

Från: [REDACTED]
Till: Administration.soder@stockholm.se
Ärende: Medborgarförslag utegym
Datum: den 4 september 2025 14:15:13

Detta e-postmeddelande kommer från en extern avsändare. Klicka inte på länkar och öppna inte bilagor om du inte känner igen avsändaren och vet att innehållet är säkert.

Hej!

För en tid sedan upptäckte jag en relativt ny typ av utegym, som enligt min uppfattning är betydligt bättre än övriga typer.

Andra utegym är oftast byggda av trästockar, eller av ställningar där man använder sin kroppsvikt som tyngd. Detta medför att det antingen är för lätt eller för tungt. Man kan inte anpassa vikten/motståndet. Men med utegymmet från företaget Omnigym är det annorlunda. I och med att träningsmaskinerna har ställbara vikter så passar det alla, oavsett ålder och oavsett styrka/kondition.

Det finns ett antal utegym från Omnigym utanför Stockholms innerstad, t ex i Nacka, Kärrtorp, Årsta och Hägersten. Men inget innanför tullarna, vilket jag hoppas Södermalm blir först med.

Det finns ett flertal ställen/parker att placera utegymmet i. Ett förslag är att göra det i Tengdahlsparken. Där finns stora gräsytor och det är plant. Själva utegymmet tar dock inte stor plats.

Det skulle vara toppen om det beslutas att köpa in maskinerna, och jag är övertygad om att det skulle bli en succé. Det kommer att vara en bra investering, då det kommer bidra till att folk håller sig pigga och starka, eftersom utegymmet passar alla användare, det är kostnadsfritt

och det är lättillgängligt.

Dessutom vid förkylningstider (eller om vi drabbas av pandemier igen), så är det mycket bättre att kunna träna utomhus i friska luften, då risken att smitta varandra minskar avsevärt.

Jag förstår att det är ju en kostnadsfråga gällande inköp av träningsmaskinerna. Men livslängden för dessa är betydligt längre än för utegym gjorda av trä, eftersom de tillverkas i rostfritt stål, och därmed tål regn och rusk.

De flesta ställen som jag har testat dessa Omnigym på har ca 8-12 st träningsmaskiner. Men om budgeten inte tillåter att köpa in så pass många, så skulle nog de flesta instämma i att det är bäst att köpa in de maskiner som tränar flest muskelgrupper samtidigt. Det blir mest ekonomiskt. I det fallet kan det vara lämpligt att prioritera maskiner för knäböj och/eller marklyft, bänkpress och stående rodd. Med några få maskiner kan man då ändå få träning för i stort sett hela kroppen. Dessutom går det ju att komplettera med fler maskiner vid senare tillfälle om budgeten skulle tillåta det.

En fördel med detta Omnigym är att potentiella köpare såsom kommuner gratis kan få använda utegymmet under drygt en månads tid. De levererar det, och det sätts upp på det ställe man tänkt ha det. På så sätt kan man testa och utvärdera det innan man bestämmer sig.

För att läsa mer om det eller kontakta Omnigym för mer information, se <https://omnigym.com/sv/>

I somras sattes ett liknande utegym upp på prov vid Lugnets terrass i Hammarby Sjöstad. Har det utvärderats ännu? Har något beslut om eventuellt inköp gjorts?

Var kan man läsa om vilka tidigare medborgarförslag som gjorts, och hur resultatet av dessa blev?

/Med vänliga hälsningar [REDACTED], boende på Södermalm.