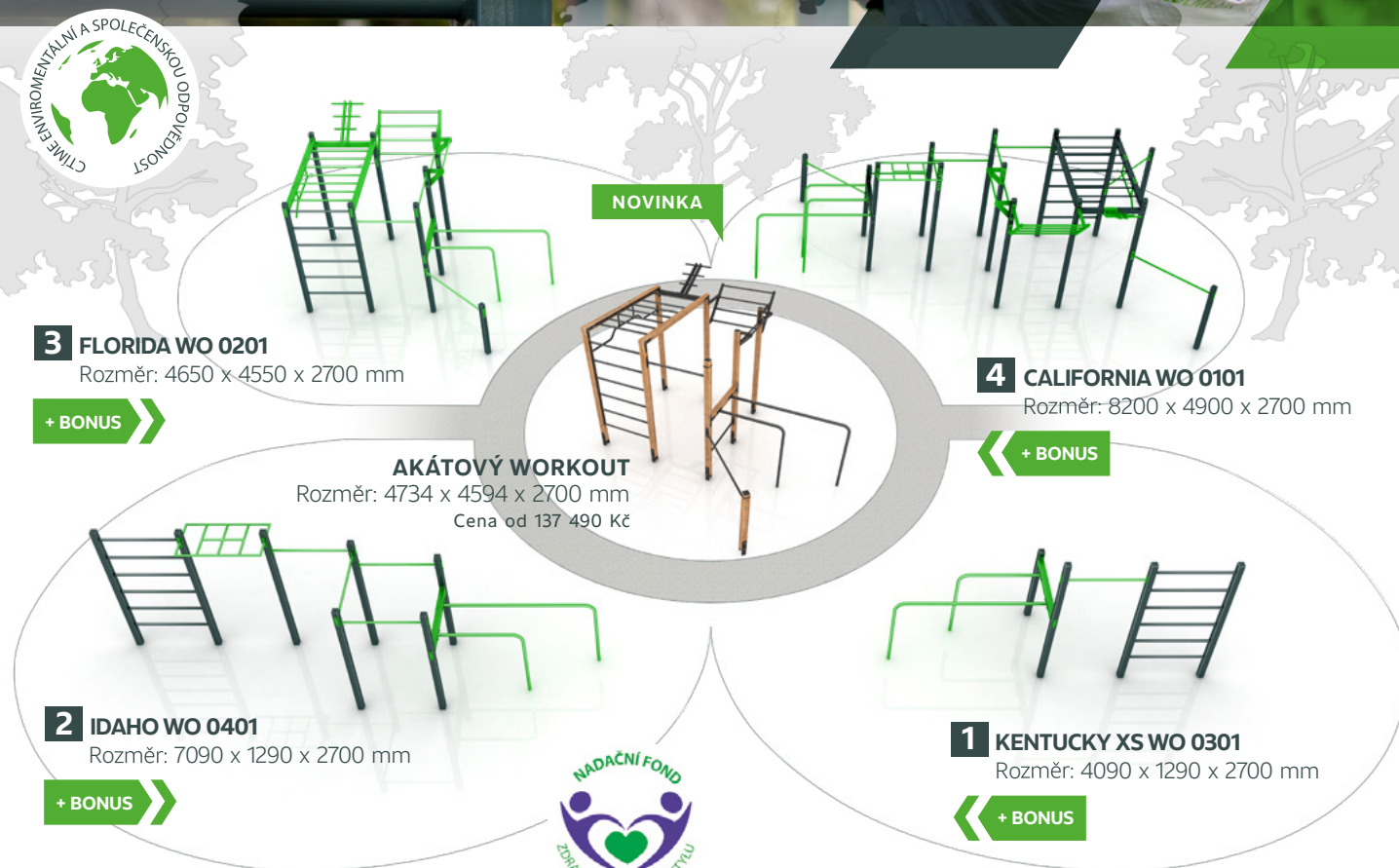
Patříte mezi další města, kde takový projekt může vytvořit něco výjimečného? Přidejte se k více než 3300 obcím a městům, které jsme již pomohli rozhybat.

Více ukázek najdete v naší mapě realizací.



#ZvedniSvůjKraj® STREET WORKOUTEM

společně ke zdraví napříč zájmy více než pohyb spojujeme již 15 let



Nová sportoviště přinesla v roce 2024 radost a zdraví 960 400 lidem v 90 obcích.

Ještě nejste mezi nimi? Přidejte se v roce 2025 do pohybu s námi.
Navrhujeme vám zdravé město plné energie.

Proč Street Workout?

- Prevence obezity a podpora zdravého stárnutí, pravidelné pohybové návyky bojují proti civilizačním chorobám
- Redukce stresu a snížení rizika depresí, uvolněné endorfiny a koncentrace na pohyb dělají divy
- Vzájemná inspirace a motivace napříč generacemi, sport spojuje a buduje vztahy

Jak začít?

Vypíšte formulář na www.colmex.cz/zadost-wo
nebo zavolejte na infolinku **773 666 066**.
Veškeré informace k dotační akci najdete na
www.colmex.cz/sluzby/podpora-workout.



V prvním
kvartálu roku
2025



Provozní řád
k hřišti zdarma



	POČET PRVKŮ V SESTAVĚ	PŮVODNÍ CENA	ÚSPORA	KONEČNÁ CENA
1	3 ks	83 011 Kč	43 021 Kč	39 990 Kč
2	7 ks	149 988 Kč	75 998 Kč	73 990 Kč
3	10 ks	189 887 Kč	89 897 Kč	99 990 Kč
4	17 ks	226 215 Kč	106 225 Kč	119 990 Kč

Konečná cena je včetně DPH a dopravy. Cena nezahrnuje instalaci.
Dotační akce NEZAHRAUJE AKÁTOVÝ WORKOUT.

Pořídte hřiště za loňské ceny! Do týdne bude hotové.

Kalistenika na školních hřištích Učitelé v Hradci Králové si vyzkoušeli první workshop

Veřejný prostor ožívá, když se do něj přidá pohyb. V Colmexu to dobře víme – proto naše práce nekončí jen u výroby a stavby workoutových sestav, ale pokračuje i v tom, jak se tato hřiště skutečně využívají.

V létě jsme na **na Biskupském gymnáziu v Hradci Králové** postavili dvě nové workoutové sestavy. A právě odtud přišla na konci srpna poptávka, která nás potěšila – sami učitelé tělocviku oslovili náš tým s přáním uspořádat **workshop zaměřený na kalisteniku**.



Workshop na míru

Přestože jsme doposud pořádali hlavně **exhibice pro města a obce**, nápad workshopu se nám zalíbil. Bylo nám blízko sejít se přímo s učiteli, kteří hřiště budou denně využívat, a připravit pro ně program na míru jejich nové sestavě.

Během přípravného týdne jsme tak učitelům ukázali, jak se street workout dá efektivně zapojit do hodin tělesné výchovy. Vyzkoušeli si základní cviky, správnou techniku i to, jak sestavy přizpůsobit různým úrovním studentů.

Studenti zde mohou využít rovnou dvě naše sestavy: menší Floridu a větší Nebrasku. Florida nabízí prostor pro základní trénink s váhou vlastního těla na žebřících, hrazdách, bradlech a vodorovném žebříku. Pro pokročilejší workoutisty nabízí šikmou a podvěšenou hrazdu, dále pak úchyt či madlo pro zavěšování kruhů či trx systému. Nebraska je obohacena o mnoho dalších workoutových prvků jako je šikmý žebřík „áčko“ pro ručkování v různých výškách, nebo tyč pro splh či Pole Dance.

Od exhibic ke školním hodinám

Naši filozofie – **aktivně podporovat využívání hřišť** – tak posouváme dál. Stejně jako veřejné exhibice v městech a obcích mají smysl, vidíme velký potenciál i v tom, když učitelé získají jistotu v práci se sestavou a mohou vést studenty ke zdravému pohybu. Proto chceme tento koncept **nabídnout i dalším školám**. Workoutové hřiště tak není jen moderní doplněk areálu, ale skutečný nástroj pro vzdělávání a zdravý životní styl.



Hýbeme veřejným prostorem

Workshop v Hradci Králové ukázal, že když se spojí iniciativa školy a naše zkušenost s kalistenikou, vzniká skvělá příležitost pro všechny. A právě o to nám jde – **hýbat veřejným prostorem správným směrem**.

