

# Omklædningsrum til piger og kvinder

- Idekatalog og Skitseforslag

keingart  
SPACE — ACTIVATORS



LOKALE  
ANLÆGS  
FONDEN

## IDEKATALOG OG SKITSEFORSLAG

Januar 2019

Opdragsgiver:

Herstedøster Idræts Club



Udarbejdet af:

Keingart - space activators

**keingart**  
SPACE — ACTIVATORS

I samarbejde med:

Lokale og Anlægsfonden



DBU Sjælland



Albertslund Kommune



**Albertslund Kommune**

## Intro

Denne publikation er en undersøgelse af mulige udformninger af de fysiske rammer for kvinders omklædning. Der har været fokus på sammenhængen mellem omklædningsrum og de øvrige faciliteter samt betydningen af omklædningsrummets udformning for idrætsdeltagelsen. Undersøgelsen er gennemført med udgangspunkt i et konkret projekt til udbygning af Herstedøster Idræts Club (HIC). Publikationen er delt i to dele som kan læses fortløbende eller hver for sig.

Første del er et **idékatalog** som beskriver udviklingsprocessen for HIC og refererer til en række generelle undersøgelser og betragtninger over kvinders præferencer i omklædningsituationen.

Anden del er det **specifikke skitseforslag** til udvidelse af HIC's klubfaciliteter som blev det endelige resultat af udviklingsforløbet.

## Indhold

### DEL 1 - IDEKATALOG

**07** **Introduktion til projektet**

**08** **Piger, kvinder og idræt**

**10** **Case**

**13** **Processen**

14 Workshop 1 - Ønsker og behov

16 Studietur

20 Workshop 2 - Scenarier

29 Workshop 3 - Samlet forslag

### DEL 2 - SKITSEFORSLAG

**39** **Introduktion til projektet**

**40** **Baggrund**

**41** **Vision og Ønsker**

**42** **Projektet**

42 Udearealet

44 Huset

48 Omklædning

52 Økonomi



# IDEKATALOG

- Omklædningsrum til piger og kvinder

Januar 2019



## IDEKATALOG

- Omklædningsrum til piger og kvinder

Januar 2019

## INDHOLD

**07**    **Introduktion til projektet**

**08**    **Piger, kvinder og idræt**

**10**    **Case**

**13**    **Processen**

14    Workshop 1 - Ønsker og behov

16    Studietur

20    Workshop 2 - Scenarier

29    Workshop 3 - Samlet forslag

Udarbejdet af:  
Keingart - space activators

**keingart**  
SPACE — ACTIVATORS

Forening som case:  
Herstedøster Idræts Club



I samarbejde med:  
Lokale og Anlægsfonden



DBU Sjælland



### Forkortelser i idekataloget:

HIC - Herstedøster Idræts Club  
U12 - Ungdomshold 12 år og under.  
U14 - Ungdomshold 13-14 år.  
U16 - Ungdomshold 15-16 år.  
KS - Kvinde Senior (16 år og op)  
FF - Fodbold fitness hold  
DBU - Dansk Bold Union  
LOA - Lokale og Anlægsfonden

## INTRODUKTION TIL PROJEKTET

I Danmark vælger et stigende antal af idrætsdeltagere at klæde om hjemmefra og springer over den fælles omklædning i klubhuset eller træningscentret før og efter sport. Årsagen til dette er ikke entydig, og forklaringerne spænder fra større travlhed, over en højere grad af blufærdighed, til utilfredshed med stand og udformning af omklædningsfaciliteterne.

Mange foreninger og klubber er bekymrede over udviklingen, fordi omklædningen traditionelt set har dannet ramme om en vigtig del af det sociale samvær. Da den sociale samhørighed kan være en meget vigtig faktor for fastholdelse af idrætsudøvere i klubberne, frygter nogle foreninger at tendensen på sigt vil føre til mindre idrætsdeltagelse og færre medlemmer. Mange klubber er derfor meget interesserede i at genindføre og styrke traditionen for fælles omklædning, og den fysiske udformning af fremtidens omklædningsrum kommer derfor naturligt i søgelyset. I projektet her undersøges særligt pigers / kvinders præferencer og de faktorer, som de mener kan forbedre omklædningsoplevelsen. Problemet er også aktuelt for drenge / mænd og supplerende undersøgelser kan måske i fremtiden afdække de særlige vilkår, der er afgørende for denne gruppe.

Når der generelt kigges på faciliteternes betydning for pigers idrætsdeltagelse, findes der ikke et entydigt svar. En dybere analyse af data fra Danskernes Motions og Sportsvaner fra 2011 peger dog på, at pigers vurdering af idrætsfaciliteter i højere grad har indflydelse på deres idrætsadfærd, end den har for drenge, og at flere teenagepiger end drenge giver udtryk for, at idrætsfaciliteternes kvalitet har stor betydning for deres lyst til at dyrke sport eller motion (Ibsen). I undersøgelsen Pigernes Stemme, hvor mere end 1100 pige-fodboldspillere i alderen 13-16 år har deltaget, er det ikke specifikt faciliteterne, der har stor indflydelse på pigernes lyst til at spille fodbold, men snarere det sociale aspekt af fodbold. Et godt socialt liv på holdet og i klubben og det at føle sig som en del af et fællesskab nævnes som betydningsfuldt (Lethin). For at understøtte dette på bedst mulige måde, er det vigtigt, at der skabes trygge og indbydende faciliteter, hvor fællesskabet og samværet kan dyrkes, og hvor nye venskaber kan dannes og udvikles. Dette kan man med fordel gøre i foreninger, klubber og andre idrætsarenaer, hvor de unge dyrker deres fritidsliv eller potentielt kan gøre det.

For at kunne arbejde både med kortlægning af behov og afprøvning af konkrete løsningsidéer, tager undersøgelsen her udgangspunkt i en konkret case, udbygning af klubfaciliteterne for Herstedøster Idræts Club (HIC), som har 30% kvindelige medlemmer i fodboldafdelingen. Gennem workshops, studietur, analyser og skitsering har det været intentionen at afdække omklædningsfaciliteternes potentialer, og den betydning forskellige udformninger af omklædningsrummene kan have for de kvindelige medlemmer af denne specifikke klub. Resultatet kunne være faldet anderledes ud i andre klubber, men det er forhåbningen at de emner, undersøgelser og løsninger der her formidles fra den specifikke case, kan være til mere generel inspiration. Idékataloget indeholder således løsninger rettet mod HIC som klub, såvel som løsninger af mere generel karakter, der kan være til inspiration i andre idrætsfaciliteter.

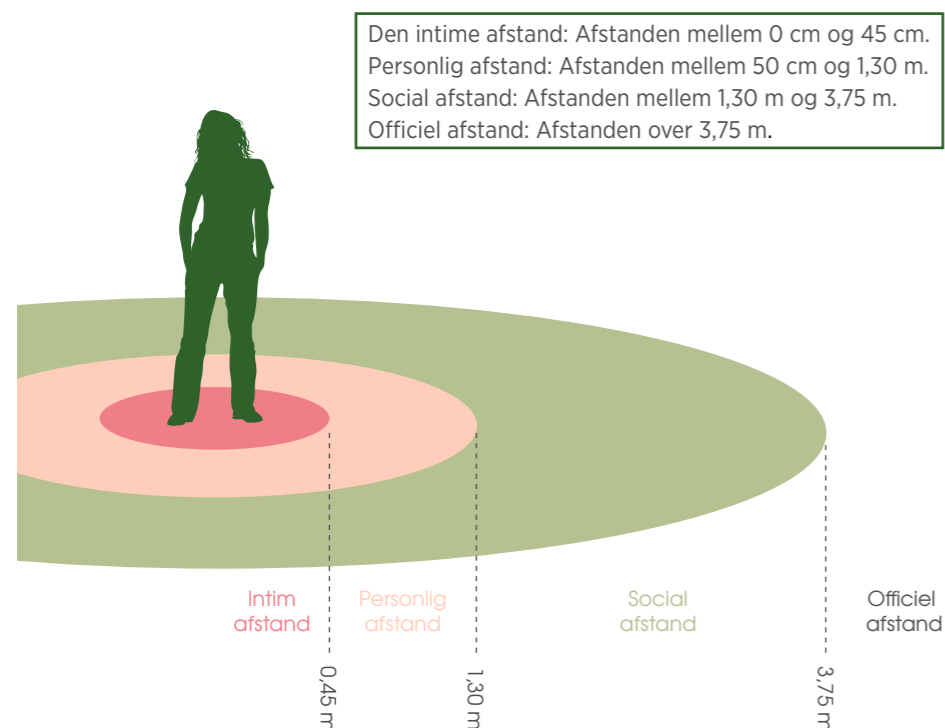
*"Det er hyggeligt med brusere overfor hindanden så vi kan stå og snakke."*

- Kvinde fra HIC

# PIGER, KVINDER OG IDRÆT

## Livet i og omkring aktiviteten

Klubhuset eller idrætsfaciliteten danner rammen for det liv, der udspiller sig før, under og efter den aktivitet der dyrkes, hvad end der er tale om fodbold, badminton, dans eller svømning. Over 45% af deltagerne i Pigernes Stemme (undersøgelse hvor mere end 1100 pige-fodboldspillere i alderen 13-16 år har deltaget) svarer, at de benytter sig af klubhuset mindre end én gang om måneden eller aldrig (Lethin). Ved at gøre det muligt at træne individuelt i eksempelvis styrketræningsfaciliteter i klubhuset øges sandsynligheden for at pigerne bliver fastholdt i klubben, også i perioder hvor de ikke kan passe de skemalagte holdtræninger (Østergaard). For at faciliteten skal leve op til de unges behov for socialt



Figuren er inspireret af publikationen Arkitektur, kvinder og idræt fra 2007, s. 20 (Munk).

samvær, bør de sociale opholdsarealer desuden opprioriteres og gerne på en måde, så der er plads til at samles i flere forskellige sammenhænge. Det kan være i forbindelse med selve aktiviteten, som tilskuer til en aktivitet, til forskellige former for samvær før eller efter aktiviteten, i større eller mindre grupper, eller i forbindelse med omklædning og bad. Dette kræver en fleksibel indretning, som gør, at det er hyggeligt og inviterer til at dyrke fællesskabet, uanset om man er mange eller få. Forskellige typer af opholdsarealer underbygger ligeledes behovet for oplevelse af privathed, som hænger sammen med afstande til andre mennesker og det omgivende fysiske miljø. Der kan arbejdes med forskellige afstande, som kan påvirke følelsen af trykthed eller utrykthed og den enkeltes oplevelse af privathed (Roessler). Opfattelsen af afstande kan inddeles i fire zoner, som kan være vigtige at have for øje, når der skal bygges til forskellige former for samvær (Roessler). De fire zoner er illustreret i figuren til venstre.

De fleksible rammer kan med fordel også understøtte plads til fordybelse og studieaktivitet, da de unges fritidsaktivitet ofte skal passes ind i en travl hverdag med venner og skole, hvilket ikke altid er muligt. For de unge og i særlig grad pigerne er manglen på tid en væsentlig barriere for at dyrke idræt (Pilgaard), hertil svarer halvdelen af pigerne i Pigernes Stemme, at de har svært ved at få skole og fodboldtræning til at hænge sammen i hverdagen (Lethin).

Placeringen af opholdsarealerne er vigtig og bør vurderes i forhold til deres funktion. I en evaluering af tre gymnastikhaller påpeger brugerne, at de værdsætter opholdsmuligheder, som er præget af liv, og hvor det er muligt at overvære aktiviteten på stedet (Niras). Ved at gøre plads til socialt ophold i umiddelbar nærhed af aktivitetsfladen, giver det mulighed for at tilskuere kan blive inspireret til selv at prøve kræfter med aktiviteten, eller at de kan inviteres med på banen og potentielt med i foreningen.

For at tiltrække nye medlemmer til klubben, er det vigtigt, at udefrakommende og forbipasserende kan få et indblik i, hvad der sker i huset. Både i forhold til aktiviteter og det sociale liv i klubben. Dette kræver en transparent facilitet, som kan introducere til livet i klubben

uden at udstille de aktører, der udgør dette liv. Udover transparens i selve faciliteten, kan klubbens udeområder også være med til at fremvise aktivitet og skabe liv rundt om selve bygningen, og på den måde invitere andre brugere og potentielle medlemmer ind, forudsat at udeområdet er synligt, åbent for offentligheden og inspirerer til spontan og legende aktivitet for forskellige aldersgrupper.

## Omklædningsrummets særlige funktion

Omklædningsrummet i idrætsfaciliteten eller klubhuset er specielt, da samværet her i et vist omfang foregår i afklædt tilstand, og den oplevede privathed dermed kan blive udfordret. I dagens Danmark er der et omfattende fokus på krop og sundhed – hvor den veltrænede og perfekte krop især er et opmærksomhedspunkt hos de unge piger, som generelt er mere optagede af deres udseende end de unge drenge og er tilsvarende mere utilfredse med deres krop (Nielsen). I mulig relation til dette, ses en stigende tendens til at unge piger og drenge hverken klæder om eller går i bad i forbindelse med idræt (Østergaard). Dertil er det i særlig grad pigerne, som ikke kan lide at bade med andre, hvilket 70% udtrykker i en undersøgelse blandt 1300 unge mellem 13 og 16 år (Østergaard). Omklædningsituationen kan udgøre et dannende alternativ til de billedbårne mediers fremherskende kropsidealer og kan dermed også være en del af en foreningsstrategi.

For at modarbejde tendensen med at de unge springer badet over, bør man sikre, at de fysiske forhold i omklædningsrummene ikke forekommer som endnu en barriere for at klæde om og gå i bad og dermed gå glip af den såkaldte tredje halvleg.

