



# Fodbold og bevægelsesglæde

Københavns Kommune  
Kultur- og Fritidsforvaltningen  
Juni 2011

Kultur- og Fritidsforvaltningen  
Planlægning  
Byudvikling & Events  
Nyropsgade 1, 3. sal  
1602 København V

[www.kk.dk](http://www.kk.dk)

## Indledning

Det er Københavns Kommunes vision, at byen skal være en af verdens bedste byer at bo og leve i. Københavnernes livskvalitet og trivsel i byen er tæt forbundet med et aktivt fritidsliv. Derfor kan visionen understøttes ved at styrke de fysiske rammer for idrætsaktiviteter, der glæder og udfordrer.

I det københavnske fritidsliv fylder fodbold meget. Interessen for at spille fodbold er stor og stiger både blandt børn og voksne i København. De mange fodboldklubber danner rammen om en lystbetonet, aktiv fritid og løfter store opgaver inden for social-, sundheds-, og integrationsområdet. Derudover skaber de mange aktive fodboldspillere liv i byens rum og er et synligt eksempel på borgernes bevægelsesglæde. Fodboldbaner er samtidig en del af byens grønne profil. Fodboldens volumen og kvaliteter gør det interessant at se nærmere på, hvordan de fysiske rammer kan forbedres og åbnes op for endnu flere borgere.

Københavns Kommune står i dag over for store udfordringer med at tilbyde faciliteter til de mange fodboldaktive. Til sammenligning med de fem næststørste byer i Danmark er der ca. 3 gange så mange indbyggere pr. boldbane i København. Fodboldspillerne kappes om at få tid på fodboldbanerne på byens idrætsanlæg, i parkerne og i byrummets små boldbure. Udfordringerne med efterspørgslen på fodboldfaciliteter vil alt andet lige vokse i takt med, at byen vokser. Ifølge prognoser vil der komme op mod 100.000 flere københavnere frem mod 2025. Derfor skal der tages fat om udfordringerne allerede nu.

En anden stor udfordring er at tilpasse faciliteterne et foranderligt idrætsmønster. Tendenser i fodboldverdenen peger i retning af en øget interesse for at spille 3-, 5- og 7-mandsfodbold på små baner samt fremvækst af nye fodboldvarianter som futsal, street-soccer og beach-soccer. Hermed efterspørges andre fysiske rammer end de traditionelle store 11-mandsbaner. Samtidig dyrkes disse spilleformer i højere grad på egen hånd og udfordrer således den nuværende anvendelse af byens fodboldarenaer.

## Resumé og anbefaling

Fodbold er en let tilgængelig aktivitet, der med simple regler kan spilles af alle. Der stilles ikke krav om dyrt udstyr, og mulige spilarealer kan findes mange steder i byen. Det er medvirkende til, at et bredt udsnit af københavnernes spiller fodbold. Fodbold er fortsat den mest populære idrætsgren blandt københavnske drenge i 5. og 9. klasse. Blandt pigerne er fodbold også blevet den mest populære idrætsgren på landsplan, og antallet af organiserede kvindelige fodboldspillere vokser hastigt i alle aldersgrupper. Samtidig spiller mange voksne mænd fodbold som medlem af en klub eller på egen hånd.

Fodboldaktiviteten fastholdes ofte pga. glæden ved bevægelse og legen med bolden samt det sociale samvær forbundet med aktiviteten. Deltagelse i fodboldaktiviteter har imidlertid også en række positive sideeffekter, som både øger trivslen blandt spillerne og har bredere samfundsmæssige gevinster:

Nyere forskningsresultater fra Institut for Idræt, Københavns Universitet viser, at fodbold giver betydelige sundhedsfremmende effekter for voksne utrænede mænd og kvinder. Sundhedseffekten af motionsfodbold med hensyn til muskelmasse og kondition ligger over effekten af moderat løbetræning. Regelmæssig motionsfodbold kan derfor betragtes som en effektiv måde at forebygge hjertekarsygdomme som eksempelvis forhøjet blodtryk og til at nedsætte risikoen for fald- og knoglebrud. I kraft af den store tilslutning til fodbold kan aktiviteten udover værdien for den enkelte også tillægges store sundhedsmæssige gevinster for København.

Fodbold er ligeledes en netværksdannende holdidræt, der kan skabe langvarige, stærke fællesskaber og venskaber blandt de aktive. Det sociale aspekt er til stede, uanset om man spiller 3 mod 3 i en park fredag eftermiddag eller 11 mod 11 hver søndag. Denne mulighed for at skalere holdstørrelsen gør fodbold endnu mere tilgængelig. Da idrætsgrenen samtidig appellerer til alle socialgrupper, kan fodboldaktiviteter bruges aktivt som et middel til at styrke særlige målgruppers sociale trivsel via praktisk støtte og fællesskabsfølelse. Fodbold har blandt andet derfor et stort socialt og integrationsmæssigt potentiale.