Naše společnost nabízí nejen **kompletní realizaci workoutových hřišť na klíč**, ale také pomoc s organizací **slavnostních otevření**, včetně workoutových exhibic, workshopů a podpory při vytváření pravidelných tréninkových skupin. Přijedeme, předvedeme, vysvětlíme – a pomůžeme nastartovat místní komunitu k pohybu.

Přemýšlíte, jak oživit veřejný prostor a podpořit aktivní styl života ve vaší obci? Rádi vám pomůžeme navrhnout a postavit workoutové hřiště, které bude sloužit všem generacím – a kde to opravdu žije.

Spojení zdraví, komunitního ducha a radosti z pohybu se osvědčilo i v Hradci Králové. Patříte mezi další města, kde takový projekt může vytvořit něco výjimečného? Přidejte se k více než 3300 obcím a městům, které jsme již pomohli rozhybat.

Doporučené cviky pro street workout s hrazdou, bradly a workoutovou lavicí pro ženy a muže

Je důležité postupovat opatrně a dodržovat správnou techniku při provádění těchto cviků. Pokud jste začátečník, může být užitečné začít s jednoduššími variantami cviků, využít odporovou gumu a postupně se posouvat ke složitějším verzím cviku. Mějte na paměti, že posilování na hrazdě, bradlech a workoutové lavici vyžaduje sílu, stabilitu a koordinaci, takže je důležité stavět postupně a dávat tělu čas na regeneraci.



Cviky pro ženy

- **Výpady:** Cvik zaměřený na posílení nohou a hýždí. Alternativou může být bulharský dřep s využitím workoutové lavice či stepů – inspi- race v tomto tréninku.
- **Pull-ups (podhmat):** Účinný cvik pro posílení zádo- vých svalů a paží. Začněte s podporou odporové gumy a postupně se posouvejte k plným pull-upům.
- **Leg raises:** Cvik zaměřený na posílení břišních svalů. Zavěste se na hrazdu a zvedejte nohy směrem k hrudníku.
- **Dipy:** Skvělý cvik pro posílení tricepsů a svalů hrudníku. Používejte workoutovou lavici a sni- žujte se dolů až k paralelní pozici. Nebo využijte bradla, při pokrčení nohou snižujte tělo dolů.
- **Inverted row:** Cvik zaměřený na posílení zádo- vých svalů. Položte se pod hrazdu, uchopte ji nadhmatem a táhněte se směrem k hrudníku.

Cviky pro muže

- **Muscle-up:** Náročný cvik, který kombinuje pull-up a dip. Začněte s podporou a postupně se posouvejte ke kompletnímu muscle-upu.
- **Handstand push-ups:** Cvik zaměřený na posí- lení ramenních svalů. Postavte se hlavou dolů proti zdi a provádějte tlaky.
- **Dragon flag:** Extrémně náročný cvik pro posí- lení břišních svalů. Ležte na workoutové lavici se zvednutou horní částí těla a pak se spouš- tějte dolů.
- **Back lever:** Náročný cvik pro posílení zádo- vých svalů. Udělejte vis na hrazdě a zároveň se pokuste udržet tělo vodorovně.
- **Pistol squats:** Jednonožní dřepy, které posilují nohy a hýždě. Proveďte dřep na jedné noze a druhou nohu držte vzpaženou před sebou.

Inspirujte se tréninkem, který jsme pro vás natočili:



COLMEXX

Pole Dance kombinuje sílu, flexibilitu, gracióznost a umění dohromady

Pole Dance je moderní a vzrušující sport, který získává na stále větší popularitě po celém světě. Tento sport kombinuje sílu, flexibilitu, gracióznost a umění dohromady, a nabízí mnoho zdravotních a fitness výhod, zároveň však povzbuzuje sebevědomí a tělesnou expresi.

Přináší spoustu benefitů

Flexibilita a gracióznost

Pole Dance zahrnuje mnoho elegantních pohybů, které vyžadují vysokou úroveň flexibility a gracióznosti. Tímto způsobem podporuje zlepšení tělesné koordinace a vyjadřování skrze pohyb.

Umělecký prvek

Pole Dance je také formou uměleckého sebevyjádření. Tanečníci mohou kombinovat různé techniky, akrobatické prvky a vlastní kreativitu, což vytváří unikátní a krásné vystoupení.

Sebevědomí

Praxe Pole Dance může zlepšit sebevědomí a sebeobraz. Lidé se učí překonávat vlastní hranice, což má pozitivní dopad na jejich sebevědomí a sebedůvěru.

Komunita

Pole Dance má silnou komunitní složku. Lidé, kteří se věnují tomuto sportu, často navazují přátelství a podporují se navzájem ve svém tréninku. Existují také soutěže a akce, kde se tanečníci mohou setkat a soutěžit.

Dostupnost

Pole Dance není omezen jen na profesionální tanečníky. Může ho provozovat téměř kdokoli bez ohledu na věk, pohlaví či úroveň fyzické kondice. Existují lekce pro začátečníky a pokročilé, takže každý může najít svou úroveň.



Kam za tímto sportem vyrazit?

Pole Dance studia

Specializovaná Pole Dance studia jsou nejčastějším místem pro trénink. Tato studia často nabízejí lekce pro začátečníky a pokročilé tanečníky a mají profesionální vybavení, včetně tanečních tyčí. Instruktoři vám pomohou s tréninkem a postupným zdokonalováním dovedností.



Posilovny a fitness centra

Některé posilovny a fitness centra mohou mít taneční tyče pro Pole Dance trénink. Mohou také nabízet hodiny pro začátečníky nebo volný trénink na tyči.

Online lekce

Pokud nemáte přístup k fyzickému studiu, můžete najít online lekce Pole Dance. Existuje mnoho online platform a YouTube kanálů, které nabízejí videolekce a tutoriály pro různé úrovně dovedností.

Domácí trénink

Pokud máte vlastní taneční tyč a dostatek místa, můžete si dopřát domácí trénink. Je však důležité zajistit si bezpečnostní opatření a získat potřebné dovednosti a techniky pod dohledem profesionálního instruktora, abyste se vyvarovali zraněním.

Trénink na zahradě

Řešením pro zajištění dostateku místa pro bezpečný trénink může být přesun z domova na zahradu. Zůstává soukromí, jen je třeba počítat s tím, že tyč bude podléhat klimatickým podmínkám a nebude mít vždy stejné vlastnosti jako v trvale prohřáté domácnosti. Venkovní Pole Dance tyč najdete v našem portfoliu. Zabetonovanou ji můžete mít na zahradě doslova zítra!

Workshopy a kurzy

Pole Dance workshopy a kurzy mohou být pořádány na různých místech, včetně tanečních konferencí, festivalů a tanečních škol. Tyto události jsou skvělou příležitostí pro pokročilý trénink a setkávání s dalšími Pole Dance nadšenci.

#ZvedniSvujKraj®

15 let společně budujeme aktivnější zítřky

společně ke zdraví napříč zájmy více než pohyb



Nová sportoviště přinesla v roce 2024 radost a zdraví 960 400 lidem v 90 obcích.

Ještě nejste mezi nimi? Přidejte se v roce 2025 do pohybu s námi. Navrhujeme vám zdravé město plné energie.

Proč Colmex?

- Poradíme vám vhodnou kombinaci
- Přispějeme vám z Nadačního fondu zdravého životního stylu
- Nabídneme vám nejlepší poměr ceny a kvality s okamžitou dostupností
- Postaráme se o bezpečnost vašich hřišť v prvním kvartálu roku zdarma

Jak začít?

Vyplňte formulář na www.colmex.cz/zadost-fitpark nebo zavolejte na infolinku 773 666 066. Veškeré informace k dotační akci najdete na www.colmex.cz/sluzby/podpora-fitpark.



VARIANTA	POČET STROJŮ	PŮVODNÍ CENA	KONEČNÁ CENA
A	1 ks	59 706 Kč	29 990 Kč*
B	2 ks	119 412 Kč	59 980 Kč*
C	3 ks	179 118 Kč	89 970 Kč*
D	4 ks	238 824 Kč	119 959 Kč*
E	4 ks + XC 08	298 530 Kč	138 900 Kč*

*Konečná cena je včetně DPH. Cena ZAHRAUJE MONTÁŽ strojů na TRAVNATÝ povrch.

Stroje máme skladem! Cvičit můžete už zítra!

#ZvedniSvujKraj venkovní posilovnou

společně ke zdraví napříč zájmy více než pohyb spojujeme již 14 let



Zapojte se do iniciativy pro zdravé a aktivní město.
Slevová akce na venkovní posilovnu.