Udover at være et funktionelt rum, er omklædningsrummet også det uformelle rum, hvor det sociale omkring fritidslivet spontant kan udfolde sig og dyrkes. Det er her den netop overståede træning bliver evalueret og planlægning af weekendens kamp eller af det næste sociale arrangement foregår, samtidig med at historier fra privatlivet udveksles under bruseren. Omklædningsfaciliteten bør derfor kunne understøtte mere end selve omklædnings- og badesituationen og samtidig imødekomme forskellige behov for privathed.



Læs mere her:

Ibsen: [Pigers Idrætsdeltagelse](#)

Jensen: [Gode idrætsmiljøer for Piger \(2018\)](#)

Lethin: [Pigernes stemme](#)

LOA: [Erfaringsopsamling fra Omlædningspavillon i Fremad Valby](#)

Munk: [Arkitektur, idræt og kvinder](#)

Niras: [Evaluering af Gymnastikhaller](#)

Nielsen: [Når det er svært at være ung i DK](#)

Roessler: [Arkitekturpsykologi – idrætsrum som med og modspiller](#)

Pilgaard: [Danskernes Motions og Sportsvaner 2016](#)

Østergaard: Ung i en Præstationskultur (bog)

Tribune 8: [Fra omlædningsrum til opholdsrum, dec. 2007](#)

Tribune 16: [Fodboldpigernes egen omlædningsboble, dec. 2011](#)

UEFA: [Together #wearestrong \(2017\)](#)

Boldklubben Fremad Valby opførte i 2010 en omlædningspavillon til klubbens pige- og kvindespillere, hvor man erfarede, at man med nye rammer og pigernes medskabelse af disse kunne understøtte en kulturændring, hvor det blev naturligt at samles i omlædningsrummet før og efter træning (LOA). Omlædningspavillonen består af tre typer af områder – en offentlig zone, en halvoffentlig zone og en privat zone, som lægger op til forskellige typer af samvær, samtidig med at forskellige behov for privathed understøttes. Pigerne og kvinderne har efterfølgende været positive overfor den nye sanselige stemning i rummet med mere lys, varme, bløde former, flere spejle og praktiske stik til hårtørrere. (Tribune 16) Når nye omlædningsrum til kvinder udvikles, skal der altså tages hensyn til både stemning, det sociale samvær, grader af privathed og den praktiske funktionalitet. Helt lavpraktisk vægtes rengøringsniveau og hygiejne højt i forbindelse med valg af aktivitetssted af 52 % af kvinderne, mens det samme kun gør sig gældende for 37,6 % af mændene. (Tribune 8) Omlædningsrummet skal løse sine grundfunktioner, men det skal samtidig tage imod og favne ophold og samvær på en attraktiv måde.



Eksempel på forskellige afskærmnings muligheder i bruserummet.

## Fodboldens styrker

Idræt styrker den fysiske sundhed for piger, drenge, kvinder og mænd. Og så er idrætten, idrætsfællesskabet, og dermed livet i klubben, en kilde til mental trivsel for begge køn og alle aldre.

Glæde og mental trivsel styrkes i idrætsklubben – i bund og grund fordi idræt er en sanselig oplevelse, der tager sit udspring i det fysiske samvær, hvor følelsen af at høre til styrkes gennem fysisk aktivitet sammen med andre. Idrætten er et sted, hvor selvværdet og trivslen får et boost fordi det er meningsfyldt at udvikle sig og lære at mestre nye færdigheder. Eller sammen kæmpe mod et fælles mål og hvis det glipper, så sammen håndtere modgangen og finde robustheden til at rejse sig igen. Men mest af alt er idrætten et frirum, hvor tiden bliver sat i stå og hvor alle forpligtigelser og/eller bekymringer for en tid bliver skudt til hjørne for at være tilstede i nuet.

## Glæde som værdi

I undersøgelser af hvad der motiverer til fodbolddeeltagelse, kommer det at vinde langt nede på listen. Topscorere er her i stedet at udvikle sig/blive bedre, at have det sjovt, samt at have gode relationer på og omkring holdet og i klubben (Jensen).

Det gode fællesskab i træningsmiljøet (holdet) bæres i høj grad af træneren, hvoraf størsteparten i interview giver udtryk for, at de også vil mere med deres trænergerning end "blot" at vinde. Trænerne fremhæver, at de motiveres til trænergerningen ved at give gode oplevelser, at skabe gode fællesskaber, at den enkelte spiller oplever at blive bedre, samt følelsen af at videregive kompetencer, som også kan bruges udenfor banen.

Helt generelt er det gode idrætsfællesskab kendetegnet af fysisk aktivitet, at vi har det godt med hinanden, at der er plads til at grine og eksperimentere og derved udvikle sig gennem lærerige fejl. For pigerne, der synes at være mere trivselsmæssigt udfordret

af den præstationskultur, som er en stor del af ungdomslivet, bliver idrætsfællesskabet en modvægt og et pusterum fra en "sammenligning af sig selv med andre" mentalitet. Undersøgelser viser, at 80% af unge fodboldspillende piger i alderen 13-17 år har oplevet en større selvsikkerhed som følge af holdfællesskabet i fodboldklubben (UEFA).

## Fællesskabet på og udenfor banen

Ligesom det gode idrætsfællesskab i træningsmiljøet ikke blot opstår, men skabes af vigtige kulturbærere, så skabes det gode fællesskab i klubmiljø også af nogle påvirkelige byggesten. En af de byggesten er fællesskabets fysiske rammer og hvordan disse anvendes. Her har hyppigheden af aktiviteter der underbygger fællesskab på og uden for banen betydning for, hvor stærkt og meningsfyldt fællesskabet vurderes til at være.

En bevidsthed omkring brugen og fordelingen af de tilstedeværende faciliteter har betydning for fællesskabet. Og dermed også betydning for klubbens medlemstal, da både piger, drenge, kvinder og mænd tiltrækkes af miljøer, hvor den fysiske aktivitet "krydres" med et meningsfyldt socialt samvær.

En anden væsentlig faktor for pigernes lyst til at snøre fodboldstøvlerne, er oplevelsen af accept og anerkendelse fra klubben. 40% af pigerne i Pigernes Stemme oplever at drengene i deres klub prioriteres højere end pigespillerne, og to ud af tre piger får mindre lyst til at fortsætte med fodbolden af den grund (Lethin). Ved at prioritere faciliteter, som understøtter det sociale samvær omkring idrætten, og som tilgodeser pigerne i en særlig grad, imødekommer man både pigernes behov for at dyrke fællesskabet og for at føle sig værdsat og anerkendt i klubben.

# CASE

## INTRO TIL CASE OG PROCESPLAN

Herstedøster Idræts Club (HIC) har både drenge- og pigehold og en ambition om at være en breddeklub for mange medlemmer i alle aldre. HIC er valgt som case for denne undersøgelse, fordi klubben ønsker at forbedre forholdene for pigeholdene, som et vigtigt element i planerne for forbedring af klubfaciliteterne. Klubben er repræsentativ for andre klubber og har samtidig en aktuel anledning til at udvikle nye faciliteter særligt rettet mod piger og kvinder. Keingart har planlagt og gennemført et projektudviklingsforløb baseret på en række interviews, analyser og workshops med intensiv inddragelse af pige-/kvindehold på alle alderstrin. I det følgende gennemgås klubbens forudsætninger og de enkelte faser i procesforløbet. Processen har gradvist afdækket præferencer og løsningsforslag til forbedring af klubbens faciliteter generelt og kvindernes omklædning specifikt.

## Kortlægning af klubben og dens medlemmer

### HIC'S PROFIL

Herstedøster Idræts Club (HIC) er en fodboldklub, der har ambitioner for fremtiden. HIC ønsker at følge med tiden og tilbyde medlemmerne de bedste muligheder for at udøve deres sport. Klubben har særligt fokus på at fastholde og videreudvikle pige/kvindeafdelingen samt generelt at tilbyde livslang idræt til glæde for en bred skare, uanset alder og køn. HIC er en meget social klub, og medlemmerne efterspørger ikke udelukkende motionsidræt med fokus på kamp og konkurrence; det sociale samvær er i særlig grad omdrejningspunktet for klubben. Klubben ønsker faciliteter, der skaber grundlaget for både en velfungerende dagligdag og muligheden for en positiv udvikling af idrætstilbuddene i klubben

### BRUGERE

I HIC er mantraet: En spiller er en spiller. Det afspejler sig tydeligt i medlemstallet hvor godt 30% af de 650 medlemmer er kvinder, en høj andel i forhold til mange andre fodboldklubber. Desuden er medlemmerne godt fordelt aldersmæssigt, et resultat af klubbens målsætning om at fastholde medlemmer i alle aldre og tilbyde livslang idræt.

### KLUBLIV

I HIC har det sociale liv altid været en central del af klubben. Klubhuset med den tilhørende store terrasse foran bruges flittigt, og her afholdes mange arrangementer. Eksempelvis fællesspisning hver torsdag er meget populært. Omklædningsrummene er også vigtige for det sociale liv i HIC, hvor medlemmerne samles holdvis før og efter kamp og træning, hvilket er i kontrast til mange andre klubber, hvor badesituationen nedprioriteres. Her møder alle hold dog voldsomme udfordringer, da mange må klæde om sammen, og særligt pige-/kvindeholdene har udfordringer med at få

tid og plads nok i omklædningen. Disse udfordringer og overlap ses også på bookingskemaet for de fem eksisterende omklædningsrum i dag (se side 12).

De nuværende omklædningsrum imødekommer ikke de behov, som har stor betydning for pigers/kvindes idrætsdeltagelse. Dette medfører at både børn og voksne fravælger at klæde om i HIC, hvilket forringer det sociale liv i klubben og dermed bliver en kæmpe udfordring i forhold til at fastholde medlemmerne.

### AKTIVITETER

Omkring udviklingen af de idrætsmæssige tilbud i HIC, er det klubbens ambition at kunne tilbyde både traditionel fodbold, mere motionsbaserede idrætstilbud som fodboldfitness, gymnastik, løbe- og cykelhold, samt fitnessstræning. Klubben oplever stor udnyttelse af det lille fitnesslokale, som benyttes af mange fra seniorspillere til torsdagsmotionister, der er en gruppe pensionister, som fast dyrker fitness. Klubben ser et stort potentiale i at kunne tilbyde større og bedre rammer for motionstilbud, og mener at dette vil kunne tiltrække flere aktive i alle aldersgrupper. HIC ser særligt et perspektiv i at kunne fastholde piger (og drenge) i 17-20 års alderen ved at kunne tilbyde individuel fitnessstræning.

### SAMARBEJDER

HIC har et godt samarbejde med naboen Albertslund lilleskole, en velfungerende friskole som i dagligdagen benytter klubbens faciliteter, både inden- og udendørs. Senest er der også indgået et samarbejde med den store lokale folkeskole, Herstedøster skole, om at gennemføre et valgfag om fodbold. Disse eksempler på fleksibel brug og dermed optimal udnyttelse af faciliteterne giver mening for klubbens ønsker om en endnu stærkere forankring i lokalsamfundet og understøtter behovet for en forbedring af de fysiske faciliteter.



### GENERELT OM KORTLÆGNING OG ANALYSE

Før opstarten af et udviklingsforløb er det vigtigt at indhente så meget viden som muligt for at afdække de egentlige udfordringer og behov, og derved skabe et solidt fundament for de tidlige beslutninger om hvilken retning projektet skal udvikle sig i. Der skal både fremskaffes national (og international) viden om tendenser, trends og foregangseksempler, og lokal viden om de fremtidige brugere og udviklingsmulighederne i den konkrete kontekst. De fleste projekter starter desværre med at beskrive en løsning, hvor der egentlig er mere brug for at beskrive de fremtidige behov. For at afdække behovene er det nødvendigt at kortlægge de forskellige og potentielle brugergrupper, de aktiviteter de er engageret i, og de faciliteter de har til rådighed. Hvis man først afdækker og beskriver, hvad brugerne gerne vil kunne gøre, kan man senere omsætte de ønskede aktiviteter til nye former for faciliteter.

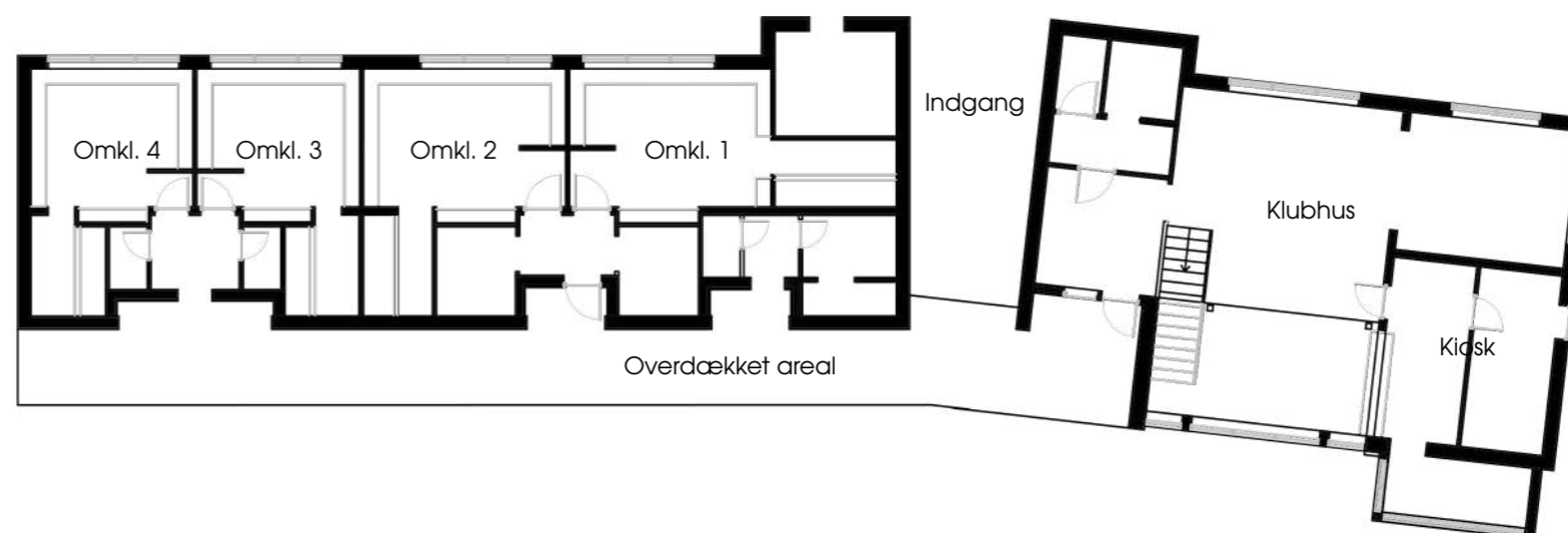
### Kortlægning af klubbens faciliteter

Herstedøster Idræts Club ligger på Bymosevej i Albertslund kommune, tæt på kommunegrænsen til Glostrup. Klubben ligger op til et fredet skovareal med kig til naturområdet Herstedhøje. Som nabo har klubben Albertslund lilleskole og fritidsordning. På grunden foran bebyggelsen ligger klubbens opvisningsbane, hvorimod træningsbanerne er placeret andre steder i gåafstand fra grunden. Klubhuset og omklædningsrummene er placeret langs Bymosevej. De danner en ryg op mod vejen og gør at området lukker sig omkring opvisningsbanen på den anden side. Faciliteterne består af en gammel omklædningsbygning, der ligger tættest på lilleskolen, og en nyere bygning fra 2003 ved siden af. Denne bygning indeholder klubhuset med mødelokaler og kiosk, samt fire omklædningsrum.