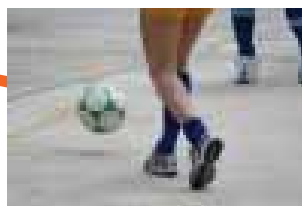
Fodbold som lystbetonet, sund og fællesskabsdannende aktivitet kan således indtænkes som en fordelagtig motionsform i indsatsen for at forbedre livsstilen og trivslen blandt et bredt udsnit af københavnere.

Mængden af københavnske fodboldspillere, spillets tilgængelighed samt sundheds- og samfundsgevinsterne skaber grundlag for at styrke fodboldens vilkår og brede spillet ud til flere. Tærsklen for hvornår, hvordan og af hvem fodbold kan spilles, kan nedbringes ved at skabe mere tilgængelige, alsidige og legeorienterede faciliteter. Fodboldrelaterede moduler i byens rum, aktiverende opholdsrum, og nytænkning af byens fodboldarenaer til et ændret idrætsmønster vil understøtte og synliggøre glæden ved fysisk aktivitet. Samtidig skal der anlægges flere kunstgræsbaner, der øger banekapaciteten og banekvaliteten til gavn for især de mange organiserede fodboldspillere på byens fodboldanlæg.

## Anbefaling

- **Fodboldmoduler på fodboldarenaer og i byens åbne rum**  
Alternative små baner, boldmål og boldmure kan danne ramme om varianter af fodboldspillet, understøtte legen med bolden samt skabe mulighed for en mere aktiv brug af byens rum (enhedspris fra 15.000 kr. til 2 mio. kr.).
- **Aktiverende opholdsrum**  
Delvist overdækkede pladser med bl.a. toiletter, vandposte og aktiverende opholdsmøbler skaber attraktive samlingssteder for de mange aktive og deres pårørende (anlægspris fra 0,5 mio. kr.).
- **Åbne fodboldarenaer op med aktivitetsmuligheder til flere brugergrupper**  
I idékatalogets forslag, "Aktivitetsstien" kombineres en fodboldarena med en aktivitetssti til løb, fitness samt spots til anden fysisk aktivitet og ophold (anlægspris ca. 35 mio. kr.). I forslaget "Fodbolduniverset" tilføjes en traditionel fodboldarena faciliteter til bl.a. nye fodboldvarianter, koordinationstræning og leg (anlægspris ca. 20 mio. kr.).
- **Kunstgræsbaner på friarealer og eksisterende grus- og græsbaner**  
Kunstgræsbaner imødekommer udfordringerne med banekapacitet, banekvalitet, anvendelse af baner i dagtimer og af selvorganiserede brugere (anlægspris for 11-mands kunstgræs med lys og hegn ca. 7 mio. kr.).

Hertil kommer udgifter til drift.



## Økonomi og videre proces

### Anlægs- og driftsudgifter

De anslåede anlægspriser er fundet på baggrund af lignende realiserede projekter, projektforslag, information fra leverandører samt erfaringer med idrætsbyggeri generelt i København. Der er ikke indhentet konkrete tilbud. Der skal derfor tages forbehold for mindre prisændringer.

Der skal både afsættes driftsmidler til vedligehold af de nye faciliteter samt til ekstra vedligehold af eksisterende faciliteter, som fx toiletter, opholdsarealer, gangarealer, der vil blive anvendt tilsvarende mere. I de afledte driftsudgifter indregnes ekstra mandskab, vedligehold og reparation af rekvisitter, lysmaster mv. Såfremt de nye faciliteter skal kunne anvendes i vinterhalvåret, skal der afsættes særlige driftsmidler til snerydning og saltning. De påførte driftsudgifter er estimerede overslag, der skal kvalificeres i en efterfølgende projektbeskrivelse.

### Finansiering

Der er på nuværende tidspunkt ikke afsat midler til realisering af idékatalogets forslag. Finansieringen kan ske i forbindelse med kommende års budget og/eller via ekstern finansiering. Der kan med fordel tages kontakt til DBU, DBU København og DIF, som har søsat projekter målrettet fastholdelse af unge fodboldspillere og rekruttering af voksne. Lokale- og Anlægsfonden og andre eksterne fonde kan ligeledes søges om midler til udvikling og realisering af de større anlægsprojekter.