Připojte se k naší vizi a vybudujte GYM pod širým nebem.
Navrhujeme vám hřiště 21. století!

Proč právě Colmex

- Bez vstupní investice.** Přeneseme vaše představy do reality 3D vizualizací zdarma.
- S maximální flexibilitou.** Postavte venkovní posilovnu klidně zítra, nebo stavbu naplánujte na ideální dobu realizace.
- Dlouholetá spolupráce.** S podporou vašich projektů i po realizaci.

Jak začít?

Kontaktujte nás s poptávkou na info@colmex.cz
nebo zavolejte na infolinku **773 666 066**.
Veškeré informace ke slevové akci najdete na
www.colmex.cz/sluzby/ceny-gxc.



VARIANTA	POČET STROJŮ	PŮVODNÍ CENA	KONEČNÁ CENA
A	1 ks	153 850 Kč	46 800 Kč
B	2 ks + BONUS	310 700 Kč	93 600 Kč
C	3 ks + BONUS	465 550 Kč	140 400 Kč
D	4 ks + BONUS	620 400 Kč	187 200 Kč

Ceny včetně DPH. Bez montáže a dopravy.

Stroje máme skladem! Cvičit můžete už zítra!

Nový Bor: Moderní workoutové hřiště jako živé centrum obce

Workoutové hřiště v Novém Boru v Libereckém kraji je příkladem, jak může moderní venkovní posilovna proměnit veřejný prostor v aktivní a inspirativní místo setkávání. Nové hřiště je bohatě vybavené a svou rozmanitostí cvičebních prvků osloví začátečníky i zkušené sportovce.



Workoutové hřiště v Novém Boru v Libereckém kraji je příkladem, jak může moderní venkovní posilovna proměnit veřejný prostor v aktivní a inspirativní místo setkávání. Nové hřiště je bohatě vybavené a svou rozmanitostí cvičebních prvků osloví začátečníky i zkušené sportovce.

Bohaté vybavení hřiště

Návštěvníci zde najdou široké spektrum prvků pro funkční trénink:

- TRX systém pro závěsné cvičení,
- lavici se stálky pro kliky,
- stepy pro posilování nohou a hýžďových svalů,
- vertikální lavici pro břišní svaly,
- lavici na sedy-lehy,
- lavici na spodní část zad,
- komplexní workoutovou sestavu s vodorovným žebříkem pro ručkování, bradly, hrazdami, žebřinami, stěnou pro přitahy a kliky.

Celé hřiště je umístěno na atraktivním místě – v bezprostřední blízkosti místního koupaliště a sportovní haly. Díky tomu je ideálně přístupné široké veřejnosti a vhodně doplňuje stávající sportovní infrastrukturu města.

Otevření s exhibicí a vznik nové komunity

Slavnostní otevření workoutového hřiště proběhlo za účasti naší **workoutové exhibice**, která přináší profesionální ukázky cvičení na jednotlivých prvcích. Akce přilákala místní sportovní nadšence, kteří si mohli cvičení vyzkoušet na vlastní kůži.

Z této akce spontánně vznikl **nápad na založení pravidelných lekcí kalisteniky**, které by pod vedením zkušených cvičenců probíhaly přímo na hřišti. A právě v tom je síla podobných projektů – **spojují lidi, motivují k pohybu a budují lokální komunitu**, která se aktivně stará o své zdraví i veřejný prostor.

Inspirace pro další obce

Případ Nového Boru ukazuje, že investice do kvalitního a moderního workoutového hřiště není jen o vybavení. Je to investice do lidí, pohybu, zdraví a sousedských vztahů. Pokud je hřiště dobře naplánované a doplněné o **aktivizační akce**, může se stát živým centrem obce.

Naše společnost nabízí nejen **kompletní realizaci workoutových hřišť na klíč**, ale také pomoc s organizací **slavnostních otevření**, včetně workoutových exhibic, workshopů a podpory při vytváření pravidelných tréninkových skupin. Přijedeme, předvedeme, vysvětlíme – a pomůžeme nastartovat místní komunitu k pohybu.

Na zapojení místních sportovců do exhibice se podívejte ve videu:



Přemýšlíte, jak oživit veřejný prostor a podpořit aktivní styl života ve vaší obci? Rádi vám **pomůžeme navrhnout a postavit workoutové hřiště**, které bude sloužit všem generacím – a kde to opravdu žije.

Spojení zdraví, komunitního ducha a radosti z pohybu se osvědčilo i v Novém Boru. Patříte mezi další města, kde takový projekt může vytvořit něco výjimečného? Přijďte se k více než 3300 obcím a městům, které jsme již pomohli rozvíjet.



Ten pocit, když stojíte na ulici s vybitým telefonem

Solární lavička s nabíječkou telefonů a Wi-Fi připojením je prospěšná. Tento příběh je důkazem.

Naplánované to měl krásně. Tři přestupy – a všechno na sebe tak hezky navazovalo. O půl desáté by byl doma. Jenže hned první autobus ze čtyř mu ujel. Zrovna když dobíhal na zastávku, bus mizel za zatáčkou. „Zatraceně!“ A ke všemu telefon totálně vybitý. Už na něj ani neblíknul. „Opravdu perfektní!“ Z jízdního řádu vyčetl akorát to, že za hodinu odjíždí ještě jeden poslední bus. Jenže co pak? Co dál? Bude něco dalšího navazovat? Bez mobilu byl jako bez ruky. S takovou si dnes, namísto doma v posteli, ustele spíše na lavičce někde v koutě republiky. I když... **zrovna tahle lavička...**

... by mu ten telefon mohla nabít!

Chvála lidem, které napadlo postavit právě sem solární lavičku – s nabíječkou telefonu a dokonce, a to bylo vzhledem k jeho téměř vyčerpanému datovému balíčku obzvláště příjemné, s volně přístupnou Wi-Fi. Nemohlo ho v té překerní chvíli potkat nic lepšího.

Když se solární lavička umístí ve městě či obci na to správné místo, stane se opravdu užitečným prvkem. Nabíjí telefony a tablety – prostřednictvím USB slotů nebo bezdrátově indukci, a tak kolemjdoucí ani nepotřebují vlastní kabel. Lavička může také pokrývat své okolí Wi-Fi signálem. A dokonce může vytvářet doplňkové osvětlení nebo sbírat data o kvalitě ovzduší a emisích. Jak tedy vybrat vhodné místo?

Principiálně můžete solární lavičku postavit kamkoliv. Energeticky je soběstačná a žádné elektrické vedení ze země nepotřebuje. A dokonce ani sluneční paprsky nemusí na její povrch dopadat dennodenně. Solární panely jsou natolik výkonné a baterie mají takovou kapacitu, že vám lavička nabije telefon i po pěti zatažených dnech. Takže funguje pořád – i v zimě.

Prospěšná je tam, kde se lidé zdržují po delší dobu

Autobusová zastávka, která zachránila opožděnému nešťastníkovi cestu domů, je jen jednou z možností. Perfektní je i prostor před informačním centrem. Tam se bezplatné Wi-Fi připojení a možnost nabít telefonu či tabletu v dnešní době

dokonce i tak nějak očekává. V českých městech solární lavičky stojí také před školami nebo v univerzitních kampusech.

A smysl dávají i prostory před knihovnami, muzei nebo galeriemi.

A pak existují ještě jedna specifická místa, na kterých se lidé zdržují po delší dobu. A kde nabité telefony dokonce potřebují – protože jim pomáhají při cvičení. Ve fitparku, venkovních tělocvičnách a na workoutových hřištích tráví lidé často i celé hodiny a na telefonu sledují cvičební manuály z Youtube nebo mají zapnuté časovače tréninkových sérií. Hodně lidí pak při cvičení poslouchá podcasty – pracují na své kondici a zároveň se vzdělávají.

I proto firma Colmex, která už v českých městech a obcích vybudovala přes 3300 takových fitparků a venkovních tělocvičen, vyvinula vlastní solární lavičku. Možno vás ale napadá podobný protiargument jako autora tohoto článku: Nemůže solární lavičku zničit nějaký vandal?

Před dvanácti lety slýchal Vladimír Havlík, majitel firmy Colmex, že lidé nikdy nebudou cvičit venku na ulici. A dnes jsou venkovní tělocvičny ve městech a obcích naprosto běžné a lidé je vzali za své. Podobně to Vladimír Havlík vidí také se solárními lavičkami: „Chceme, aby věci okolo nás byly hezké a užitečné. A toto je další krok na naší cestě.“ Solární panel navíc chrání tvrzené sklo, které nelze poškrábat, a elektronika je schovaná pod nerezovou konstrukcí s krytím IP65 až IP67 – s deštěm a sněhem se tedy počítá.