Den gamle omklædningsbygning bruges til omklædning og fitness i sommerhalvåret og alene som fitness i vinterhalvåret. Bygningen er i dårlig stand og forudsættes nedrevet.



Situationsplan af området (ikke i skala).



Plan tegning af eksisterende bygning.

### Kortlægning af anvendelsen af faciliteterne

Mange brugere af idrætsfaciliteter har en fornemmelse af at alle timer er fuldt udnyttet, og at der ikke er plads til flere medlemmer og aktiviteter. Når man (som i HIC's tilfælde herunder) foretager en præcis opstilling af de bookedede timer, viser der sig ofte et andet billede med ledig kapacitet

på bestemte tidspunkter. Hvis man går skridtet videre og for hver time tæller, om der rent faktisk er brugere i faciliteterne, viser en række optællinger i f.eks. idrætshaller, at ca. 25-30% af de bookedede timer reelt ikke udnyttes (IDAN 2017: Hver fjerde bookedede haltid bliver ikke brugt).

En grundig kortlægning af anvendelsen kan derfor bidrage til et meget mere præcist billede af hvad de fremtidige kapacitetsbehov vil være. I HIC casen blev nedenstående skema udfyldt og her ses det f.eks. tydeligt, at der lige omkring kl. 18 på hverdagene er trængsel, mens der før og efter er mindre pres på omklædningen.

**MANDAG**

Omk.	16.00	16.30	17.00	17.30	18.00	18.30	19.00	19.30	20.00	20.30
1		U13 + 15 D			H Senior	Bad			Bad	
2		U17(2) D		U17(1) D		Bad		Bad		
3		U10 D			S. Veteran	Bad			Bad	
4				Udehold D	K Senior			Bad		
5		U12 D			Udehold V	Bad			Bad	
					K Ffitness			Bad		

**FREDAG**

Omk.	16.00	16.30	17.00	17.30	18.00	18.30	19.00	19.30	20.00	20.30
1						Sjællandsserien				Bad
2		U17(1)				Bad				
3		U11 D				Bad				
		Udehold D				Bad				
4						Udehold				Bad
5		U15 D				Bad				

**TIRSDAG**

Omk.	16.00	16.30	17.00	17.30	18.00	18.30	19.00	19.30	20.00	20.30
1		U9 D				Bad				
		U11 D			Senior(1)	Bad		Bad		
2		U14 D				Bad				
					Senior(2+3+4)			Bad		
3		U10/13 P				Bad				
		Udehold P				Bad				
4		U14 P				Bad			Bad	
					U15/16 P			Bad		
5		Udehold D				U18 P			Bad	
					S. Veteran				Bad	

**LØRDAG**

Omk.	09.30	10.00	10.30	11.00	11.30	12.00	12.30	13.00	13.30	14.00	14.30	15.00	15.30	16.00	16.30
1			U13 D				Bad								
											U17 D				Bad
2		U12 D				Bad									
										Serie 4				Bad	
3		Udehold D				Bad									
										Udehold				Bad	
4						Udehold				Bad					
														Udehold	Bad
5		S. Veteran				Bad									

**ONSDAG**

Omk.	16.00	16.30	17.00	17.30	18.00	18.30	19.00	19.30	20.00	20.30
1		U12 D			Senior H	Bad				
								Bad		
2		U17(1)				Bad				
					U17(2)			Bad		
3		Udehold D				Bad				
					Udehold H			Bad		
4		U10 D				Bad				
		U13 D				Bad				
5						U15/16 P				Bad

**SØNDAG**

Omk.	09.30	10.00	10.30	11.00	11.30	12.00	12.30	13.00	13.30	14.00	14.30	15.00	15.30
1				Senior H			Bad						
2		U16 D				Bad							
							U16 P				Bad		
3		Udehold D				Bad							
4							Udehold				Bad		
5						Udehold					Bad		

**TORS DAG**

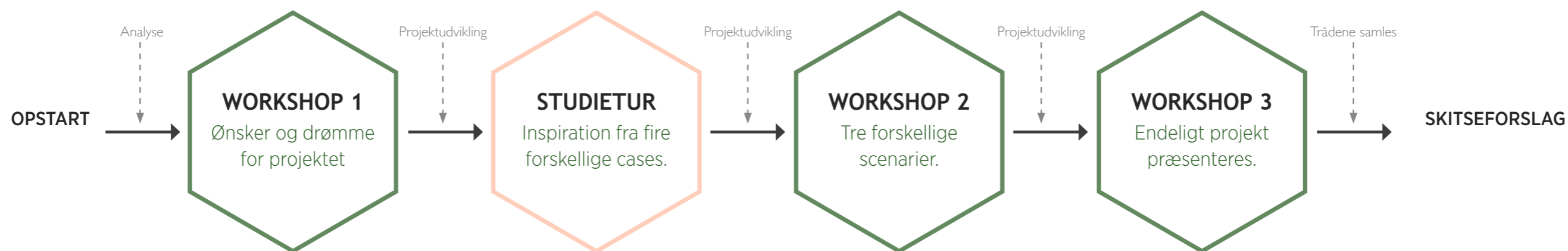
Omk.	16.00	16.30	17.00	17.30	18.00	18.30	19.00	19.30	20.00	20.30
1	U8 D					Bad				
		U9 D				Bad				
		U13 D				Bad				
					Senior H(1)			Bad		
2	U11 D					Bad				
		U14 D				Bad				
					Senior H(2+3+4)			Bad		
					S. Veteran					Bad
3	U7 P					Bad				
					Fodbold F K			Bad		
						Udehold K				Bad
4			U10/13 P					Bad		
					Senior K			Bad		
						Senior K				Bad
5	U15 D					Bad				
		Udehold D				Bad				
		Udehold D				Bad				

# PROCESSEN

## PROCESPLANLÆGNING

Når der i en udviklingsproces skal skabes viden om de fremtidige behov og de mange mulige løsninger, som kan indfri disse behov, er det vigtigt at planlægge en proces som kombinerer tre væsentlige principper: For det første skal brugerne inddrages i videst muligt omfang, så de er medudviklere og ikke føler, at de pludselig får et fremmedartet projekt presset ned over sig. For det andet skal mulighedsrummet holdes åbent i et stykke tid, så man undersøger en bred vifte af potentielle behov og løsninger og ikke forelsker sig i de første og de bedste idéer. For det tredje skal der drøftes store abstrakte visioner, men især også meget specifikke og visuelle løsninger, fordi de fleste brugere ofte ikke

ved, hvad de vil have, før de har set hvad de konkret kan få. Set i dette perspektiv erkender mange brugere først deres potentielle behov, når de præsenteres for byggede eksempler eller skitser af mulige løsninger. Fælles studieture og workshops, hvor brugerne bliver bedt om at forholde sig til andres faciliteter eller til helt nye bud på løsninger, bliver således en genvej for alle parter til at skabe viden om præferencer og muligheder. I det følgende præsenteres den proces og de mellemregninger og undersøgelser, der fremkom under udviklingen af HIC's klubfaciliteter. Det er væsentligt at den enkelte klub eller bygherre planlægger en proces som svarer til det specifikke projekts type og ambitionsniveau og sikrer, at de relevante nuværende og fremtidige brugere kommer med på rejsen.



## Proces

Som opstart på projektet gennemførte HIC, i samarbejde med DBU, en visionsworkshop, der dannede det første grundlag for det videre arbejde. Keingarts udvikling af projektet blev efterfølgende struktureret omkring afholdelse af tre workshops, en studietur, samt en række interviews (se bilag 1 for interviews). Hele processen strakte sig henover en periode på tre måneder. Ved hver workshop og på studieturen var der ca. 30-40 deltagere.

På de afholdte workshops varetog Keingart mødeledelsen mens spillere, trænere og ledere fra HIC gav inputs til, hvordan klubben kunne udvikle sig og skabe bedre vilkår for alle medlemmer.

Hver workshop bestod af oplæg fra Keingart, diskussion af oplægget i grupper og til sidst en opsamling i plenum.

## Procesforløbet

På workshop 1 blev visionen og brugernes grundlæggende behov diskuteret. På den efterfølgende studietur besøgte brugerne fire forskellige omklædningsrum, og fordele og ulemper ved de forskellige typer blev diskuteret.

Output fra workshop 1 og fra studieturen dannede grundlag for, at Keingart kunne udarbejde tre forskellige scenarier for dels udbygningen af de samlede klubfaciliteter, dels udformningen af omklædningsrum særligt til piger. På workshop 2 blev fordele og ulemper ved de tre løsningsscenarier diskuteret, både for omklædning og de samlede faciliteter. Fordelen ved denne tilgang var, at brugerne fik lejlighed til at diskutere nogle meget konkrete løsninger, samtidig med at det stod klart, at der fortsat var mange mulige løsninger, som kunne komme i spil.

De oplyste fordele, ulemper og supplerende idéer fra workshop 2 blev fundamentet for et fjerde samlet forslag, som Keingart herefter skitserede. Ved workshop 3 blev den endelige skitse til klubbygningen og omklædningen præsenteret og kommenteret. Der skete herefter en endelig tilretning til det skitseprojekt som præsenteres i afsnit 2.

## Workshop 1 - ønsker og behov

### FORMÅL MED WORKSHOP 1

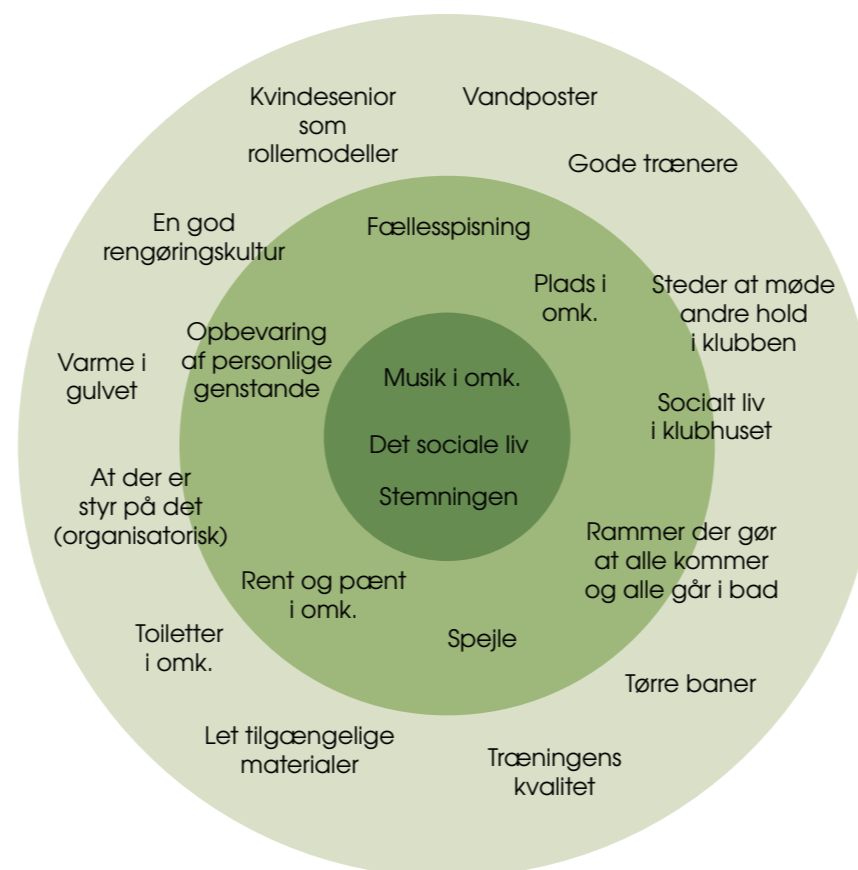
I starten af udviklingsprocesser er det afgørende, at brugerne opnår et fælles billede af det væsentligste mål for projektet, så man kommer afsted i den rigtige retning. Målet kan udkrystallisere sig gennem fælles diskussioner om overordnede formål og værdier, som fører frem til en sproglig formulering af en vision. Målet kan også vise sig gennem en prioriteret pulje af udsagn om dagligdags forhold, som de enkelte brugere hver især finder vigtige, eller gennem diskussion af centrale dilemmaer som brugerne skal navigere imellem.

I HIC processen blev der både diskuteret overordnede emner som sammenhængen mellem tidssvarende faciliteter og fastholdelse af medlemmer, og kortlagt konkrete oplevelser med de nuværende omklædningsrum og prioriterede ønsker til forbedringer.