### Videre proces

Udviklingen af byen til et sted, hvor både børn og voksne kan finde glæde ved fysisk aktivitet, er et fælles kommunalt anliggende. Idékataloget er udarbejdet i samarbejde med Teknik- og Miljøforvaltningen og Sundheds- og Omsorgsforvaltningen, og det videre arbejde skal ligeledes ske i et bredt samarbejde på tværs af forvaltningerne. Forslagene kan med fordel kobles sammen med igangsatte og kommende projekter i andre forvaltninger. Eksempelvis spiller Teknik- og Miljøforvaltningens udspil om etablering af vandposte i byrummet og "Lommeparker" naturligt sammen med fx aktivitetssti og fodboldmoduler i byens små, åbne rum. Ligeledes kan forslagene ses i relation til Sundhedspolitikens mål om at skabe 10 nye bevægelsesfremmende byrumsprojekter. Samarbejdet på tværs af forvaltninger finder også sted som en konsekvens af, at hovedparten af byens parker og en række idrætsanlæg er underlagt fredningsbestemmelser, hvorved udvikling af arealerne med bygninger og andre indretninger af varig karakter forudsætter en godkendelse fra Naturfredningsnævnet via Teknik- og Miljøforvaltningen.

Det sunde valg skal være det lette valg – men også det sjove valg. Endnu flere kan finde glæde ved fysisk aktivitet ved at øge tilgængeligheden af fodboldfaciliteter og åbne fodboldanlæg op for mere alsidig anvendelse og leg. Faciliteterne danner ramme om aktiviteten, men skaber ikke aktiviteten i sig selv. Såvel nuværende fodboldspillere som nye målgrupper skal introduceres til de spil og muligheder for leg, nye faciliteter åbner op for. Skolelærere kan guide børn forbi et nyt boldbur, trænere kan vise øvelser på minibanerne og byrummets nye fodboldpladser kan synliggøres med facilitetskort og diverse events. For særligt motionsuvante og fysisk besværede borgere skal der tages hånd om barrierer forbundet med afstand til idrætsarenaer og idrætskonteksten i sig selv. I det videre arbejde med idékatalogets forslag kan der derfor indarbejdes et målgruppeperspektiv og indledes en borgerinddragelsesproces for at sikre, at de nye faciliteter tilrettelægges i overensstemmelse med borgernes ønsker. Herved kan der også opdyrkes en større ansvarsfølelse for nyanlæggene. Det er særligt væsentligt, når faciliteter i vid udstrækning skal være selvforvaltende.

## Moduler

Fodbold er en idrætsaktivitet, der i sin mest enkle form stiller meget få krav til de fysiske rammer. I baggårde, i parker og på åbne pladser spilles fodbold med træjer som målstolper. Med få midler kan rammerne om fodboldaktiviteten styrkes, så de aktive finder større glæde ved spillet, og endnu flere bliver inspireret til at give sig i kast med det.

Små banedebaner, fodboldmål og boldspilmure kan etableres både på de større idrætsanlæg for at udvide aktivitetsmuligheder for nuværende fodboldspillere og deres pårørende. De kan også integreres i byens byggede miljø. Små restarealer ved boligblokke, skoler og institutioner, p-pladser samt større pladser kan udformes, så de udfordrer og inspirerer til at indtage byens rum gennem leg og bevægelse. Flere opdager fodbolden, når den mødes, opleves og muliggøres i byens rum.

Nærhedsaspektet er af stor betydning for særligt børn og ældre. Når en facilitet er i gå-afstand, mindskes kravet til organisering, hvorved flere kan deltage i aktiviteten, og det uformelle fællesskab i lokalmiljøet opbygges. Legen og spillet skal kunne opstå mere eller mindre spontant og med børn og unge som igangsættere. Ved at styrke samarbejde med boligforeninger, Områdefornyelser og andre lokale kræfter, kan faciliteterne forankres i henhold til borgernes præferencer.

Placering af fodboldmoduler i byrummet stiller særlige krav til støjdæpende foranstaltninger, da boldspil larmer i en sådan grad, at det kan genere de omkringliggende beboere. For at minimere larmen, bør belsningen af banen slukkes kl. 22. Ligeledes skal der i placeringen tænkes i synlighed, som både øger tilgængeligheden og kan værne mod hærværk.

Det tilstræbes, at modulerne er så driftsmæssige lette og selvforvaltende som muligt. De anvendte materialer skal være af robust karakter, da de skal kunne klare vind og vejr samt hyppig anvendelse. Nogle af fodboldmodulerne skal fasttømmes, så de ikke fjernes fra arealet, mens andre skal have en mere mobil karakter, så de kan flyttes rundt ml. forskellige steder i byen.