A jak vybrat místo ve vaší obci?

Solární lavičky ve městech, obcích a také v zábavních resortech, jako třeba na Lipně, přibývají. Ale zase není potřeba ji mít na každých padesáti metrech městského parku. Dokonce je to i zbytečné. V malé obci docela postačí jedna – ovšem vhodně umístěná. A to tam, kde z ní bude mít užitek nejvíce lidí – místních či turistů. Hodí se tak třeba:

- › k venkovním posilovnám a fitparkům,
- › do blízkosti autobusových zastávek a vlakových stanic,
- › před infocentrum, knihovnu, muzeum nebo jakýkoliv úřad,
- › ke škole nebo do studentského kampusu,
- › do parku nebo na přírodní koupaliště.

Solární lavička Colmex se vyrábí v České republice. A prospěšná může být také u vás. Začněte na:

<https://www.colmex.cz/produkty/solar/>



COLMEX budujeme místa, která přinášejí radost, zdraví i energii

www.colmex.cz

Solární mobiliář do každého parku, ke každému hřišti

Solární altány do každé obce, školy i školky



STI 251

Solární panel: 180 W
Baterie: 55 AH
Nabíjení: 2 USB + 2 USB-C + 2 Qi

SBI 201

Solární panel: 90 W
Baterie: 55 AH
Nabíjení: 2 USB + 2 Qi

Ceny od 99 990 Kč*

- ▶ Funkční solární mobiliář, který musíte mít
- ▶ Pro dobíjení nejen mobilních zařízení
- ▶ Energie pro všechny kdykoliv a kdekoliv
- ▶ Kombinace ověřených materiálů
- ▶ Celonerezové provedení či ocelová lakovaná konstrukce
- ▶ Luxusní odolné sklo či polykarbonát
- ▶ Nadčasový technicistní design navržený a vyrobený pro vás v České republice

ZAJÍMÁ VÁS VÍCE?

Veškeré informace o **NOVINCE** našeho portfolia najdete na <https://www.colmex.cz/produkty/solar>

Pro objednávky a informace nás neváhejte kontaktovat na info@colmex.cz či na infolince **773 666 066**

*Ceny včetně 21 % DPH, bez dopravy a instalace. Právo na změny vyhrazeno.

VENKOVNÍ FITNESS STROJE · STREET WORKOUT · DĚTSKÁ HŘIŠTĚ · PARKOUR · AGILITY · SOLAR

NAVRHNEME VÁM ZDRAVÉ MĚSTO PLNÉ ENERGIE

Vaše nové sportoviště

citlivě zasadíme do krajiny či přizpůsobíme vašim představám o barevném provedení. Hřiště v **tónech zelené a tmavě šedé** barvy podtrhne přírodní prostředí parku a do rezidenčních částí doplní přírodní tóny.

Při budování míst, která přinášejí radost, myslíme na **všechny generace, záliby a sporty**. Z našeho širokého portfolia vám navrhne sportoviště, ve kterém si přijdou na své děti i lidé s omezenou pohyblivostí, příznivci pohybu s vlastní vahou těla, ale i vyznavači cvičení se zátěží, parkouristi i milovníci agility. Komplexní a velkorysé sportoviště s možností odpočinku sjednotí například volba vhodného povrchu. Povrch z lité pryže barevně přizpůsobíme prostředí hřiště.

FOTOVOLTAICKÝ
ALTÁN

od 489 900 Kč*

PARKOUR

od 28 990 Kč*

STREET WORKOUT

od 99 990 Kč*

AGILITY

od 29 790 Kč*

LAVIČKY

od 31 990 Kč*

FITNESS STROJE

od 29 990 Kč*

POSILOVACÍ STROJE SE ZÁTĚŽÍ

od 46 800 Kč*

SOLÁRNÍ MOBILIÁŘ

od 72 490 Kč*

MULTIFUNKČNÍ DĚTSKÁ HŘIŠTĚ

od 499 990 Kč*

Naše portfolio

je **bohaté na produkty i materiály**, vybere si každý! Fitpark v celonerezovém provedení a nadčasovém designu vkusně ozdobí městské části, parky, obytné zóny i privátní rezidence. Celokovové provedení v zelené a tmavě šedé dodá celému fitparku přirozený vzhled. Nerez s teakovým obložení je pravou volbou v moderních částech měst a soukromých zahradách, vkusně vyladí rezidence a venkovní kanceláře. Akát s nerezem dostane sportoviště do souznění s přírodou. Energetickou soběstačnost celého prostoru zajistí solární mobiliář či fotovoltaický altán.

Nabídneme vám **nejlepší ceny na trhu v poměru kvality a rychlosti dodání**. Vše máme skladem, a cvičit tak můžete už zítra díky kvalitní práci českých zaměstnanců.

Jak připravit povrch před stavbou hřiště?

Příprava povrchu před stavbou street workoutu, fitparku, parkourového nebo dětského hřiště na travnatém povrchu, včetně možnosti pokládky gumové rohože, či lití pryže, vyžaduje pečlivé plánování a dodržování několika klíčových kroků. Aby stavba nového sportoviště proběhla hladce, přinášíme několik tipů, co by nemělo v seznamu úkolů přípravy chybět.



Klíčové kroky stavby sportoviště

1. Vyberte správné místo

- Dostatečný prostor: Ujistěte se, že máte dostatečný prostor pro plánovanou stavbu, včetně bezpečnostních zón kolem zařízení, která je stanovena na minimální vzdálenost 1,5 m od zařízení.
- Rovný terén: Vyberte co nejrovnější plochu, aby byla instalace snazší a bezpečnější. Sklon povrchu by měl být maximálně 5 %.

2. Připravte povrch

- Odstraňte trávu a vegetaci: Před zahájením stavby posekejte trávu, odstraňte drny, plevel a další vegetaci z místa, kde bude stavba probíhat.
- Odvodnění: Zkontrolujte, zda je místo dobře odvodněné. Pokud je to nutné, upravte terén tak, aby voda odtékala mimo oblast sportoviště nebo hřiště.

3. Pevný podklad

- Vyrovnání terénu: Po odstranění vegetace vyrovnejte povrch. Doporučujeme rozhrnout písek nebo štěrk k dosažení rovné plochy, který bude současně sloužit jako drenáž pod vrchní vrstvou. Vyrovnání povrchu není součástí realizace, rádi ji však do cenové nabídky zahrneme.
- Zhutnění: Při volbě lité pryže je potřeba povrch důkladně zhutnit. O to se postaráme pomocí vibrační desky nebo ručního válce. Ty zajistí pevný základ pro další vrstvy.

4. Spodní stavba

- Geotextilie: Na zhutněný povrch položíme geotextilii. Tato vrstva zabrání prorůstání plevelů a zlepši stabilitu povrchu jeho sjednocením. Geotextilie není standardem, pokládáme ji na přání zákazníka.
- Štěrk nebo drcený kámen: Na geotextilii nasypeme vrstvu štěrku nebo drceného kamene (cca 10-15 cm). Tato vrstva zlepšuje odvodnění a stabilitu povrchu. Znovu ji zhutníme.

5. Instalace zatravnovací gumové rohože

- Vyrovnávací vrstva: Na zhutněný štěrk je možné přidat tenkou vyrovnávací vrstvu písku (cca 2-3 cm), kterou je třeba rovněž zhutnit a vyrovnat.

- Pokládka rohože: Položíme gumové rohože na připravený povrch. Ujistíme se, že jednotlivé díly rohože těsně navazují a tvoří stabilní a rovný povrch.
- Spojení a upevnění: Rohože spojujeme pomocí spojovacích prvků. Přesvědčíme se, že rohože jsou pevně ukotveny, aby se nepohybovaly.

6. Realizace polyuretanového povrchu - lité pryže

Litá pryž je nákladnější variantou povrchu sportoviště, nicméně přináší mnoho výhod, o kterých se můžete dočíst v tomto článku. Zároveň s sebou nese náročnější přípravu podkladu, o kterou se ale v případě volby lité pryže postaráme.