Workshop 1 handlede om at få afdækket ønsker og behov i forbindelse med både kvinders og pigers omklædning og det udvidede klubhus i sin helhed. Deltagerne på workshoppen var repræsentanter fra alle kvinde- og pigehold i HIC. De blev inddelt i grupper efter deres hold (og dermed alderstrin), og blev stillet en række mindre opgaver.

Grupperne blev først bedt om at tage stilling til de eksisterende omklædningsrum og markere, hvilke steder de opholdt sig mest og mindst, samt hvorfor. Resultatet kan ses på side 15 hvor kommentarer er påført ud for de enkelte steder og remedier. Herefter udfyldte grupperne cirkler og skemaer, hvor de oplistede og prioriterede forhold, som de mente havde betydning for en god omklædningsituation. Resultatet kan ses i koncentreret form herunder.

### Behovs analyse

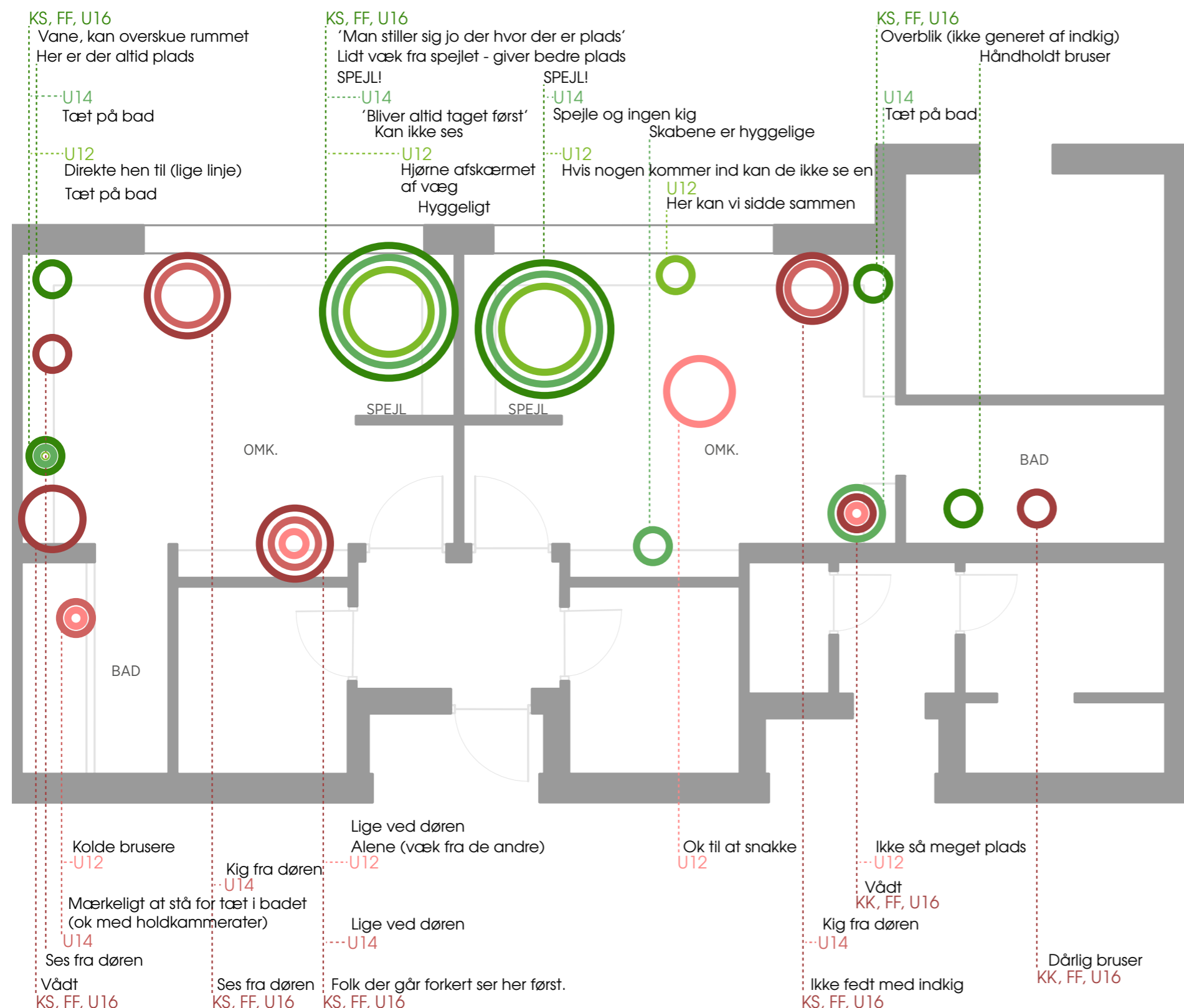


Behov og ønsker for fremtidige omklædningsrum og øvrige faciliteter ved HIC. Placeret i den inderste cirkel er de vigtigste behov, hvor mindre vigtige er placeret i yderste cirkel.

Tema	Score	VIGTIGT FOR BRUGERNE (Hvad skaber en god dag i klubben)	U12	U14	U16	KS1	KS2	FF1	FF2
Socialt - Ikke relateret til træning	3,5	Den gode stemning	x	x	x		x		
	2	Liv i klubben (samvær med andre hold på klubbens arealer)			x	x	x		
	2	At alle/mange møder ind til træning			x			x	x
	1,5	Samvær i klubhuset udenfor træning					x	x	x
	1	Spise aftensmad sammen i klubhuset		x					
Socialt - Relateret til træning	5	Samvær inden træning	x	x	x	x	x	x	x
	3,5	Samvær i baren/loungen efter træning	x		x		x	x	x
	3,5	Samvær omklædning efter træning		x	x		x	x	x
	3	Samvær ved borde-bænkesæt efter træning	x				x	x	x
Selve træningen	2	Træning af høj kvalitet		x	x				
	1	Engagement fra holdkammerater			x				
	1	At dagen/træningen er overskuelig			x				
Faciliteter	4	Vand: Behagelig temperatur		x	x	x	x	x	x
	4	Plads		x	x	x	x	x	x
	3,5	Rene og pæne faciliteter	x		x		x	x	x
	3,5	Musik i omklædningsrum	x	x	x		x		
	2	Tilgængelige materialer				x	x	x	x
	1,5	Overhovedet at komme i bad (!)				x		x	x
	1,5	Gode baner (ikke mudrede, våde)	x			x			
	1	Rene og pæne toiletter						x	x
	1	Tilgængelige spejle i omklædning	x						
	1	Vandposter			x				
Andet	1,5	Personlige ejendele ikke flyttes				x		x	x
	1	Ingen lugtende kloakker							x

Vigtige temaer for pigerne og kvinderne. Her ses det også fordelt ud på hvad der er vigtigt for de forskellige aldersgrupper.

## Analyse af omklædningsrummet



"Pladsen ved spejlet og der hvor man ikke kan ses fra døren bliver altid taget først"  
- Pige fra HIC, 14 år.

- 5 erfaringer**
- Stikkontakt ved spejl.
  - Minimer indkig fra døren.
  - Toilet i forbindelse med omk.
  - Mulighed for musik/højtaler.
  - Afskærm vand fra badet fra resten af rummet.
  - God plads til tasker og tøj.

**LÆRING FRA WORKSHOP 1**  
Af behovsanalysen fremgår det tydeligt, at god stemning og socialt samvær har den højeste prioritet blandt deltagerne, mens de mere praktiske forhold kommer lidt i anden række. Inde i omklædningsrummet er det de nicheagtige pladser, som er godt skærmet mod indblik, som er mest populære, særligt når der også er et spejl. Forhold omkring intimitet i badet bliver nævnt, og særligt de lidt ældre piger ønsker ikke at stå for tæt.

Udpegnig af gode og dårlige områder at opholde sig, i de eksisterende omklædningsrum

U12	GODT	DÅRLIGT	U14	GODT	DÅRLIGT	KVINDESENIOR (KS)	GODT	DÅRLIGT
	○	○		○	○	FORBOLD FITNESS (FF)	○	○
						U16		

## Studietur

### FORMÅL MED STUDIETUREN

De fleste brugere anvender de faciliteter, de kender godt som målestok, når de skal bedømme forslag til nye faciliteter. Selvom man bliver vist billeder af andre faciliteter, er det de steder man selv har været, der har lagret sig dybest. Det er de oplevede situationer der danner den såkaldt tavse viden, som ofte har stor betydning for hvordan man reagerer på nye forslag, nogle gange uden at man selv tænker over det.

En studietur, hvor man tager rundt og besøger udvalgte eksempler på anderledes faciliteter, kan derfor være den mest effektive metode til at bryde brugernes vanetænkning og lukke op for nye muligheder. Samtidig kommer der for det meste mange værdifulde reaktioner frem i det direkte møde med forskellige fysiske omgivelser. Reaktioner som bør registreres og senere kan bruges som inspiration til at skabe nye typer af løsninger.

Studieturen blev afholdt en lørdag formiddag, og ca. 30 spillere fra HIC's pige-/kvindehold deltog. Turen bestod af besøg i fire forskellige omklædningsrum i København, hvor der enten i høj grad eller slet ikke, har været arbejdet med en pige-/kvinde tilgang i tilblivelsen af projektet. Turen havde til hensigt både at give de deltagende inspiration til forskellige løsninger på deres behov, og at give dem en rumlig forståelse af de forskellige facilitetstyper. Ved hvert besøg udfyldte de deltagende et pointark, som kan ses på side 18 og 19.

Undervejs i bussen blev deltagerne også stillet en lille opgave omkring rum og stemninger. Her skulle de vælge mellem 36 billeder og måtte sætte kryds ved maks. fem af dem, som de fandt tiltalende i forbindelse med en omklædningsituation. På side 17 kan den samlede besvarelse ses.

### Fremad Valby



Dette omklædningsrum blev valgt, fordi det er et af de eneste i Danmark som er formgivet særligt med henblik på (fodbold-) piger og kvinders omklædning. Det blev etableret til Fremad Valby Boldklub efter en grundig inddragelsesproces, og der er senere lavet erfaringsopsamling på brugen (LOA).

### Charlottehaven Wellness



På Østerbro i København ligger Charlottehaven Motions- og Wellnesscenter, som er i den eksklusive ende af skalaen og derfor også har omklædningsfaciliteter med et lidt højere kvalitetsniveau, hvor der samtidig er arbejdet med lys og materialer for at skabe en behagelig stemning.

### KU:BE



Studieturen blev lagt forbi KU:BE, fordi det er et nyt og lidt ukonventionelt kultur- og idrætsbyggeri på Frederiksberg, hvor der samtidig er brugt usædvanlige og meget stærke farver i holdomklædningsrummene.

### Parken



Parken på Østerbro er kendt af de fleste, og pigerne fra HIC var meget nysgerrige efter at se omklædningsrummet, hvor spillerne fra FC København klæder om. Rummet er et eksempel på de faciliteter, som fodboldspillere på det højeste niveau tilbydes.



## Opgave i busen + besvarelser fra inddragelsen med piger og kvinder fra HIC

GRUPPER: U12 U13-14 U16 KS FF



12 Hyggeligt | Hygge | Hurtig | Hygge |  
14 Lyst | Lyst |  
16 Hygge, sammen | Fællesskab |  
KS Hjemligt, fællesskab | Fællesskab |  
Wellness |  
FF Rart |

13 kryds, 5 hold



12 Ser spændende ud |  
14 Enkelt | Enkelt | Flot |  
16 Ordentligt |  
KS Imponerende, Detalje | Stilrent |  
Stilrent | Simpelt |  
FF Stilrent | Stilrent |

11 kryds, 5 hold



12 Lyset er flot | Detaljeret | Kærlighed |  
Detaljeret  
14 Hygge | Hygge | Anderledes |  
Anderledes |  
16 Festligt | Festligt |  
KS Opløftende | Festligt | Fest | Fest |

14 kryds, 4 hold



12 Hyggeligt | Afslappet | Udenfor |  
Afslappet |  
16 Roligt | Hyggeligt | Hyggeligt |  
KS Hyggeligt, fællesskab |  
FF Hygge | Hygge | Hygge |

11 kryds, 4 hold



12 Flot |  
14 Jordforbindelse | Jordforbindelse |  
KS Inspirerende, imponerende | Saligt |  
Drømme | Saligt | Trygt |  
FF Stilhed | Ro | Bevægelse |

11 kryds, 4 hold



14 Forår | Forår |  
16 Roligt | Fællesskab |  
KS Sammenhold, Skabe minder, Sanseligt  
| God belysning | Fællesskab | God  
belysning, naturligt lys |  
FF Hygge | Luftigt |

10 kryds, 4 hold



12 Flot og festlig | Forår  
14 Afslappet | Afslappet |  
16 Plads, alene | Fantasifuldt | Frihed |  
KS Tanker |

8 kryds, 4 hold



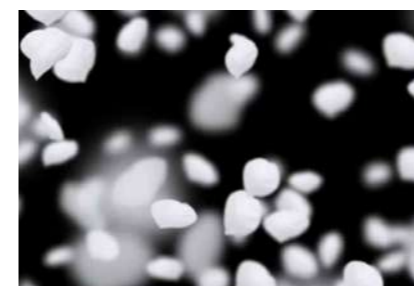
12 Blødt | X | Blødt  
16 Afslappet | Sammen |  
KS X |  
FF Blødt | Afslappet |

8 kryds, 4 hold



12 Fede detaljer |  
14 Enkelt | Enkelt | Stil |  
16 Fantasifuldt |  
FF Stilrent |

6 kryds, 4 hold



12 Gæster |  
16 Frihed | svævende |  
KS Roligt |  
FF Stilrent |

5 kryds, 4 hold



14 Grønt |  
16 Sommer |  
KS Afslappende, frihed |  
FF Fordybelse | Fordybelse |

5 kryds, 4 hold



12 ser flot ud | x |  
14 Hygge | hygge |  
16 Afslappet |  
KS Stilrent |

5 kryds, 4 hold



12 Flot | Sommer | Flot | Sommer |  
14 X | Lys | Sammen | Roligt |  
16 Sommer | Drømmende |  
Afslappende |

10 kryds, 3 hold



12 Frihed |  
16 Renlighed | Naturligt |  
KS Grønt |  
FF Grønt | Sanseligt |  
Farver, græs, grønt |

7 kryds, 3 hold



14 Flot |  
16 Inspirerende | Drømme |  
FF Frihed | Farver | Roligt, fængende |

6 kryds, 3 hold



12 Ser bare hyggeligt ud | Festligt | Fint  
14 | Festligt |  
14 Stille |  
FF Wellness (men grimme farver) |  
Wellness |

6 kryds, 3 hold



12 Flot | Flot |  
14 Blå | Blå |  
FF Blå, vand | Farver |

6 kryds, 3 hold



12 Dejligt | Dejligt |  
KS Balance |  
FF Blødt, Bølgende |

5 kryds, 3 hold

## Opsamling på kommentarer til omklædningsrummene fra inddragelsen med piger og kvinder fra HIC:

GRUPPER: U12 U13-14 U16 KS FF

"Det er rart med nogle farver og der kunne godt være vinduer"  
- Piger fra HIC, 12 år.