### Banevariationer

Forskellige banevariationer på nuværende fodboldarenaer kan skabe variation i den organiserede fodboldtræning og åbne anlæggene op for de selvorganiserede brugere, som ikke har behov for en traditionel 11-mandsbane.

Banevariationer skal anlægges på et slidstærkt underlag som kunstgræs, gummi eller asfalt for at sikre høj banekvalitet og brugbarhed. Kunstgræs kan kun anvendes til fodbold, mens gummiunderlag og fin asfalt også kan anvendes til fx basket og hockey.

Anlægsudgifterne varierer i forhold til valg af underlag. Gummiunderlag koster ca. 1.000 kr./m<sup>2</sup>, 3. generations kunstgræsunderlag koster ca. 850 kr./m<sup>2</sup>, og fin asfalt koster ca. 400 kr./m<sup>2</sup>. Der skal dog tages forbehold for store prisvariationer afhængig af det eksisterende underlag og størrelsen.

De afledte driftsudgifter vil hovedsageligt være til vedligehold af underlag. De samlede driftsudgifter til en 11-mands kunstgræsbane på et idrætsanlæg med det nødvendige vedligeholdelsesmaskinel er i størrelsesordenen 55.000 kr. pr. år inkl. løn. Skal banen sneryddes i vinterperioden, vil driftsudgiften stige til ca. 75.000 kr. Driftsudgiften til en 5-mands multibane med gummibelægning koster i størrelsesordenen 25.000 kr. pr. år, mens udgifterne til en asfaltbane er i størrelsesordenen 10.000 kr. pr. år. Hertil kommer reparation af mål, hegn, bander mv.

### 3-mandsbane banedebaner

3 mandsfodbold spilles hovedsageligt af helt små børn både i og uden for foreningsregi, men også selvorganiserede voksne finder småspillet attraktivt. Banearealet er på 12 x 18 m.

Pris: En bane med fasttømrede træbander, mål og kunstgræsunderlag koster ca. 300.000 kr.

### 5-mandsbane banedebaner

Der er en stigende interesse for 5-mands fodbold på verdensplan og i Danmark. Der spilles 5 mod 5 på en ca. 24 x 30 m bane

Pris: En bane med fasttømrede bander, mål og kunstgræsunderlag koster ca. 900.000 kr.



### Afgrænset multibane

Afgrænsede multibaner i byens rum er meget populære blandt især unge. De skaber rammen om selvorganiseret fodbold, basket, håndbold og anden aktivitet. Mens baner med lave bander skaber et moderat, teknisk præget spil og øger tilgængeligheden ved sin åbne karakter, muliggør de helt aflukkede boldbure et voldsommere, tempofyldt spil og en placering tæt på trafikeret vej og boliger.

Pris: En 10 x 20 m multibane inkl. hegn og gummiunderlag koster i størrelsesordenen 550.000 kr.



### Boldboks

Små aflukkede boldrum til 2 mod 2 eller 3 mod 3. De kan etableres med transparente glasvægge, så publikum kan se på spillet udefra. Boksene kan evt. placeres ovenpå hinanden for at mindske behovet for grundareal. I Grøndal Centret er de små aflukkede 2 mod 2 baner en stor succes.

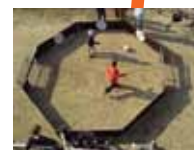
Pris: En boldboks, der kan stables, koster ca. 400.000 kr.



### Panna-fodbold

Panna-fodbold er en hollandsk spilvariant, der spilles på en sekskantet bane med en diameter på ca. 5m., med to små mål og omgivende bander. På banen spilles 1 mod 1, og spilformen anvendes ofte som et supplement til streetfodboldevents.

Pris: 20.000 kr. pr. bane med faste træbander ekskl. underlag.



### 3-holdsfodbold (triple football)

Treholds fodbold er inspireret af Asger Jorn. Der spilles 3 hold mod hinanden på samme tid. Der spilles på en ca. 10 x 10 m. sekskantet bandebane med et mål til hvert hold. Vinderen er det hold, der er scoret færrest mål imod, når tiden er gået. Antallet af spillere afhænger af banestørrelsen.

Pris: En bane med faste træbander og mål koster ca. 25.000 kr. ekskl. underlag.



### Pukkelpist fodboldbane

En 3-mands pukkelpistbane indeholder tilfældigt anlagte forhøjninger. Pukkelpistbanen tilføjer derved spillet et element af tilfældighed, som kan være med til at udligne spillernes niveauforskelle og skabe et mere fantasifuldt og legende spil. Banen kan således fungere som et sjovt alternativ for især børn og unge.