- Výhody: Litá pryž je velmi odolná, pružná a bezpečná povrchová úprava, která minimalizuje riziko úrazů při pádech. Je také propustná pro vodu, což zajišťuje dobré odvodnění.
- Příprava podkladu: Stejně jako u gumových rohoží je důležité mít pevný a rovný podklad. Postupujeme podle kroků uvedených v předchozích tipech (odstranění vegetace, vyrovnání terénu, zhutnění, položení geotextilie a štěrkové vrstvy).
- Míchání a lití pryže: Litou pryž mícháme přímo na místě a poté ji rovnoměrně rozprostíráme na připravený povrch. Používá se speciální směs gumových granulí a pojiva. Více zde.
- Vyrovnání a ztuhnutí: Po rozprostření pryže povrch vyrovnáváme a necháváme ztuhnout. Tento proces může trvat několik hodin až dní, v závislosti na podmínkách a tloušťce vrstvy.
- Údržba: Litá pryž je nenáročná na údržbu, stačí ji pravidelně čistit a kontrolovat stav povrchu. V případě poškození lze snadno opravit pouze poškozenou část.

7. Kontrola a údržba

- Pravidelná kontrola: Po instalaci pravidelně kontrolujte stav povrchu a rohoží. Zajistěte, aby byly všechny části pevně na svém místě a nedošlo k jejich poškození.
- Údržba: Udržujte povrch čistý, odstraňujte nečistoty a případné rostliny, které by mohly prorůstat přes rohože a v okolí rohože.

Dodržování těchto kroků vám pomůže připravit kvalitní a bezpečný povrch pro vaše sportoviště, což zvýší jeho životnost a bezpečnost pro všechny uživatele.

Stavíme posilovny, pořádáme exhibice

Samotnou realizaci to nekončí, vedle pravidelných hlavních ročních kontrol se staráme též o osvětu kalisteniky jako sportu prostřednictvím videí na našem Youtube kanálu, či rovnou pořádáním exhibic pro občany obcí a měst. Těší nás, že již v mnoha obcích mohli lidem cvičení s váhou vlastního těla přiblížit.



Inspirace z českých obcí

V Ratenicích v okrese Kolín otevření nového hřiště nenechal pan starosta náhodě a krásně spojil den oslav k výročí obce s exhibicí. Na pohodovou atmosféru tohoto dne se můžete podívat ve videu. Děkujeme, že s námi stavíte místa, která přinášejí radost.



Stejně tak jsou spokojeni v Dolním Třeboníně v Jihočeském kraji „Pohyb nás baví, pro mládež máme workoutovou sestavu a pro ostatní občany posilovací stroje. Chtěli jsme pohyb umožnit všem bez rozdílu věku a jejich tělesné kondice. A jsme nadšeni. Kombinované hřiště dává smysl. Slavnostní otevření proběhlo za účasti workoutistů z Colmexu, kteří svou exhibicí vzbudili zájem našich kluků o tuto techniku cvičení“, potvrdil nám starosta Pavel Ševčík z Dolního Třebonína

V obci Perštejn v okrese Chomutov Ústeckého kraje si mohli místní díky panu starostovi vyzkoušet workoutový trénink na jejich street workoutu rovnou ve dvou blocích – dopoledním uspořádaném pro děti z místní školy a v druhém odpoledním bloku pro všechny



obyvatele obce. Jak s nadšením děti nasávaly využití workoutu pro každodenní protažení těla se podívejte v záznamu exhibice. „Exhibice se povedla a věřím, že to alespoň pár dětí zaujalo a budou hřiště víc využívat, řekl nám po exhibici starosta obce“, pan Ing. Jiří Rejmann, kterému děkujeme za zájem o spolupráci s námi a skvělý nápad uspořádat exhibici rovnou dvojitou.

V Ostravě v Šeríkové ulici v areálu místní základní školy se to kolem street workoutu při exhibici jen hemžilo. Exhibice motivovala místní studenty ukázkou kalisteniky ke zdravému pohybovým návykům. Areál školy je otevřen veřejnosti, proto neváhejte sportoviště s dětským hřištěm navštívit. Ukázkou tohoto povedeného hřiště najdete ve videu.



Pozn.: Street workout je určen pro osoby od 140 cm, pro děti od 3 let stavíme dětský workout pro rozvoj koordinace, motoriky a síly. Pohyb dětí na jakémkoliv hřišti podléhá pravidlům daného provozního řádu. Na dětské hřiště dítě mladší 6 let musí být pod dozorem odpovědné osoby.



Cesty k úspěchu COLMEX mapovala DVTV

DV TV



Cyklus podnikatelských příběhů Cesty k úspěchu můžete znát z obrazovek Televize Prima. S jarní sezónou 2023 přišla již 24. řada, která se přesunula na internetovou televizi DVTV. Tvářemi pořadu byly moderátoři zpravodajské televize Martin Veselovský, Daniela Drtinová a Daniela Písařovicová. Za 12 let vysílání pořad představil již téměř dvě stovky podnikatelů a firem.

Věnuje se tématům souvisejícím s podnikáním, jak nadání proměnit v úspěch, jak v ekonomicky náročné době posledních let budovat a udržet byznys prostřednictvím investic, správného plánování a udržitelnosti. V loňské sezóně se podíval pod pokličku sedmi inspirativních podnikatelů z celé České republiky oboru kosmetiky, doplňků stravy, zdravé

výživy a fitness, nebo filmového průmyslu a zelených budov. Bylo nám velkým potěšením být součástí tohoto projektu.

„Cvičení s vahou vlastního těla dává poměrně velké možnosti, máme za sebou přes 3300 realizací, nejvzdálenější v Nové Kaledonii nebo Macau,“ říká Vladimír Havlík, zakladatel a ředitel firmy Colmex. „Jde o přirozený pohyb a ne o to, něco si dokazovat. Nyní se zaměřujeme na mladší generaci, je důležité ji naučit, jak se správně hýbat,“ dodává.

Jak se změnil za 14 let budování venkovních sportovišť pohled lidí na pohyb venku, kde nejdále ve světě stojí naše fitness stroje a street workout, jak jde firma s dobou a reflektuje potřeby lidí, zároveň jak reaguje na ekonomicky náročnou dobu, o tom všem si povídal zakladatel a majitel firmy Vladimír Havlík s Danielou Písařovicovou na dvou vyladěných pražských sportovištích.



Vyкроčte s námi na cestu úspěchu ve čtvrtém díle tohoto cyklu roku 2023: **Cesty k úspěchu firmy COLMEX**



Jak probíhalo natáčení se můžete s námi podívat díky spolupráci s našimi workoutisty Chin UP Bros, kteří se podíleli na ukázce workoutových cviků, používání fitness strojů a záznamu zákulisí natáčení.



Děkujeme Komerční bance za letitou spolupráci v oblasti financování. Celému týmu DVTV v čele s Danielou Písařovicovou za profesionální přístup a velmi milou a pohodovou atmosféru v den natáčení. V neposlední řadě našim workoutistům Chin Up Bros, bez kterých by čtvrtý díl tohoto pořadu nebyl příjemně oživen.

COLMEX

STAVTE SE ZA NÁMI!

15 let společně budujeme aktivnější zítřky.
3300 realizací je naší vizítkou.

11. 11. 2025 / DMO Praha

13. 11. 2025 / DMO Olomouc

Navrhne vám zdravé město plné energie

COLMEX

Hýbeme
veřejným prostorem

Děti jsou budoucím pilířem každé společnosti

V posledních letech se veřejný prostor stává stále důležitějším faktorem pro kvalitu života v našich městech. Lidé tráví stále více času venku, a tak se stává nezbytností, aby byl veřejný prostor kultivován a splňoval požadavky moderního životního stylu. Tímto směrem se v poslední době výrazně zaměřuje i koncepce vytváření zdravých pohybových návyků u dětí.

Dětská hřiště jsou v tomto ohledu klíčovým prvkem. Děti si zde mohou hrát, rozvíjet své pohybové schopnosti a trávit čas venku, nikoliv doma u počítačů a telefonů.



Nicméně, je velmi důležité, aby dětská hřiště nebyla pouze místem pro zábavu, ale také prostorem, kde si děti osvojují zdravý životní styl a pravidelnou fyzickou aktivitu přijímají jako součást svého každodenního režimu.

Děti jsou naše budoucnost

Děti jsou naše budoucnost, a tak by měly být vzdělávány a motivovány ke zdravému životnímu stylu co nejdříve.