### FREMAD VALBY



#### VURDERING

Pointskala: 1 = Dårligt, 5 = Godt

Kommentarer

##### STEMNING

Appellerer denne stemning til dig?



Der kan godt være flere farver  
Ikke så meget personlighed, meget lyst stilrent, men ikke imponerende  
For koldt, kedeligt, stilrent

##### FUNKTIONER

Var der det der skulle være?



for lidt bænklads. Stikkontakter kun bad. virker ikke færdigt.

##### INDRETNING

Var funktionerne hvor de skulle være?



Der kunne godt være flere farver

Pænt. Rumligt. Lidt rodet/presset  
For smalt, kolde bænke.

##### BRUSEOMRÅDET

Var afskærmningen tilpas?



Man kunne snakke sammen

Meget åbent, underligt. Små men socialt

##### STØRRELSE

Kan der være 2 hold samtidig?



Der er ikke plads til 2 store hold

Nej  
Kun plads til 1 hold.

##### SAMLET VURDERING



#### YDERLIGERE KOMMENTARER

Mangler farve og personlighed. Lidt kedeligt. Godt med toilet inde i rummet. Pænt med mønstrene.  
Rent, hvidt, simpelt, god plads på toilet. Gode spejle, men skal være større. Her er alt for koldt og småt. For lyst og enkelt. Skab til mobiler er en god ide. Det er hyggeligt med runde bade. Bænkene er ikke behagelige. Meget isoleret fra herre.  
Dårlig indretning. Gården er fin, men ikke et behov vi har. Skabene skal passe ind i rummet. For smalt, for koldt, kan ikke forstå de bløde linjer med bænkene. For lidt spejle. WC inde i rummet er godt. Mangler farve. Mangler rum til tasker. Mangler personligt præg. Hårdt. Godt med aflåste skabe. Ikke mulighed for hyggesnak.

### KU:BE



#### VURDERING

Pointskala: 1 = Dårligt, 5 = Godt

Kommentarer

##### STEMNING

Appellerer denne stemning til dig?



Lidt for rødt. Kan godt lide det blå omk.  
Meget rødt  
godt med farve, for rødt.  
Farven er tung.

##### FUNKTIONER

Var der det der skulle være?



Skabene fungerer godt. plads under bænke.  
Skabe fede. mangler spejle

##### INDRETNING

Var funktionerne hvor de skulle være?



Højt til loftet.  
Bænken i midten er fed.

##### BRUSEOMRÅDET

Var afskærmningen tilpas?



Ikke nok brusere. Kan ikke snakke.

Flere brusere.  
For råt og opdelt. for få brusere.  
For opdelt for koldt. for få.

##### STØRRELSE

Kan der være 2 hold samtidig?



Der er ikke plads til 2 store hold

Nej

Med god vilje.

##### SAMLET VURDERING



Der mangler spejl.

Man kan ikke tage bruseren ned

#### YDERLIGERE KOMMENTARER

Der kunne godt være vinduer.  
Det er lidt irriterende at det er rødt. Væggen i badet er flot, flot beton. godt med skabe. farven blå er pæn. Mangler spejle  
Den røde farve er for meget. Mere ro med den blå. Flere forskellige farver.  
Der mangler spejle og stik. det er meget råt. Godt med skabe. Mangler naturligt lys. Ikke hyggeligt med bænken i midten. Fede bænke og skabe! Federe farver hos mændene(turkis). Lidt for indelukket. Temperaturregulering i bad!  
Fed rå væg i bad. Fedt med farver. Sæbeholder i bad er en god ting. WC'er tilknyttet bad. Mangler spejle. Fede hvide skabe ude i gangen.

LÆRING FRA STUDIETUREN

Generelt syntes pigerne ikke, at omklædningsrummene må blive for hvide og stilrene, men heller ikke at de må blive for "pangfarvede". Der skal være brusere nok og gerne overfor hinanden, så man kan snakke sammen i badet. Fodboldpigerne her spiller på hold, hvor de kender hinanden godt, og det er måske årsagen til, at de ikke synes at omklædningsrummet må være for opdelt. De fleste var glade for mange skabe, ligesom spejle, stikkontakter og tørreplads er afgørende. Logoer eller andre former for identitetsskabende elementer er velkomne, mens runde bænke og "bløde former" ikke nødvendigvis tiltalte kvinderne.

CHARLOTTEHAVEN FITNESS & HEALTH CLUB



VURDERING

Pointskala: 1 = Dårligt, 5 = Godt

Kommentarer

STEMNING

Appellerer denne stemning til dig?



Hyggeligt  
Hyggeligt. For afslappet belysning  
Dufter godt. Mere lys. hyggelig stemning  
Mørkt. Dunkelt

FUNKTIONER

Var der det der skulle være?



Der er gode brusere. Hårtørrer, Sauna.  
Mere siddeplads  
Godt med hårtørrer, stik og spejl.  
Høj hylde under spejl er godt.

INDRETNING

Var funktionerne hvor de skulle være?



godt med spejle.  
Ikke så hold mindet.  
Pæne farver/stilrent.  
Rummet er for opdelt. bænken er ikke god.

BRUSEOMRÅDET

Var afskærmningen tilpas?



Man kan ikke snakke sammen.  
Meget opdelt. men gode brusere.  
For opdelt. Godt med forskellige brusere  
ikke enkelte båse. Gode knager.

STØRRELSE

Kan der være 2 hold samtidig?



2 hold  
meget plads, men meget opdelt.  
ja, men opdelt.  
Mange små skabe.

SAMLET VURDERING



For afslappet, men ellers fint.

YDERLIGERE KOMMENTARER

Flotte farver, der kunne godt være mer sidde plads. Godt indrettet. Ingen vægge mellem badene. Flot med spejlene i midten. Godt med skabene.  
Lys. Stort toilet. måske noget roligt musik og billeder(meget flot sted). Godt med store spejle. Mangler et sted hvor man kan tale sammen, ligge taktik.  
Bænke lidt for lave og koldt materiale. Lidt ærgeligt med væggene der opdeler rummet. Pladsen er fin, mange skabe. Dog er det lidt for presset og lukkede badeområder. En god atmosfære. Bænken i midten fungerer godt. Måske en smule for afslappet.  
Loftlyset er behageligt. Fedt med skohylden. + mærke i gulvet 'ingen sko'. Indelukket. Dårlig luft. Varmt. Mangler vinduer der kan åbnes. akustisk dårlig.  
Ingen udnyttelse af bænkeplads.

PARKEN



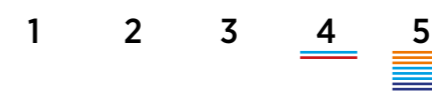
VURDERING

Pointskala: 1 = Dårligt, 5 = Godt

Kommentarer

STEMNING

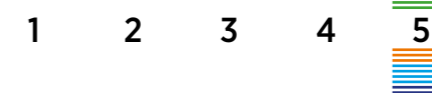
Appellerer denne stemning til dig?



Stort  
Ikke ens farver. + lys. Kan se alle.  
farverne er fede. Til UG.  
Sportsånd. Fedt med logo i gulvet.

FUNKTIONER

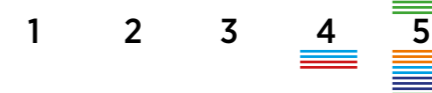
Var der det der skulle være?



ja og meget til  
Flere spejle. Godt med gulvplads.  
Mangler stikkontakter ved spejl  
Ribbe - godt påfund.

INDRETNING

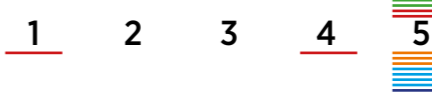
Var funktionerne hvor de skulle være?



God plads. Ikke behov for  
individuelle pladser.

BRUSEOMRÅDET

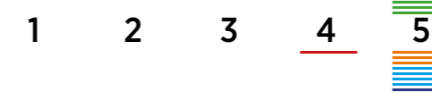
Var afskærmningen tilpas?



Luksus  
Meget stort. de har spa.  
Fede farvevalg. /stilrent.  
Man kan ikke tage bruseren ned

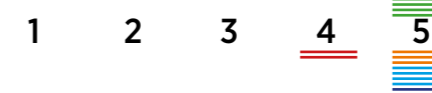
STØRRELSE

Kan der være 2 hold samtidig?



Kæmpe  
Nej  
Ja, 3-4 hold  
Sagtens være 4 hold.

SAMLET VURDERING



Man kan ikke tage bruseren ned

YDERLIGERE KOMMENTARER

Meget luksuriøst omklædningsrum, meget plads. Mangler spejle. Skabe!  
Fedt med plads til tasker under bænke. PERFEKT. Gode bruseforhold. God plads under bænke til tasker. Fedt med tavle. Mangler stik. Rummet kan udnyttes bedre. Fed stemning.  
Godt med en tavle til taktik. Meget god plads. Mangler stik. Ingen spejle i omk. rum. Tasker kan stå under bænken. Logo på gulvet.

## Workshop 2 - Scenarier

### FORMÅL MED WORKSHOP 2

Efter workshop 1 og studieturen begyndte der at tegne sig nogle klare tendenser i spillernes præferencer for indretning af omklædningsrummene. For at bringe denne viden ind i konkrete løsningsforslag og undersøge de bygningsmæssige muligheder på grunden, var det tid til at tegne de første skitser. Når det første specifikke løsningsforslag bliver præsenteret, kan der være en tendens til, at det af nogle bliver accepteret uden forbehold, mens det af andre bliver blankt afvist. Det kan føre til konflikt, og til at udviklingsprocessen midlertidigt går i stå. For at undgå dette og samtidig give flere løsningsmuligheder en chance, er udvikling af flere parallelle scenarier et meget effektivt værktøj. Her kan man holde mulighederne op mod hinanden og brugerne behøver ikke at være entydigt for eller imod. På workshop 2 blev der derfor præsenteret tre forskellige scenarier, som både viste forskellige bygningsløsninger og forskellige omklædningsløsninger.

På workshop 2 blev der fremlagt tre løsningsscenarier og pige-/kvindeholdene kommenterede i grupper fordele og ulemper ved hvert enkelt scenarie.

Der var fordele og ulemper ved alle scenarier, men deltagerne fandt på bygningsniveau generelt mange fordele ved scenarie 1, særligt fordi dette scenarie koncentrerer det sociale liv i et centralt bygningsafsnit og dermed understøtter klubbens visioner i videst mulig grad. De vigtigste kommentarer til bygningsløsningerne er overfor oplyst under de enkelte scenarier, og på de følgende sider kan deltagernes kommentarer til de forskellige typer omklædningsrum ses.

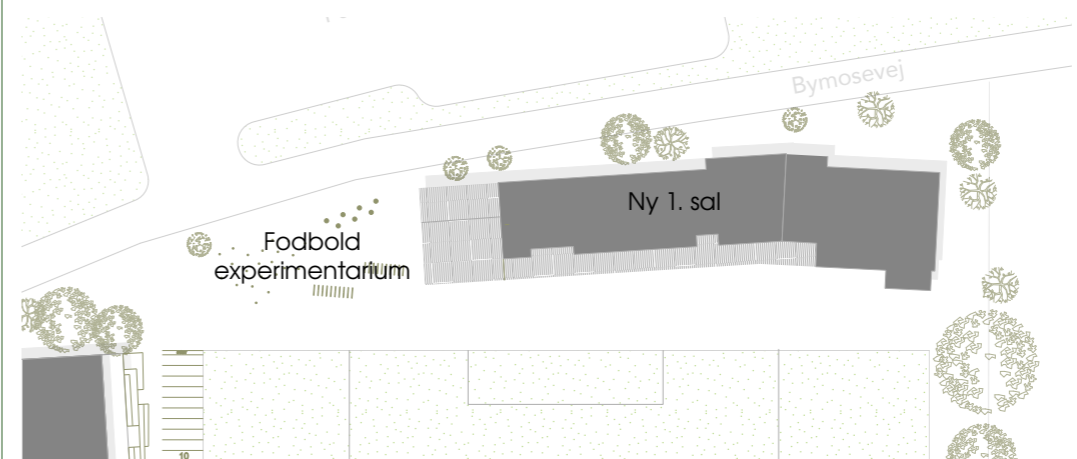
Der blev på workshoppen ikke stemt om, hvilket scenarie brugerne foretrak, da det er essentielt, at positive ingredienser fra alle scenarierne skal kunne indtegnenes i den endelige løsning frem mod den sidste workshop.