Pris: En 12 x 18 m pukkelpistbane med kunststofbelægning koster i størrelsesordenen 400.000 kr.



### Fodboldminigolf

Fodboldminigolf spilles som minigolf blot på forstørrede baner, som muliggør passage af en fodbold.

Pris: En 18 hullers fodboldminigolfbane koster ca. 2 mio. kr.



Foto: Friluftscenar Sprækkebjerg

### Fodboldgolf

Fodboldgolf spilles efter samme princip som almindelig golf med tee og hul. Hullerne er fordybninger i jorden eller runde møbler med et hul i midten. Banen kan med fordel placeres i naturrige omgivelser med varieret terræn. Hul-møblerne kan eventuelt kombineres med stativer til frisbee/discgolf, som findes i Valbyparken. Pris: En 12 hullers simpel fodboldgolfbane koster i størrelsesordenen 20.000 kr.



Foto: Friluftscenar Sprækkebjerg

### Sandbane

En 30 x 40 m sandbane til beachsoccer med mulighed for to beach handball- og beachvolley/beachtennisbaner på tværs. Sandbanerne kan foruden boldspil også anvendes til fysisk træning og leg. Banen indhegnes med en fast kantformeden for at minimere sandfygninger og undgå dyrs efterladenskaber.

Pris: 400.000 kr. inkl. hegn, kant og mål



Foto: Richard Andersen, DBU

### Fodtennis

Et fasttømret stålnet til fodtennis, hvor 2-4 spillere sparker fodbolden over nettet som i tennis. Med gummi eller asfaltunderlag kan nettet også anvendes til almindelig tennis.

Pris: 15.000 kr.





## Boldmål og -mure

Boldmål og -mure med forskellige karakteristika kan benyttes til kamp, teknisk fodboldtræning og boldleg. De kan placeres både på og i forlængelse af fodboldarenaer samt i byens offentligt tilgængelige åbne rum som parker og pladser. Boldmål og -mure kan enten fastholdes i deres traditionelle form eller udformes som kunstneriske rumskabende byrumsinstallationer.

Boldmurene kan evt. også kombineres med andre faciliteter som fx en nedsænket trampolin, der underbygger det legende element og en kreativ anvendelse. Trampolinen kan også udgøre selve muren, hvorved muren kan anvendes til teknik-træning og diverse konkurrencer og lege. Den såkaldte M-station er et populært træningsredskab i flere internationale topklubber.

Der findes også interaktive boldmure, som i særlig grad indbyder til leg og konkurrencer. En såkaldt "Sutu wall" består af 16 interaktive felter, der kan tændes og slukkes ved boldkontakt. Her kan dystes i hurtighed, præcision, reaktion alene eller mod hinanden. Væggen kan evt. etableres som erstatning for et almindeligt mål i en multibane.

### Priser

Et 3-mandsmål koster ca. 3.500 kr, et 5-mandsmål ca. 4.500 kr. og et 7-mandsmål ca. 5.500 kr.

Mobile boldmure af træ med punktfundamenter eller stålfødder koster i størrelsesorden 1.500 kr/m<sup>2</sup>

Fasttømrede boldmure i beton koster i størrelsesordenen 5.000 kr/m<sup>2</sup>

En fasttømret trampolinmur, M-station koster i størrelsesordenen 25.000 kr.

En interaktiv "Sutu wall" koster ca. 400.000 inkl. tilkobling af online styring, spil mv. Dertil kommer en årlig driftsudgift på ca. 5.000 kr/år til bl.a. opdatering af software.

Der er få driftsudgifter forbundet med vedligehold af selve boldmurene eller boldmålene. Der skal imidlertid afsættes midler til vedligehold af arealerne omkring modulerne, som påføres et slid.





## Aktiverende opholdspladser

For såvel de organiserede som de selvorganiserede fodboldspillere tillægges det sociale aspekt stor betydning. I klubhuse og cafeterier skabes et samvær med holdkammerater og på tværs af vennegrupper. For at understøtte det sociale samvær i forlængelse af idrætsaktiviteter i parkerne og andre aktive byrum, har Kultur- og Fritidsforvaltningen fremlagt budgetønske om forenings- og omklædningsfaciliteter til fælles brug af forskellige brugergrupper.