Vytváření zdravých návyků v předškolním věku je klíčové pro prevenci civilizačních chorob v dospělosti, jako jsou například obezita, cukrovka nebo srdeční onemocnění. Děti, které se naučí, jak být aktivní a zdravé, budou mít

v budoucnu vyšší pravděpodobnost, že budou mít lepší fyzickou kondici a celkově povedou zdravější životní styl. Současně je zejména u dětí důležité **neklást důraz pouze na výkon a soutěživost, ale také na zábavu a radost z pohybu**. Děti by měly být podporovány k tomu, aby si našly sport nebo aktivitu, kterou si opravdu užívají a která je pro ně přirozená. Tímto způsobem se zaručí, že fyzická aktivita bude pro děti příjemná a bude pro ně motivací k tomu, aby zůstaly aktivní i v dospělosti.

Hravě, ale hlavně bezpečně

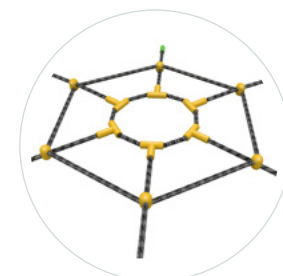
Je nanejvýš důležité, aby **dětská hřiště pomáhala učit a rozvíjet pohybové a kognitivní schopnosti dětí zábavnou formou**. Nové trendové prvky, jako jsou multifunkční herní moduly, kreativní zóny, vzdělávací prvky nebo například vertikální zahrady, mohou pomoci k tomu, aby byla dětská hřiště zajímavá a stimulující.

Dalším důležitým bodem je správné navržení a bezpečnost herních prvků. Musí být navrženy tak, aby si děti mohly bezpečně a s radostí hrát, aniž by se kdokoliv musel obávat úrazu. Bezpečnost by měla být zajištěna nejen u samotných herních prvků, ale i v celkovém prostoru hřiště. Mělo by být vyloučeno riziko pádu z výšky, poranění ostrými předměty nebo vlivem nebezpečných povrchů.



Horizontální síť

Koordinace pohybů a udržování rovnováhy.



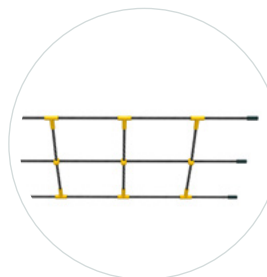
Vertikální stěna

Prolézání kruhovým otvorem ve stěně, šplhání a přelézání přes stěnu.



Vertikální síť

Šplhání a lezení, koordinace pohybů a udržování rovnováhy.



Žebříková prolézačka

Možnost klasického workoutového cvičení, zdvihání, prolézání a podlézání.



Certifikované herní moduly a dětské workoutové sestavy od stabilní firmy jsou nejenom zárukou bezproblémového užívání, ale také garantují bezpečnost a kvalitu pro všechny uživatele, zejména pro děti. Provozovatelé tak mohou mít jistotu, že jejich **zařízení splňuje nejvyšší standardy** a že hry, které nabízejí, jsou bezpečné a vhodné pro všechny věkové skupiny.

S radostí k pohybu a láskou k přírodě

Dětské hřiště nemusí tvořit jen houpačka, skluzavka a prolézačka, patří na něj i dětský workout, který smysluplně doplňuje veřejný prostor o aktivity pro nejmenší. Narozdíl od klasických prolézaček workout opravdu vydrží. Díky použitým odolným materiálům má násobnou životnost. Ještě větší rozměr hřiště získává v provedení z akátu. Nejde jen o dřevo, jde o spojení s přírodou, **o ekologický odpovědný přístup k výrobě** herních sestav, které zanechávají stopu radosti a ne škody na naší planetě. **Akátová hřiště** jsou určena pro děti od tří let nejen k budování zdravých pohybových návyků, ale i kladného vztahu k přírodě.

Kvalita na prvním místě

Pokud hledáte dodavatele herních sestav, může být lákavé snažit se najít nejlevnější možnost. Je třeba ovšem zvážit i další faktory výběru dodavatele. Například zkušenosti a odbornost, spolehlivost a kvalitu produktů a služeb, dobu působení v oboru, tak jako i přístup k celospolečenské a environmentální zodpovědnosti, jako jsou například férový přístup k zaměstnancům a ocenění kvalitní práce českých zaměstnanců.

V tomto ohledu vyniká firma COLMEX, která je již více než 14 let dodavatelem vysoce kvalitních vybavení určené pro cvičení s váhou vlastního těla, pro hru, zábavu a sport do veřejného sektoru. **Dětský workout je zcela novou podobou zařízení vhodných pro rozvoj koordinace, síly a ohebnosti, s mnoha funkcemi a možnostmi pro různé věkové skupiny dětí**. Navíc, díky více než 3300 realizovaným projektům se COLMEX pyšní velkým množstvím spokojených zákazníků a zkušeností s různými typy projektů a prostředí. Pokud tedy hledáte produkt s ověřenou kvalitou a výrobce s dlouholetými zkušenostmi, pak jste na správném místě.

**COLMEX – celý svět hry, zábavy a sportu.
Rozhýbejte děti odmala workoutem od Colmexu.**

#ZvedniSvůjKraj®

láskou k pohybu a přírodě
od dětství

společně ke zdraví napříč generacemi více než pohyb spojujeme již 14 let



Ceny od 24 990,- bez DPH

Máme pro vás celý svět hry, zábavy a sportu

- › kde se fantazie setkává s přírodou
- › kde sestavy zanechávají stopu radosti, ne ekologickou
- › kde je dostatek energie pro všechny napříč zájmy i generacemi

Přeneseme vaše představy do reality. Více o naší novince českého trhu najdete na www.colmex.cz/produkty/pro-deti. Pro objednávky a vizualizace na míru prostoru i účelu nás kontaktujte na info@colmex.cz nebo volejte na 773 666 066.

Dětský akátový workout

- › pro nejmenší dobyvatele
- › pro zdravé pohybové návyky
- › pro kladný vztah k přírodě



Hřiště, které splývá s přírodou: Akátový ráj v Rezidenci Radimova

Břevnov – místo s bohatou historií a neopakovatelným geniem loci. Prostor, kde se snoubí královská tradice s moderním stylem života. Právě zde, v Rezidenci Radimova, jsme vytvořili akátové dětské a workoutové hřiště, které dokonale zapadá do okolní krajiny a splňuje vysoké estetické i funkční nároky.

Hřiště šité na míru prostoru i účelu

V Colmexu věříme, že herní prostor musí být nejen bezpečný a funkční, ale také citlivě zasazený do svého okolí. Proto jsme i v tomto případě zvolili akátové dřevo – přírodní, odolný a ekologicky odpovědný materiál, který harmonicky doplňuje břevnovskou architekturu i okolní zeleň.

Každý prvek byl pečlivě navržen tak, aby odpovídal potřebám budoucích uživatelů. Děti zde najdou dobrodružnou herní sestavu se skluzavkami a lanovým mostem, doplněnou o pískoviště a houpačku. Pro sportovce jsme připravili dvě workoutové sestavy – klasický street workout a variantu s lezeckou stěnou. Prostor dále obohacují žebřiny, bradla a relaxační fitness stroj pro procvičení ramen.

Akát – víc než jen dřevo

Práce s akátovým dřevem je naší srdeční záležitostí. Tento materiál není jen krásný na pohled, ale i mimořádně odolný a ekologicky šetrný. Díky našim individuálním návrhům vytváříme hřiště, která přinášejí radost a zároveň respektují přírodu.

Colmex – vaše představy o hřišti se stávají realitou

Naše práce nekončí u katalogových řešení. V Colmexu vytváříme hřiště přesně podle přání zákazníka a charakteru daného prostoru. Každý projekt je originál, každý herní prvek je výsledkem pečlivé řemeslné práce. Spojujeme kvalitu, bezpečnost a hravost tak, aby každý okamžik na našich hřištích byl jedinečným dobrodružstvím. Máte ve své obci nebo rezidenčním projektu místo, které



by si zasloužilo nový herní nebo sportovní prostor? Obráťte se na nás. Navrhne a zrealizujeme hřiště na míru, které bude přirozeně ladit s okolím a zároveň nabídne prostor pro zábavu i pohyb všem generacím. Inspiraci najdete v našem bohatém portfoliu akátových herních prvků.



#ZvedniSvůjKraj®
blíž k přírodě

Zdraví a udržitelnost jako priorita

Nová akátová workoutová řada

je připravena harmonicky zapadnout kamkoliv

Vyplavování endorfinů dostává nový rozměr. Tenhle prostor zanechá jen stopu radosti, ne tu ekologickou. Spojujeme environmentalistiku, zdraví a estetiku. Přidáte se k naší vizi?