### Scenarie 1 - Den Samlende

#### INTENTION:

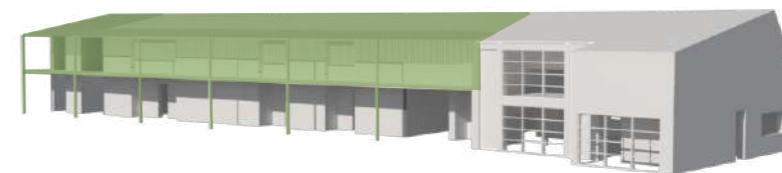
Scenarie 1 var et forsøg på at skabe den mest mulige kompakte tilbygning til klubhuset og samle alle funktioner så tæt på hinanden som muligt. I forslaget bygges der en ny 1. sal hen over det eksisterende omklædningshus hvor der bliver plads til en træningshal og to nye omklædningsrum.

#### PLAN



Situationsplan (ikke i skala)

#### TILBYGNING I 3D



3D præsentation af scenariet

#### REFERENCER:



Svalegang.



Trappeopgang til svalegangen.



Mulighed for et aktivt udeområde.

#### BESVARELSER FRA INDDRAGELSEN MED PIGER OG KVINDER FRA HIC:

- + Den udnytter pladsen godt. Plads til flere aktiviteter ved siden af bygningen.
- + Bedre udsyn til banerne og hængeud muligheder.
- + Godt at samle det hele ved klubhuset - en social god løsning.

⚠ Mangler adgang fra parkeringspladsen.

#### KONKLUSION:

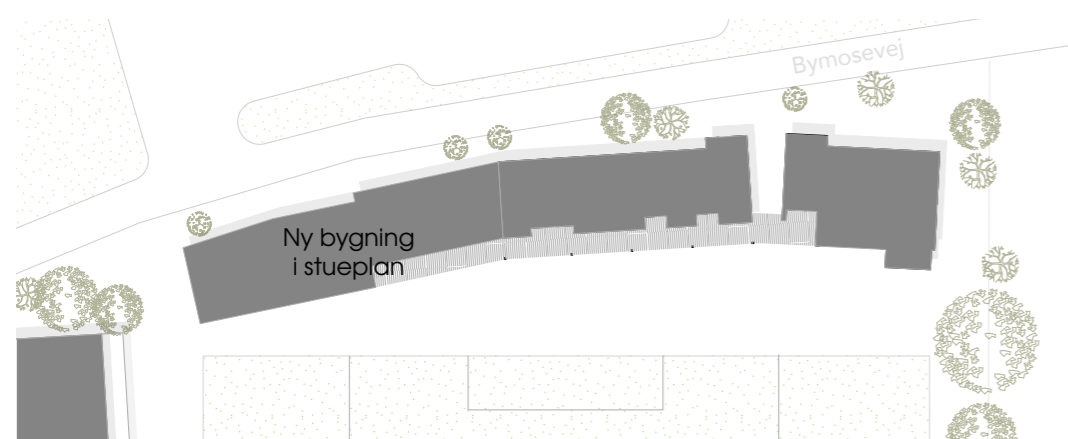
Brugerne lagde meget vægt på at samle funktionerne så meget som muligt så spillerne bliver synlige for hinanden, idet selve klubhuset får en central placering på den ellers lidt langagtige grund. Løsningen efterlader også mere plads i stueplan til udendørs aktiviteter.

## Scenarie 2 - Den Udstrakte

### INTENTION:

I scenarie 2 bliver alle funktioner sammenbygget, men holdt i stueplan og kan derfor tilgås direkte fra banerne. Der bliver mulighed for at lave en mere højloftet træningssal og for at få plads til to-fire nye fleksible omklædningsrum.

### PLAN



Situationsplan (ikke i skala)

### TILBYGNING I 3D



3D præsentation af scenariet

### BESVARELSER FRA INDDRAGELSEN MED PIGER OG KVINDER FRA HIC:

- + Det eksisterende kan bruges mens det nye bliver bygget.
- + God adgang fra vejen og parkeringspladsen.
- + Meget plads.

⊖ Ikke 'nyskabende' nok.

### KONKLUSION:

Brugerne fandt denne løsning god og pragmatisk men også lidt for kedelig. Det samlede klubhus danner en lang ryg mod vejen uden dog helt at skabe intern sammenhæng.

### REFERENCER:



Materialer indendørs.



Træningssal med dobbelthøjde.



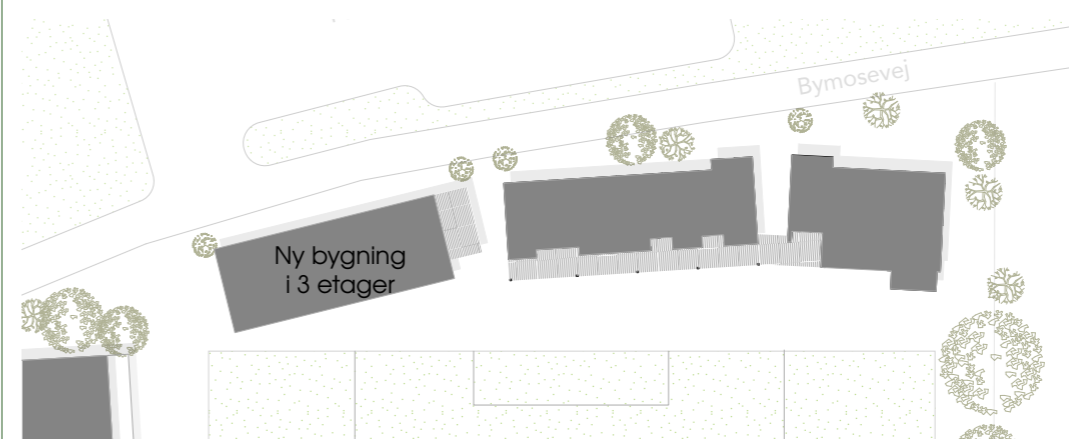
Materiale bånd udendørs.

## Scenarie 3 - Den Selvstændige

### INTENTION:

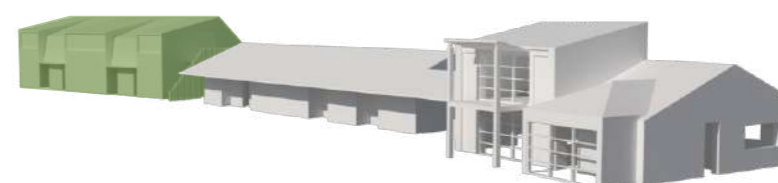
I scenarie 3 etableres der en ny fritstående bygning i to etager. Herved bibeholdes den nuværende gennemgang til vejen og man undgår at skulle bygge udvidelsen sammen med det eksisterende. Der kan skabes en højloftet træningssal på 1. sal og fire nye omklædningsrum i stueplan.

### PLAN



Situationsplan (ikke i skala)

### TILBYGNING I 3D



3D præsentation af scenariet

### BESVARELSER FRA INDDRAGELSEN MED PIGER OG KVINDER FRA HIC:

- + Hele HIC nede på jorden og et halvtag hele vejen.
- + Godt med masser af plads i motionsrummet, og højt til loftet.
- + Samlet indgang fra vej/p-plads ved klubhus.

⊖ For langt fra træningssalen til klubhuset.

### KONKLUSION:

Brugerne kunne se gode kvaliteter i selve tilbygningen men følte generelt at træningssalen og klubhuset ville komme for langt væk fra hinanden. Energien i klubben ville derved blive spredt.

### REFERENCER:



Udtryk på taghældninger.



Lysindfald og materialer indendørs.



Facademateriale.

## Omklædningsrum

### FORMÅL MED OMKLÆDNINGSSCENARIERNE:

Pigerne og kvinderne havde på workshop 1 og studieturen kommunikeret hvilke faktorer omkring omklædning de syntes var vigtige, og hvilke fordele og ulemper de kunne se i eksisterende omklædningsrum. De tre omklædningsscenarier på workshop 2 havde til formål at fortolke disse præferencer på tre forskellige måder i tre konkrete forslag til indretning. Nogle af løsningerne er mere kompakte så det er både indretning og pladsforbrug der undersøges. Ved hjælp af planer (som for mange har en lidt abstrakt karakter) og referencebilleder (som bedre gengiver en konkret stemning) blev omklædningsscenarierne præsenteret og brugerne diskuterede fordele, ulemper og supplerende idéer, som gengives ud for de enkelte scenarier.

### Type 1 - Zoner og det særlige

#### INTENTION:

I denne type indrettes to regulære omklædningsrum med hver sin bade- og tørrezone og den ene desuden med sauna. Som noget særligt indrettes et tredje rum med en mere loungeagtig karakter, der kan bruges til socialt samvær, taktikmøder, massage m.m. Ved at skille funktionerne kan loungeområdet få en mere dagligstueagtig karakter. Opbevaring af tøj og tasker sker i fælles holdskabe uden for omklædningen.

*"Spejlzonen er god, og det er fedt med hylder under spejlet."*

- Pige fra HIC, 14 år.

### REFERENCER:



Spejlzone med hylder og hårtørrer/stikkontakter.



Tørrezone løsning med trælameller.



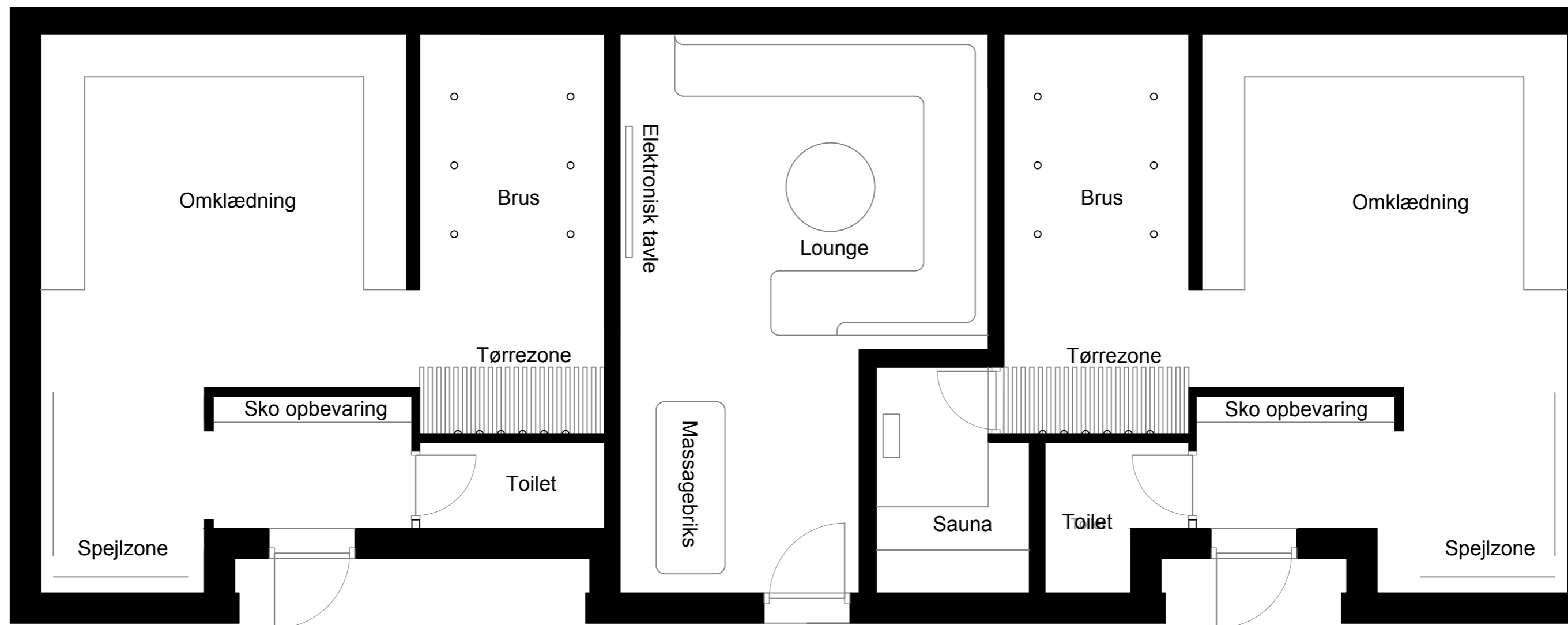
Sauna ved badezonen.



Lounge område.



Materede skillevægge i badezonen.



Plan af omklædningsrum - Type 1 1:50

## Besvarelser fra inddragelsen med piger og kvinder fra HIC:

### FORDELE

- Godt med skoopbevaring, og det er en god placering.
- Spejlzonen er god, og fedt med hylder under spejl.
- Godt med en lounge til taktik/hyggerum og en sauna.
- Tørreområdet er en god ide.
- Godt med 6 brusere (evt. +1 mere for enden), og der er overfor hinanden
- Stor fordel at toilettet er i forbindelse med omklædningen.
- Generelt godt at der er zoner.
- Væggen ved skoene er en god afskærmning.
- Flot med zoneopdeling i farver.

### ULEMPER

- I lounge, er der puder som kan blive beskidte.
- Måske er behovet for en lounge tvivlsomt.
- Det mangler toilet i lounge/taktikrummet.
- Døren ud til toilettet er i gangen. (man skal forbi døren=snavs)
- Saunaen er måske ikke nødvendig og kun god til vinter.

### IDEER

- En spejlzone på bagsiden af skoopbevaringen.
- HIC logo på gulvet.
- Et helkropsspejl.
- Glasvæg ind til bad (så man kan se hinanden).
- Syv brusere (Kan der ikke være en for enden?).
- Gerne noget stemningskabende lysætning.

## Type 2 - Flexibelt og rummeligt

### INTENTION:

I denne kompakte type er der lagt vægt på fleksibel brug, hvor omklædningsrummene enten kan bruges af to store hold eller fire små hold.

Når den fleksible foldevæg ikke er i brug, opleves rummene med de krumme vægge lidt som en hule der understøtter socialt samvær, taktikmøder m.m.