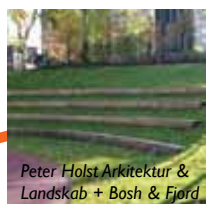
I mindre skala kan der etableres små, udendørs pladser med toiletter, vandposte, aflåselige opbevaringsskabe til tøj samt opholdsmøbler, der tilgodeser behovet for ophold i længere tid før, under og efter aktiviteten. I parker og ved store idrætsanlæg kan ligeledes indtænkes udekøkkener og picnicområder, hvor forældre kan samles om madlavning, mens børnene spiller og leger. Skabes der rum for familieudflugter kan de mindste børn også benytte aktivitetsmulighederne. Herved skabes mødesteder for familier og mange forskellige brugergrupper med bevægelsesglæden til fælles – uanset alder, køn, etnicitet eller klubtilhørsforhold. Særligt blandt borgere med anden etnisk baggrund vil madlavningsmulighederne skabe et attraktivt samlingspunkt for hele familien, og det kan således være et led i indsatsen for forældreinddragelse i børnenes idrætsliv og foreningslivet.

Opholdsrummene kan variere i størrelse og funktion. Funktionen som samlingspunkt styrkes ved at anlægge opholdsrum af en vis størrelse. Anlægsprisen for en opholdsplads estimeres derfor til minimum 500.000 kr.

I udviklingen af opholdsrummene kan tænkes i kreative opholdsmøbler, der i sig selv også inspirerer til fysisk aktivitet og leg.



Asfalt-/græsforhøjninger  
Boldkuber  
Gynger  
Slackline/balanceplinte  
Volde med plintetrapper  
Scener til hacky sack og fodbold freestyle



## Aktivitetsstien

Byens store fodboldarenaer og parker kan åbnes op for nye brugergrupper og få tilført nyt liv ved at etablere en aktivitetssti rundt om eller langs dele af arealet. Attraktive bevægelsesforløb understøtter Københavns Kommunes sundhedspolitiske og idrætspolitiske visioner om mere bevægelse i byen.

For mange motionister er det attraktivt at løbe ved vand eller i flotte naturomgivelser. Stien kan derfor med fordel etableres som en del af en linieføring mellem andre rekreative anlæg som parker, skove, moser og større kirkegårde. En kobling til sådanne områder kan medvirke til at tiltrække motionsløbere til idrætsanlægget. Aktivitetsstien skal imidlertid også indeholde elementer, der adskiller sig fra andre løbeområder for at skabe yderligere incitament for at anvende den. Det gøres fx ved at etablere aktivitetszoner, god belysning eller gøre dele af stien interaktiv, så der kan måles afstande og løbehastighed.

### Indhold

Aktivitetsstien kan etableres med et todelt underlag på stien i henholdsvis grus og finkornet asfalt. Det vil gøre den velegnet til rekreative aktiviteter som gang, løb, rulleskøjtølb og cykling for både børn og voksne. Med en stor bredde kan motionister benytte stien i forskellige tempi samtidig.

Stien skal være oplyst for at skabe tryghed og muliggøre aktivitet hele døgnet. Der indarbejdes dog automatisk slukning af lys på aktivitetszoner kl. 22, hvor resten af idrætsanlægget lukker.

Aktivitetsstien kan indeholde aktivitetszoner til forskellige former for bevægelse, leg og idræt som basketball, volleyball, fitness, gymnastik, bordtennis, petanque, udstrækning mv. Zonerne kan være af meget forskellig størrelse og karakter. Et sted kan der blot etableres porte over stien til armgang, stativ med ringe eller gynger, mens andre aktivitetszoner kan bestå af større idrætsarealer.

Stien kan hovedsageligt anvendes til cykling, løb og gang af byens mange motionister. Den kan dog også anvendes af idrætsanlæggets organiserede fodboldspillere til opvarmning, styrke- og kredsløbstræning samt af forældre, søskende og venner til brugerne på et anlæg. Langs aktivitetsstien etableres forbedrede opholdsmuligheder med fx bålplads, udekøkken, toiletforhold, aflåselige skabe til tøj, vandposte, overdækkede pladser med siddemuligheder og lignende.

### Pris

En 3,5 km aktivitetssti koster i størrelsesordenen 35 mio. kr. (p/l 2012) inkl. lys, beplantning og syv aktivitetszoner. Prisen vil i sagens natur afhænge af ambitionsniveau, bredde og længde samt antallet og karakteren af aktivitetszonerne. Driftsudgiften skønnes at være 0,2 mio. kr. årligt.

### Placering

Kløvermarken, Valby Idrætspark eller Husumparken i henhold til eksisterende udviklingsforslag, som alle indeholder aktivitetsstier.



## Fodbolduniverset

Byens store fodboldanlæg består i dag af store ensartede græsflader, der i sig selv ikke opfordrer til andet end spil på to mål. Med inspiration fra Herning Fodboldeksperimentarium og Fodboldlegeland i Næsby kan fodboldanlæg udvikles til arenaer for mere alsidige fodboldaktiviteter.