MALIBU WOW 1401

Rozměr: 8557 x 1570 x 2505 mm
Cena: 146 490 Kč*

CALIFORNIA WOW 0101

Rozměr: 8352 x 5001 x 2700 mm
Cena: 191 490 Kč*

ARIZONA WOW 1101

Rozměr: 8656 x 8286 x 2400 mm
Cena: 260 690 Kč*

FLORIDA WOW 0201

Rozměr: 4734 x 4594 x 2700 mm
Cena: 137 490 Kč*

HAMBURK WOW 1201

Rozměr: 5199 x 1600 x 2400 mm
Cena: 113 190 Kč*



Více informací najdete na www.colmex.cz
Pro objednávky a informace nás kontaktujte na info@colmex.cz
nebo na infolince **+420 773 666 066**.

*Ceny včetně DPH, bez dopravy a montáže

Spojujeme environmentalistiku, zdraví a estetiku: Street workout z akátu

V dnešní době, kdy se stále více obracíme k udržitelnému životnímu stylu a hledáme způsoby, jak skloubit zdraví se zeleným myšlením, street workout z akátového dřeva se zdá být ideální volbou. Tato inovativní forma cvičení nabízí celou řadu výhod, které sahají od environmentální udržitelnosti po zlepšení fyzické kondice a krásu venkovního prostředí.

Menší uhlíková stopa, větší péče o planetu

Při výrobě workoutových sestav z akátového dřeva se snižuje uhlíková stopa, jelikož jde o materiál, který je obnovitelný a má minimální dopad na životní prostředí. Akát je známý svou rychlou regenerací a nenáročností na chemické ošetření, což z něj činí ideální volbu pro ekologické projekty ve veřejných prostranstvích.

Estetická harmonie a krása stárnoucího dřeva

Každý kousek akátového dřeva vypráví svůj příběh, kdy stárne, získává na kráse a nabývá unikátního charakteru. Workoutová sestava z akátu se tak nejen krásně začlení do venkovního prostředí, ale přidává do něj i svůj estetický rozměr. Prostor se stává atraktivnějším a příjemnějším pro cvičení i odpočinek.

Flexibilita a dostupnost pro každého

Street workout z akátového dřeva přináší cvičení venku do ulic, parků a veřejných prostranství. Tato flexibilita umožňuje cvičit kdekoli a kdykoli, bez nutnosti návštěvy fitness centra. Veřejné prostory se tak stávají novými místy pro zdravý pohyb a zábavu.

Zdraví jako priorita

Základní principy street workoutu jsou založeny na vlastní váze těla a kalistenice, což je ideální kombinace pro posílení svalů, zlepšení flexibility a koordinace. Cvičení venku na čerstvém vzduchu navíc přináší mnoho dalších zdravotních výhod, jako je podpora duševního zdraví, snížení stresu a zvýšení vitality. Street workout z akátového dřeva není jen cvičení, je to celkový zážitek spojující environmentalistiku, zdraví a radost ze života. Ať už jste sportovec, milovník přírody nebo jen hledáte nový způsob, jak si užít čerstvého vzduchu, street workout vám může nabídnout nejen výzvu, ale i inspiraci k péči o sebe i o planetu. Připojte se k pohybu, který mění svět – #ZvedniSvůjKraj street workoutem z akátu k přírodě

Firma Colmex přináší na trh novou WOW řadu akátových workoutových sestav, které spojují trvanlivost akátového dřeva s moderním kovem.



Tyto typizované víceúčelové sestavy jsou navrženy s ohledem na efektivitu cvičení a ergonomii, přičemž zároveň poskytují dostatek prostoru pro individuální designování podle potřeb a estetických preferencí každého místa. Colmex tak přináší revoluční řešení pro veřejné prostory, které spojuje funkčnost, design a udržitelnost do jednoho kompaktního balíčku. Připojte se k nové éře street workoutu s Colmex WOW řadou a objevte krásu a sílu spojenou s environmentalistkou a inovací.



Často kladené otázky: Dopadové plochy a výšky hrazd na street workoutových hřištích

Nejednou nám na info@colmex.cz dorazil dotaz, proč street workoutové hřiště nemá lepší dopadovou plochu, jako mají ve vedlejší obci. Nebo rozmrzelá odezva od vysokého workoutisty, že výška hrazd je nevyhovující pro plnohodnotný trénink. V těchto případech jsou to otázky, které rádi zodpovíme, ale nemáme vždy šanci je přímo ovlivnit. Proč? To si objasníme v tomto článku.

Proč není na hřišti povrch z lité pryže?

Odpověď je jednoduchá:
Rozpočet a požadavky zákazníka

Mnoho uživatelů fitparků a street workoutových sestav se často ptá, proč jsme nezvolili povrch z lité pryže. Hlavní důvod je jednoduchý: rozpočet a preference zákazníka. Litá pryž je kvalitní, odolný a bezpečný povrch, ale také výrazně dražší než alternativy, jako je travnatý povrch, případně tráva s položenou gumovou zatravnovací rohoží.

Klíčové důvody pro výběr travnatého povrchu:

- 1. Náklady:** Travnatý povrch je cenově dostupnější. Zákazníci často hledají ekonomicky výhodnější řešení.
- 2. Estetika a přirozenost:** Někteří zákazníci preferují přírodní vzhled a pocit trávy.
- 3. Údržba:** I když travnatý povrch vyžaduje pravidelnou údržbu, někteří zákazníci jej upřednostňují z důvodu nižších počátečních nákladů. Rozhodně dáváme této volbě palec nahoru při výstavbě workoutového hřiště z akátového dřeva. WOW street workout vznikl s myšlenkou být blíž přírodě. Aby esteticky do krajiny zapadal a byl k planetě šetrnější svým provedením z obnovitelného materiálu, s čímž jde ruku v ruce zachování trávníku a přirozenosti prostředí. V případě celokovové řady WO street workoutu může naopak volba lité pryže doladit celek k dokonalosti a sladit park s barvami obce či města. Inspirativní je krásné velké hřiště v Havířově, který má ve znaku města modrou a stříbrnou barvu.



Proč jsou hrazdy tak vysoko, nebo nízko?

Odpověď je jednoduchá:
Certifikace a bezpečnostní normy

Další častý dotaz se týká výšky hrazd. Výška hrazd se řídí certifikacemi a bezpečnostními normami, které berou v úvahu typ povrchu pod zařízením. Bezpečnost je prioritou, a proto je důležité dodržovat předepsané výšky pádů, které zajišťují, že cvičení je bezpečné pro všechny uživatele.



Normy pro výšku hrazd dle povrchu:

- 1. Litá pryž:** Tento povrch umožňuje vyšší pádové výšky díky své absorpční schopnosti. Bezpečnostní normy dovolují hrazdy až do výšky 3,5 metru, protože litá pryž výrazně snižuje riziko zranění při pádu. Nicméně výška hrazdy se přímo odvíjí od tloušťky povrchu lité pryže, která se pohybuje od 40 mm do 140 mm s odpovídající pádovou výškou 1,3 m až 3,5 metru.
- 2. Travnatý povrch:** Na travnatém povrchu jsou povolené pádové výšky nižší, a to do 1,5 metru. Travnatý povrch neposkytuje takovou absorpci nárazu jako litá pryž, tím by vyšší hrazdy mohly být nebezpečné.
- 3. Písek:** Písek je také považován za bezpečný povrch s dobrými absorpčními vlastnostmi. Pádové výšky pro písek se pohybují v rozmezí 2 až 3 metrů podle velikosti zrna písku a výšky jeho vrstvy. Což je více než pro trávu, ale méně než pro litou pryž.
- 4. Kamínky:** Štěrkové povrchy jsou na tom podobně jako písek, poskytují určitou míru ochrany dle zrnitosti a mocnosti štěrku. Pádové výšky jsou obvykle omezeny na 2 až 3 metry, v závislosti na velikosti kamínků pohybující se od 2 do 8 mm.

5. Gumové zatravnovací rohože: Gumové rohože jsou podobné lité pryži v tom, že poskytují dobrou absorpci nárazu. Hojně využívané pádové výšky hrazd pro gumové rohože se pohybují kolem 2,5 metru, povolené jsou však nejvíce do 3 metrů. Což je srovnatelné s litou pryží.