Opbevaring af tøj og tasker sker i personlige skabe udendørs.

*"Det er godt at man ikke kan se ind i omklædningen fra døren."*

- Pige fra HIC, 16 år.

### REFERENCER:



Foldevægløsningen.

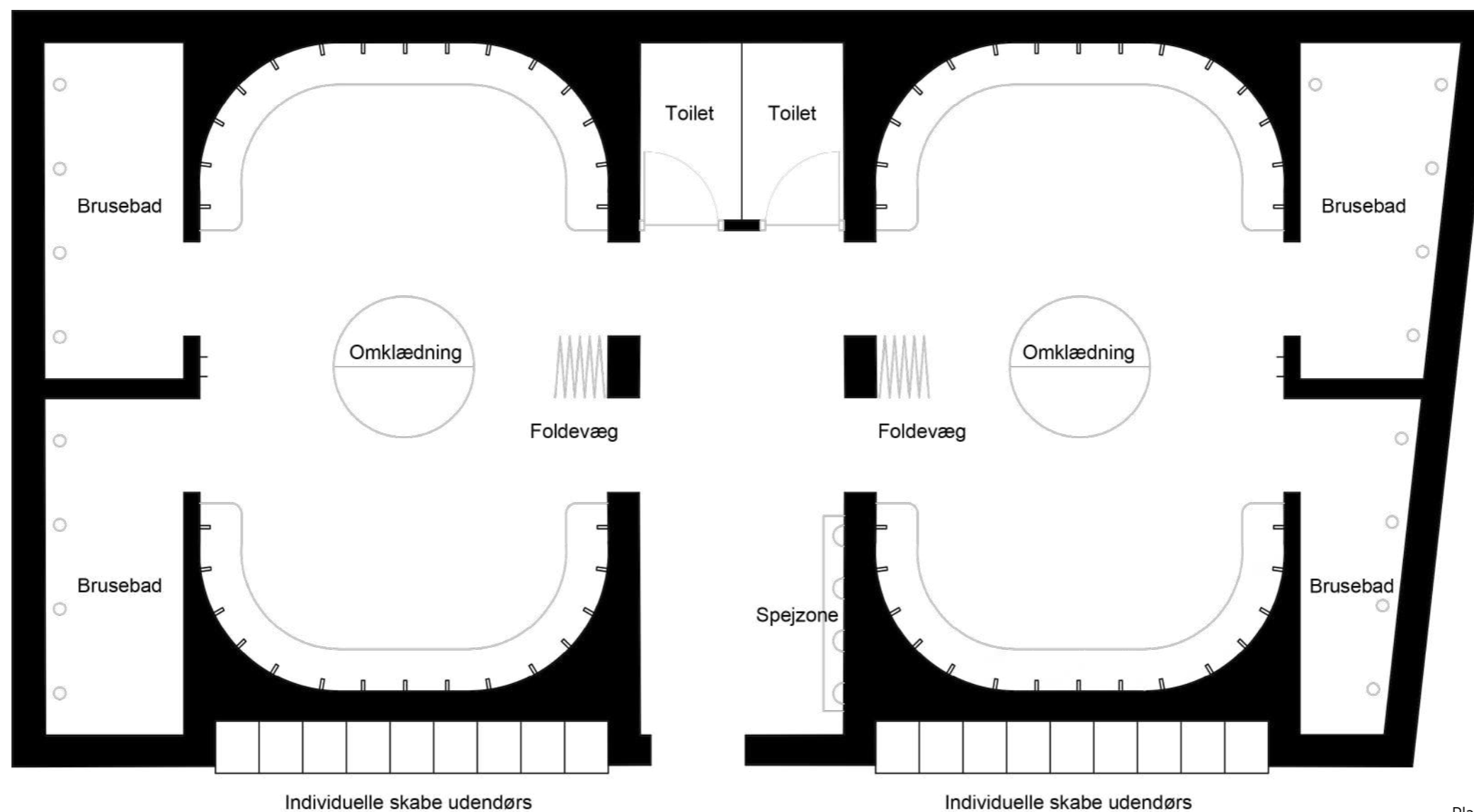


Eks. på et smalt bruseområde, med materiale detalje.



Eks. på opholdsmulighed i midten af rummet.





Plan af omklædningsrum - Type 2

1:50

## Besvarelser fra inddragelsen med piger og kvinder fra HIC:

### FORDELE

- Det er praktisk og fleksibelt med foldevæggen.
- Fint med afskærmning til badet.
- Det er godt at man ikke kan se ind i omklædningen fra døren.
- Der kan være flere hold.
- Fint med skabe udenfor.
- Godt med noget i midten (f.eks. puf).
- Nytænkende og spændende form.

### ULEMPER

- Ærgerligt at badet altid vil være opdelt.
- Spejlzonen ude i gangen er ikke godt.
- Skabe skal ikke være udenfor – pga. hærværk.
- Toiletet i spejlzonen er for langt væk/koldt i gangen.
- Mangler en tørrezone.
- Man står på række i badet.
- To toiletter er for lidt til fire omklædningsrum.

### IDEER

- At foldevæggen også deler i badet.
- Rykke bruserne så de er overfor hinanden.
- Skabe ude i gangen.
- Skoholder i gangen.
- Logo i gulvet.
- Plads til bænk under skabe.

### Type 3 - Effektivt og holdorienteret

**INTENTION:**

Denne type er også kompakt men mere traditionel i sin udformning. Omklædning og bruseområde er i et stort rum, men adskilt med en glasvæg der gør kontakt mellem dem der bader og dem der klæder om mulig. Omklædningen er indrettet med inspiration fra parken med individuelle omklædningsstationer og logo på gulvet som udsmykning. Opbevaring af tøj og tasker sker i personlige skabe i forrummet.

*"Det er godt at man kan stille tasken væk under bænken eller op på en hylde så det ikke fylder på bænken"*  
- Kvinde fra HIC.

**REFERENCER:**



Afvekslende løsning på holdskabe/værdiopbevaring.



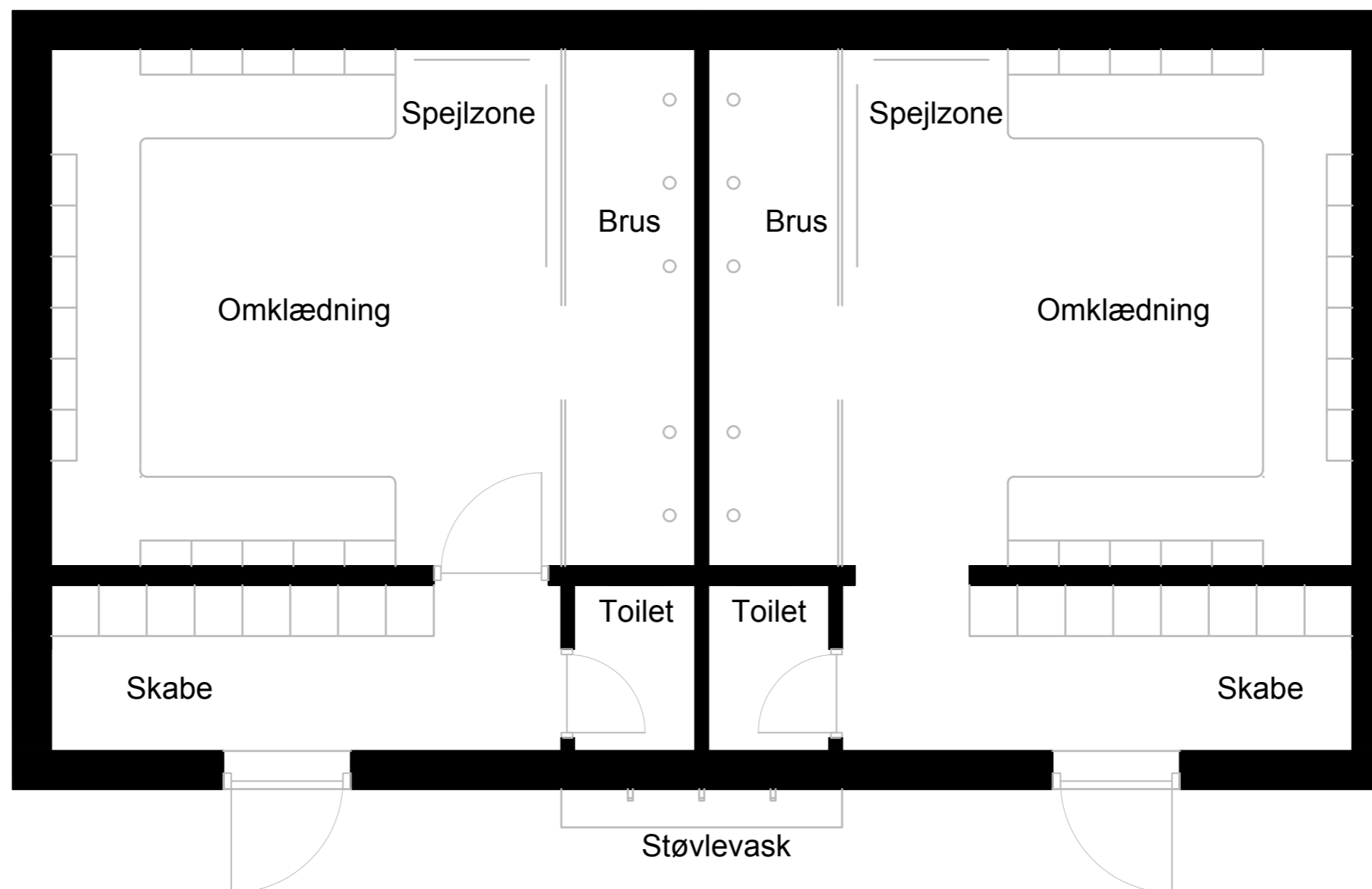
Afskærmning ind til bruseområdet.



Materiale og farvevalg.



Holdidentitet.



Plan af omklædningsrum - Type 2 1:50

## Besvarelser fra inddragelsen med piger og kvinder fra HIC:

### FORDELE

- Godt det er afskærmet udefra når døren åbner.
- Kompakt, så der er plads til flere omklædningsrum ialt.
- God indretning.
- Godt med skabe indenfor.
- Godt med støvlevask ude foran.
- Godt at der er skabe over bænke.
- Mange muligheder med at stille noget under bæk eller op på en hylde.

### ULEMPER

- Den mangler en skozone.
- Mangler en lounge.
- Mangler skoplads.
- Ulempe at der ikke er en tørrezone.
- For lille et spejlmråde.
- At man står på række i badet.
- Omklædningsbåse er ikke nødvendige.
- Ikke nyskabende nok.

### IDEER

- Lounge kan være i midten af omklædningen (puf).
- Flere brusere.
- Logo i gulvet.
- Skohylder under skabe.
- To brusere byttes med spejlzone, så man ikke står på en lang række i badet.
- Toilettdør flyttes ind i den nye spejlzone (evt. bare i to rum).

## Opsummering efter workshop 2 med piger og kvinder fra HIC:

### BYGNINGEN

- Scenarie 1 - den samlede, understøtter mest HIC's vision om fællesskaber.
- Taktikrummet skal være på stueetage.
- Svalegang er godt, men må gerne være dybere og mulighed for bænke.
- Prioritering af så mange omklædningsrum som muligt, frem for eks. omklædning til dommere eller en sauna.
- Udendørgennemgangen skal helst ikke lukkes af.
- Skabsløsning, gerne private skabe indendørs.
- Koncentrere det sociale oppe ved klubhuset.
- Ét samlet udtryk i facaden.
- Toiletgruppe til gæster (motionister der bruger skoven) i stueplan.

### OMKLÆDNINGEN

- Gerne fire nye omklædningsrum.
- Gerne brusere overfor hinanden.
- Zoner i omklædning er godt, især en tørrezone.
- Adgang til toilettet direkte fra brus.
- Minimum et toilet pr. omklædning.
- Gerne fleksible løsninger.
- Ikke skabe udenfor omklædning.
- Godt med støvlevask. Gerne lige ude foran omklædningen.
- Taktiktavle i omk.
- Klubstemningen er vigtig! Logo og holdbilleder osv.

### UDEOMRÅDER

- Fodboldeksperimentarium, er en god ide.
- Positive omkring samarbejde med skolen – og mulighed for tilskuerpladser langs banen.
- Koncentrere bygningen for at frigive udeareal.

### LÆRING FRA WORKSHOP 2

Den første præsentation af konkrete skitser til udvidelsen af HIC igangsatte livlige diskussioner blandt brugerne om de fremtidige muligheder. Fordele og ulemper blev diskuteret ligeværdigt for alle tre scenarier, men der samlede sig stor interesse om scenarie 1, som måske i virkeligheden var det mest overraskende forslag for deltagerne og klubben.

Anvendelsen af scenarier har i flere andre projekter på lignende vis åbnet for uforudsete muligheder og løsninger som på denne måde får en chance.

Brugerne vægtede samling af klubbens faciliteter så tæt på hinanden som muligt, og prioriterede indretninger der kunne understøtte det sociale samvær i klubben og på holdet, også i udformningen af omklædning og bad.

I andre situationer, som eksempelvis i store idrætscentre hvor brugere klæder om med andre aktive, som de ikke kender, ville der muligvis være ønske om mere intimitet og afskærmning, særligt i badesituationen.