Fodbolduniverset skal rumme plads til stor mangfoldighed, så det bliver et attraktivt sted at samles for både elite-, og breddefodboldspillere på tværs af alder, køn og etnicitet. I dag tilgodeser de store idrætsanlæg primært den organiserede idræt. Ved at nytænke rammerne og eksperimenterer med fodboldspillet kan anlæggene i større udstrækning også rumme selvorganiserede brugere og borgere, som i dag ikke er fodboldaktive. En vægtning af legen og muligheden for at spille med venner, kollegaer og familie uden for klubregi vil tiltale mange, der opnår glæde ved fodbold, men ikke kan eller vil spille regelmæssige 7- eller 11-mandskampe. Særligt mange unge med anden etnisk baggrund dyrker uforpligtende fodbold og kan derved tænkes at værdsætte en mere åben tilgang til anvendelsen af fodboldbanerne.

En udvikling af de fysiske rammer skal samtidig gøre det nemmere for de mange frivillige trænere at tænke fodbold i bredere forstand – tænke i leg, nye spilformer og udfordring af spillernes kreative evner og fodboldkundskaber. Dette kan være både et vigtigt element i at rekruttere flere, mindre ambitiøse fodboldspillere og i indsatsen for at fastholde glæden ved spillet og legen med bolden blandt nuværende fodboldspillere. Men også de ambitiøse fodboldspilleres rammer styrkes med mulighederne for at kombinere fodboldtræningen med styrke-, atletik-, fysisk træning samt blive yderligere udfordret på de mindre baner, forhindringsbaner og boldjongleringsscene.

### Indhold

Fodbolduniverset opbygges af en række faste og mobile baner og rekvisitter, der indbyder til fodbold i nye rammer, boldleg, alternative spilformer og fysisk træning. Flere af arealerne kan med fordel overdækkes for at gøre aktiviteterne attraktive hele året rundt.

#### Koordinationsfelt/fysisk træning

Et område med forhindringsbaner, løbestiger malet på underlaget, fitnessredskaber, træningshække, balancebomme og plinte til opvarmning, stafetter, styrke-, løbe og atletiktræning samt leg.

#### Minibaner

Et 60 x 90 m kunstgræsareal opdeles med bånd i små nicher

- 3-, og 5-mandsfodbold
- fodtennis
- streetbasket/netball
- minihockey
- pannafodbold



#### Beachbane

Et 30 x 40 m sandareal til beach-soccer, beach-volley, beach-håndbold og evt. fysisk træning. Banen afgrænses af forhøjninger som tilskuerpladser, læhegn og værn mod, at sand spredes på omkringliggende græsarealer.

#### Aktiverende opholdsrum

Tæt ved anlæggets primære, udendørs opholdsrum placeres en række forskellige boldmure til boldleg i spillernes ventetid før kamp eller af pårørende familiemedlemmer og venner. Der etableres også et toppelandskab til ophold og leg blandt særligt de mindste. Derved skabes et samlingssted for hele familien.

### Afslutningsområde

Et 20 x 20 m areal med 3 mål i hver ende. Foran nogle af målene placeres fasttømrede frisparksmure. Foran andre mål placeres fasttømrede målmænd i stående, hugsiddende og liggende position til afslutningstræning ved 1 mod 1 med målmænd. Der fastmonteres trampolin boldmure i siderne og midtfor enkelte af målene. Disse kan anvendes til træning af fx helflugtere, heading og saksespark uden tilstedeværelse af medspiller.

### Belysning

Områderne skal være oplyste for at skabe tryghed og muliggøre anvendelse af faciliteterne hele året frem til kl. 22, hvor idrætsanlæggene lukker. På kunstgræsarealet med minibaner etableres lysmaster med 125 lux, som kan lyse hele arealet op i tilstrækkelig grad til fodboldaktivitet.

### Organisering

Fodbolduniverset skal kunne bruges af alle. Nogle af banerne skal kunne reserveres i visse tidsrum - evt. via en facebook bookingside. Hovedparten af banerne skal dog kunne benyttes frit efter 'først til mølle' princippet. For at understøtte muligheden for kampe og turneringer mellem selvorganiserede brugere opstilles tavler, hvorpå der kan laves turneringsplaner og skrives resultater. Ligeledes skal fx street-, og beachbanerne kunne reserveres til turneringer for børn og unge uden for foreningslivet arrangeret af blandt andet Dansk Boldspil Union, Futbol de Calle og Beachball Denmark. Da anlæg af de nye baner vil mindske det samlede græsareal til almindelige 11-mandsbaner, skal udbygningen af anlægget ske i samarbejde med idrætsanlæggets driftsansvarlige og evt. i samråd med nuværende fodboldklubber på anlægget.