Klíčové důvody pro výběr lité pryže

I když je litá pryž dražší, má několik významných výhod, které mohou být pro některé zákazníky rozhodující. Výhody lité pryže:

1. Bezpečnost: Litá pryž nabízí vynikající tlumení nárazů a snižuje riziko zranění při pádu. To umožňuje instalaci vyšších cvičebních prvků, což je ideální pro pokročilejší cvičence.

Co si odnést závěrem?

Při navrhování a budování fitparků a street workoutových zařízení musíme vyvažovat mezi bezpečností, náklady a požadavky zákazníka. Výběr povrchu a výška hrazd se odvíjejí od těchto faktorů, aby bylo zajištěno, že zařízení jsou nejen funkční a cenově dostupná, ale především bezpečná pro všechny uživatele.

Vaše preference a požadavky přeneseme do reality, rádi poradíme se vším.



Inspirace z českých obcí

Dětské hřiště v Zámeckém parku, Litvínov



V srdci Zámeckého parku v Litvínově jsme realizovali projekt, který přináší radost nejen dětem, ale i jejich rodičům.

Dětské hřiště z akátu, které jsme navrhli na míru, je oázou pro hru, fantazii a rozvoj pohybových dovedností už od útlého věku. Díky pečlivě vybraným herním prvkům podporuje koordinaci, sílu a zdravý pohybový vývoj dětí.

Hřiště nabízí širokou škálu herních možností, které děti lákají k pohybu a tvořivosti. Součástí prostoru jsou: závěsné kladiny, pružinové houpačky a větší vahadlová houpačka, klasický kolotoč a dvojitá tabule na kreslení

křídami, masivní šplhací sestava, která motivuje k překonávání výzev.

Dominantou hřiště je impozantní sestava se dvěma věžemi a skluzavkou, která vybízí děti k objevování a zapojuje jejich fantazii. Všechny prvky byly navrženy s důrazem na bezpečnost, funkčnost a estetiku, která citlivě zapadá do přírodního prostředí parku.

Naše realizace nespočívá jen v tvorbě hřišť a sportovišť. Snažíme se o harmonické propojení s přírodou, což je důvod, proč používáme přírodní materiály, jako je akát, a dbáme na

citlivé zasazení do krajiny.

Litvínovské hřiště je jedním z příkladů, jak dokážeme vyhovět specifickým přáním našich zákazníků. Nabízíme nejen řadu typizovaných herních prvků, ale i možnost vytvořit unikátní hřiště na míru prostoru a účelu. Společně s vámi vytvoříme místo, které bude inspirovat pohybem a radostí.

Více inspirace čerpejte zde:



Bezpečnost na prvním místě s COLMEX

Stavbou to nikdy nekončí. Ba naopak. Jakmile vybudujete venkovní sportoviště, začíná každoroční kolečko hlavních kontrol. Ty zaručují bezpečnost aktivního odpočinku všem jeho uživatelům a zároveň prodlužují životnost hřišť. Revize však přináší další náklady na provoz. **Ušetřit náklady je ale možné. Jak?**

Vaše hřiště a sportoviště v bezpečných rukou odborníků z COLMEX

Bezpečnost na hřištích není náhoda, ale výsledek pravidelné odborné péče. Proto pro vás COLMEX připravil na začátku roku 2025 **exkluzivní nabídku REVIZE ZDARMA**, kterou bylo možné využít v prvním kvartálu roku.

Cílem této akce bylo sjednocení termínů provádění revizí pro všechny naše zákazníky a snížení nákladů na

dopravu pro další roky. V letošním roce měla akce úspěch, navštívili jsme stovky míst po celé České republice, abychom pomohli zajistit bezpečí návštěvníků.

Jak to dopadlo? Provedli jsme 328 revizí. Pomohli jsme 141 zákazníkům. Navštívili jsme 14 krajů, z toho do 6 krajů jsme se vraceli podruhé

Během kontrol jsme nejen hodnotili stav zařízení, ale také rovnou odstranili drobné závady. Doplnili jsme 186 etiket, 175 krytek, 26 dorazů a 16 madel.

U některých prvků jsme museli doporučit likvidaci kvůli vážnému poškození. Často jsme narazili také na absenci šroubů, nebo poškozená kotvení.



A co dál?

Rádi pro vás revizi provedeme i v roce 2026 – zcela zdarma! Pokud provozujete veřejné či školní sportoviště nebo dětské hřiště, neváhejte se v příštím roce přihlásit.

Akce je limitovaná: pouze 100 revizí!

Abychom zajistili nejvyšší kvalitu a bezpečnost pro vaše hřiště, máme omezenou kapacitu revizí.

Nečekejte – přihlaste se co nejdříve a rezervujte si své místo v pořadníku! Akce je dostupná pouze pro prvních 100 zájemců nebo do vyčerpání našich časových a kapacitních možností.

Proč provádět revizi mimo hlavní sezónu?

V období mimo hlavní sezónu výstavby se můžete vyhnout delším čekacím lhůtám a předejít nečekaným odstávkám během roku. COLMEX vám zaručí, že vaše hřiště bude připraveno a v perfektní kondici, jakmile se sezóna rozběhne na plné obrátky. Cílem této akce je sjednocení termínů provádění revizí pro všechny naše zákazníky a snížení nákladů na dopravu pro další roky. Všechny přihlášené obce budou rozděleny do pořadníku dle krajů a budou o termínu provedení revize předem informovány.

Co byste měli vědět!

1. Provozovatel odpovídá za celkový technický stav fitness vybavení, kdy bezpečnost musí být zachována a zajištěna prostřednictvím kontroly a údržby dle návodů výrobce nebo dodavatele, jak uvádí předemětná norma ČSN EN 16630 v bodu 9.4.
2. Pravidelnou údržbou autorizovaným servisem používajícím originální díly a vybavení zajistíte dlouhodobou životnost všech zařízení.
3. Prověřením technického stavu v pravidelném intervalu chráníte zdraví svých občanů a dodržujete předepsané prohlídky, kontroly a požadavky na provoz.
4. V případě poškození zařízení, nesplnění požadavků na provoz, kontrolu nebo údržbu musí být zařízení vyřazeno z provozu do doby odstranění závad a označeno viditelným textem „zákaz použití“.

Pokud máte jakékoliv pochybnosti o technickém stavu vašich fitness zařízení, obraťte se na firmu COLMEX – výrobce a dodavatele venkovních fitness zařízení. Odborní pracovníci posoudí na místě stav zařízení a navrhnou další postup. Bezkontaktně. Vaše přítomnost na místě není nutná. Více se dočtete zde.



Bezpečnost na prvním místě s COLMEX: Využijte akci REVIZE ZDARMA

Fitness stroje
Street workout
Posilovací stroje
Městský mobiliář
Venkovní učebny
Dětská hřiště
Litá pryž
Parkour
Agility
Solar



REVIZE ZDARMA

- › na všechna hřiště a sportoviště
- › v prvním kvartálu 2026
- › jen pro 100 nejrychlejších



Vaše hřiště a sportoviště v bezpečných rukou odborníků z COLMEX

Je vaše dětské hřiště nebo sportoviště stále v perfektním stavu? Bezpečnost není náhoda, ale výsledek pravidelné odborné péče!

Proč revize neodkládat?

- › mimo sezónu se vyhnete čekání
- › připravíte své hřiště na hlavní sezónu
- › snížíte náklady na roční kontroly a dopravu

Jak na to?

- › vyplňte formulář na našem webu
- › uveďte kontaktní údaje a poznámku o zájmu o revizi
- › rezervujte si tak své místo v plánu revizí pro svůj kraj

Více informací a formulář pro přihlášení na www.colmex.cz

Pro objednávky a informace nás neváhejte kontaktovat na info@colmex.cz nebo infolince **773 666 066**.



COLMEXX budujeme místa,
která přináší radost i zdraví

www.colmex.cz



**Hřiště, která spojují. Komunita,
která žije. S námi nezůstanou
sportoviště prázdnými projekty.**



**Hřiště postavíme zítra,
nebo zdarma.
S námi to vyhrajete.**



Je vaše
obec
připravena na
zdravější zítřky
plné aktivního
odpočinku?

Fitness stroje
Street workout
Posilovací stroje
Městský mobiliář
Venkovní učebny
Skupinové lekce
Dětská hřiště
Litá pryž
Exhibice
Parkour
Agility
Solar
Servis



Udělejme vaši obec místem, kde se žije naplno!
Vaše vize měníme v realitu na info@colmex.cz
nebo infolince **773 666 066**.