### Placering

Fodbolduniverset etableres på et af byens større fodboldanlæg som Kløvermarkens Idrætsanlæg og Valby Idrætspark. Da Kløvermarken er underlagt fredningsbestemmelser, forudsætter realisering af forslaget her en godkendelse fra Naturfredningsnævnet. Ifølge fredningsbestemmelsen kan der etableres faciliteter, der understøtter arealets rekreative formål, så længe udsigten til Københavns tårne og spir bevares. Udvikling af Valby Idrætspark skal ske i overensstemmelse med helhedsplanen for området.

### Pris

Anlægsprisen for hele fodbolduniverset er i størrelsesordenen 20 mio. kr. Det er muligt at udvælge enkelte moduler. Det vil koste ca. 0,2 mio. kr. at drive fodbolduniverset med alle dets moduler.



## Kunstgræsbaner

Etablering af 3. generations kunstgræsbaner kan imødekomme flere af de udfordringer byen står overfor med at tilbyde både organiserede og selvorganiserede fodboldspillere attraktive faciliteter.

Etablering af kunstgræsbaner på såvel friarealer som på eksisterende grus- og græsbaner vil først og fremmest øge den samlede banekapacitet i betydelig grad. Kunstgræsbaner kan anvendes hele året rundt, forudsat at banen er oplyst, og der ryddes sne. Derved forlænges fodboldsæsonen, og udnyttelsesgraden øges væsentlig i forhold til grus- og græsbaner.

I dag er der store begrænsninger på anvendelsen af idrætsanlæggenes græsbaner, fordi græsset er sårbart over for slid. Fodboldklubberne tildeles et begrænset antal banetider for at opretholde en god banekvalitet. Omstændighederne betyder derfor også, at anlæggene vanskeligt kan åbnes op for flere brugergrupper uden at forringe forholdene for de organiserede spillere. Da kunstgræsbaner ikke slides som græsbaner, har de en vedvarende, høj banekvalitet, der muliggør, at de også kan anvendes om dagen til bl.a. skolebørn, institutioner, borgere uden for arbejdsmarkedet eller blot selvorganiserede brugere uden at forringe banekvaliteten.



En kunstgræsbane kan tages i brug ca. 6 måneder efter udmøntning af midler. Med korrekt pleje holder en kunstgræsbane ca. 12-15 år.

En 11-mands kunstgræsbane på 68 x 105m koster ca. 7 mio. kr: inkl. lys og hegn. Driftsudgiften til en 11-mands kunstgræsbane på et idrætsanlæg med det nødvendige vedligeholdelses-maskinel er i størrelsesordenen 75.000 kr/år inkl. løn og snerydning.

Også udviklingen af fodboldkulturen med spil på mindre baner kan imødekommes med etablering af kunstgræs. Spil på små områder påfører i særlig grad græsset et stort slid. Det resulterer i forringet banekvalitet på særligt de mange 7-mandsbaner. Omdannes græsbanerne til kunstgræs vil banekvaliteten kunne løftes, og det vil i højere grad være muligt for anlæggene at imødekomme efterspørgslen på 7-mandsbaner.

Det anbefales, at kunstgræsbanerne om muligt etableres som arealer på ca. 72 x 130 m. Herved er der plads til en 11-mandsbane, som kan opdeles i 3 stk. 7-mandsbaner eller 10 stk. 5-mandsbaner. Arealet kan med mobile bander og evt. mobil tribune således også midlertidigt omdannes til en stor arena med mulighed for at spille 3- og 5-mandskampe.

Det anbefales, at 3. generations kunstgræsbaner fortrinsvis etableres på byens idrætsanlæg, hvor der er den fornødne ekspertise og maskiner til vedligeholdelse deraf. Etableres kunstgræsbanerne i offentlige parker og ved skoler skal der samarbejdes med de respektive forvaltninger om især baneanvendelse og -pleje. Kultur- og Fritidsforvaltningen har i foråret 2011 fremlagt budgetønsker med forslag til placering af fremtidige kunstgræsbaner.

På byens åbne pladser, på tagflader og restarealer i byrummet anbefales i stedet at etablere baner med gummi eller asfaltunderlag med færre driftsmæssige krav, og som også er velegnede til andre boldspil. Samtidig kan disse banetyper i særlig grad skabe nogle anderledes og inspirerende rum og flader i byen ved fx at anvende farverige underlag og kunstneriske afgrænsninger.