# Workshop 3 - et samlet forslag

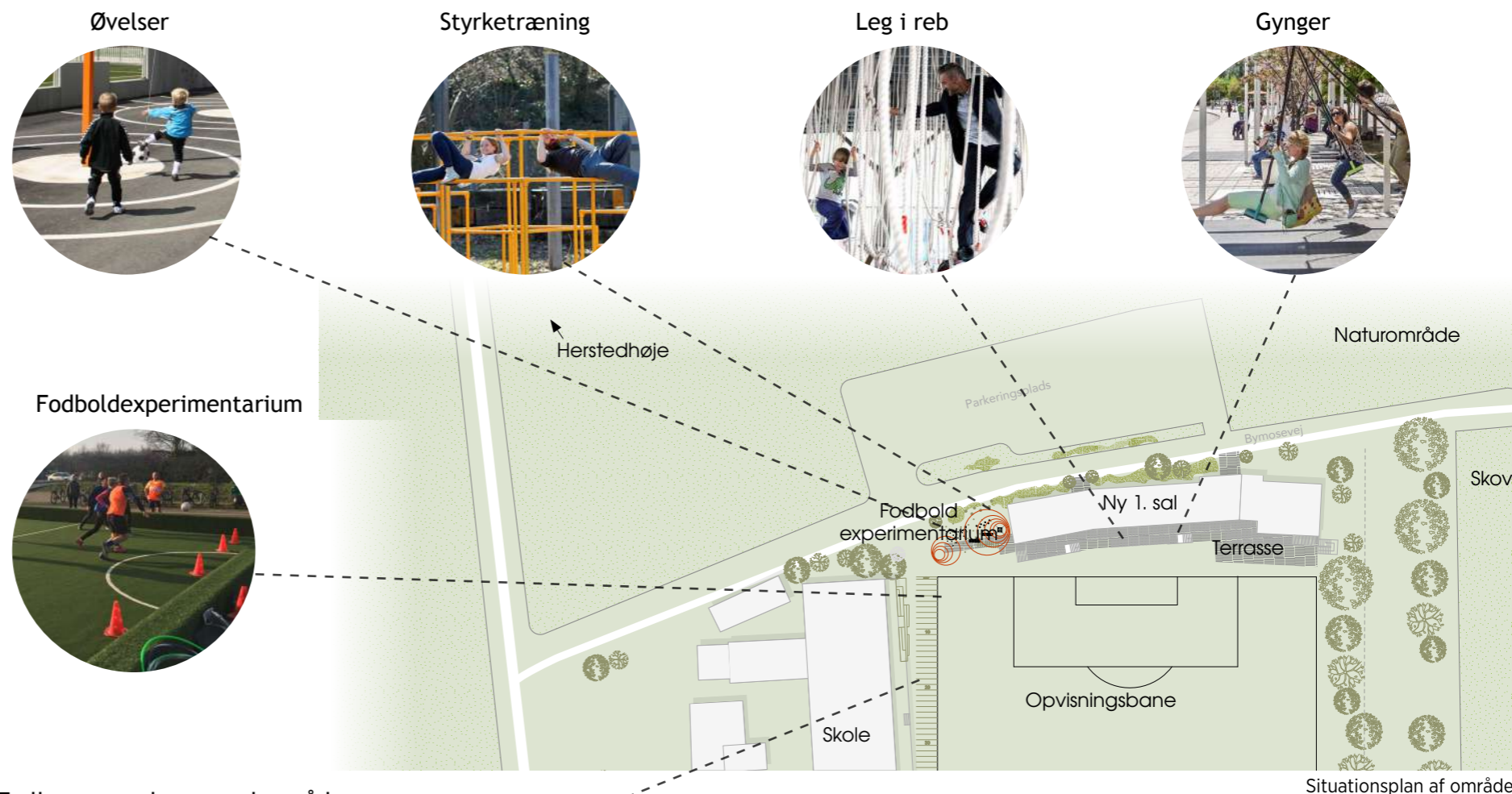
## - tilbygning til det eksisterende

### FORMÅL MED WORKSHOP 3

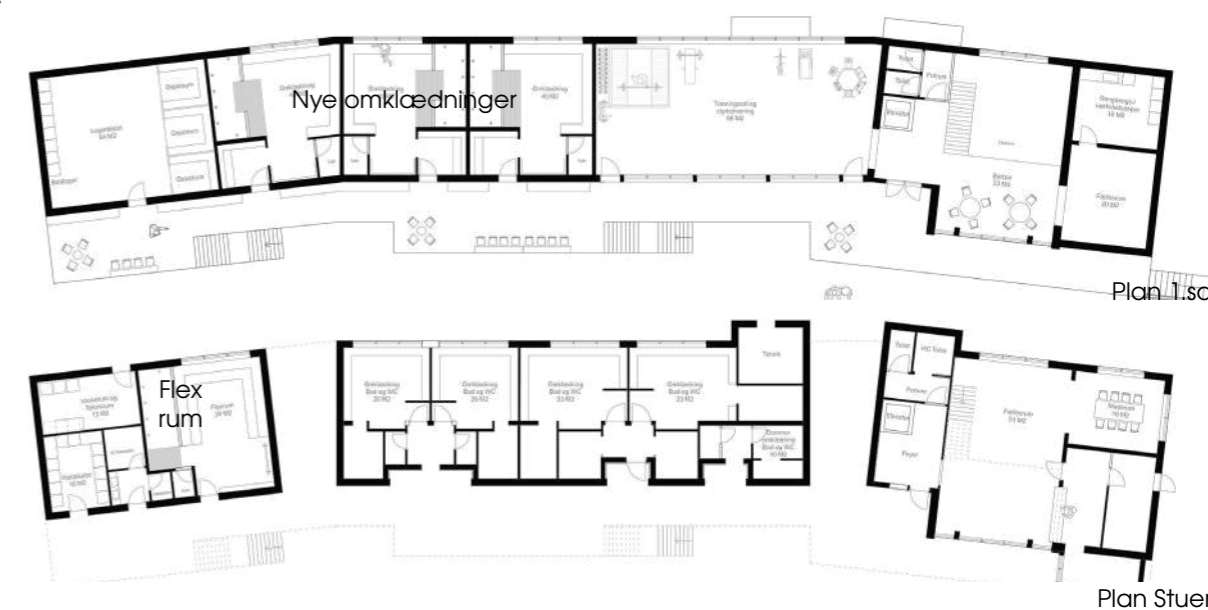
Ud fra de mange kommentarer til scenarierne på workshop 2 udarbejdede Keingart en ny samlende syntese, som kombinerede populære ingredienser fra alle tre scenarier. På workshop 3 skulle brugerne, i de samme grupper som ved workshop 2, opliste fordele og ulemper ved det nye forslag og derved skabe grundlaget for den sidste justering af både huset og omklædningsrummene. På en afsluttende workshop som her kan brugernes genkendelse af deres egne prioriteringer fra studieturen og scenarierne ofte give dem en større følelse af ejerskab til det endelige projekt, og dermed sikre bred opbakning til projektet i det videre forløb. HIC's bestyrelse, LOA og DBU har efterfølgende også haft lejlighed til at kommentere forslaget.

### SYNTESSEN

I det endelige forslag er hovedgrebet fra scenarie 1, hvor man bygger ovenpå den eksisterende bygning, blevet videreudviklet. Der er arbejdet mere med programmeringen af bygningen, så den mere præcist tilpasses brugernes behov, f.eks. er al depotplads samlet i stueetagen. Træningssal og styrketræning placeres i tæt relation med klubhuset og hele den nye førstesal forbindes med en svalegang, der fungerer som forareal for de nye omklædningsrum og desuden bliver et attraktivt sted at overvære kampe. I stueetagen etableres et såkaldt Flexrum, der både kan bruges som ekstra omklædning og til taktikmøder samt som socialt samlingsrum. På 1. sal placeres tre nye omklædningsrum, der er udformet som en syntese af pigernes og kvindernes input under inddragelsesprocessen. Arealet, hvor den nuværende gamle omklædningsbygning ligger, holdes fri for byggeri og bruges i stedet som et aktivt udeareal, der er åbent og inviterende for såvel klubbens medlemmer som byens forbigående borgere. Arealet indrettes med træningsudstyr og -stationer hvor træning, leg og øvelser med bold er i fokus. Langs banen, op mod skolen, foreslås det at transformere området til fælles ophold, aktivitet og leg. Denne del af projektet vil kræve samarbejde med skolen.



Fælles øve og hænge-ud område



## Principsnit

Den nye førstesal står på sin egen konstruktion, uden på stueetagens eksisterende vægge og bliver således et "hus over huset". I stueetagen bliver der et fladt loft, med en højde til loftet på 3 m.

De nye omklædningsrum placeres på førstesalen med 3,5 m. til kip, så

lyset vil falde ind og fylde rummet både fra oven og fra siden.

I facaden etableres vinduer, så udsigten over området kan nydes fra omklædningsrummene, uden indbliksgener.

Svalegangen bliver, som det ses på snittet, et væsentligt nyt uderum med en bredde på 3,5 m.

"Jeg synes omklædningsrummene er blevet hyggeligere, og tror det gør flere får lyst til at blive og gå i bad efter træning"

- Pige fra HIC, 14 år.

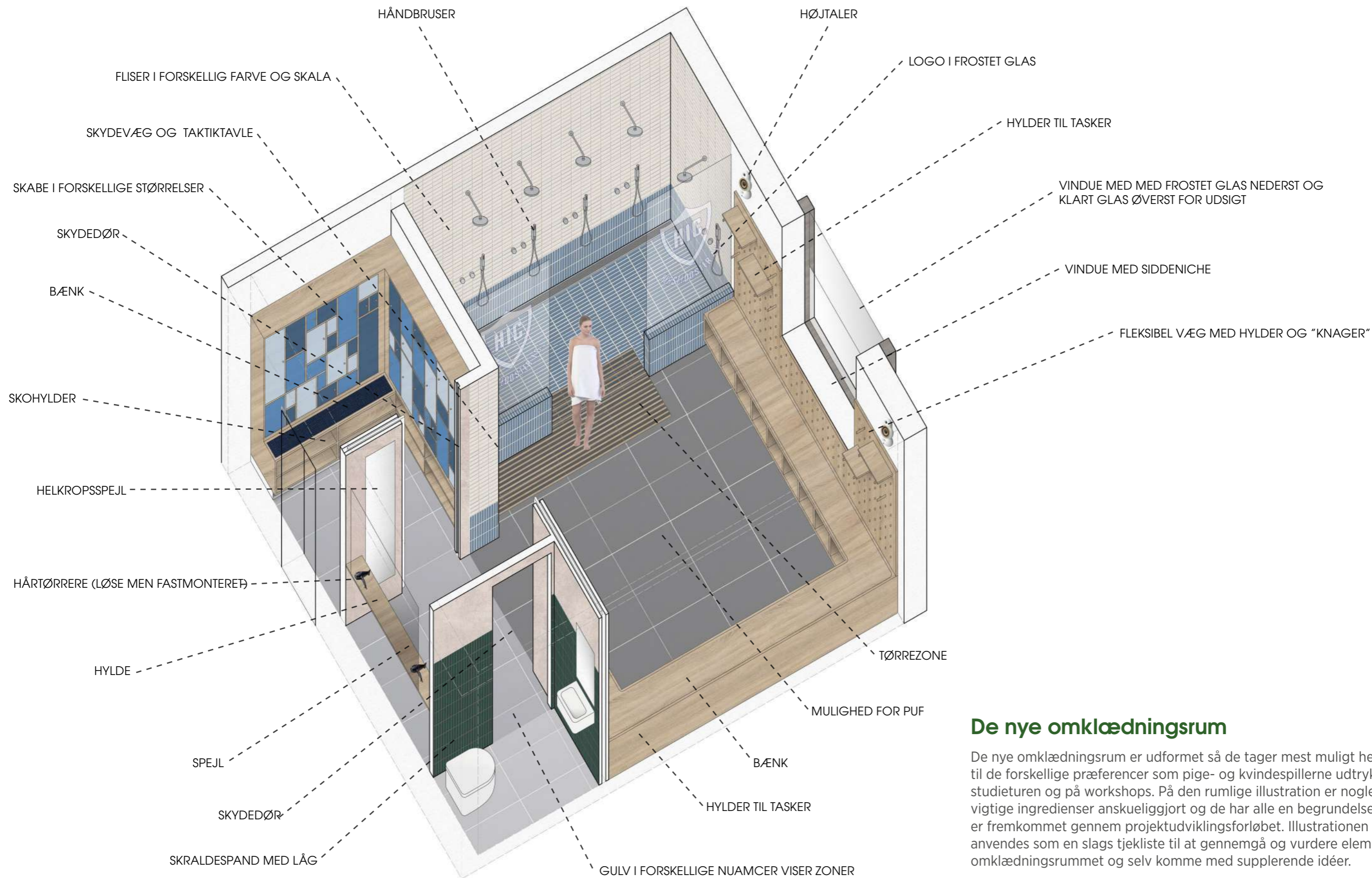


### 3 erfaringer

- Naturligt lys og udkig er vigtigt.
- Zoneopdelinger der forhindrer jord, vand og skidt i at flyde sammen.
- God opbevaring og mulighed for at låse værdigenstande væk.

EKSISTERENDE OPHOLDSMULIGHEDER

Snit 1:50



## De nye omklædningsrum

De nye omklædningsrum er udformet så de tager mest muligt hensyn til de forskellige præferencer som pige- og kvindespillerne udtrykte på studieturen og på workshops. På den rumlige illustration er nogle af de vigtige ingredienser anskueliggjort og de har alle en begrundelse som er fremkommet gennem projektudviklingsforløbet. Illustrationen kan anvendes som en slags tjekliste til at gennemgå og vurdere elementer i omklædningsrummet og selv komme med supplerende idéer.

## Omklægningen - flexrum

### INTENTION:

Til syntesen er der udviklet et særligt flexrum, som kombinerer en række funktioner, der blev efterspurgt under procesforløbet.

For det første var der behov for et rum, som kunne bruges til omklædning, men også til taktikmøder hvor spillerne kunne have fodboldstøvler på indendørs. Rummet er derfor udført i mere robuste materialer, som er meget rengøringsvenlige. Ved at placere rummet i stueetagen blev det let tilgængeligt fra banerne og kunne uden for primetime desuden anvendes som omklædningsrum af motionister som bruger skoven og udendørsarealerne på mere selvorganiseret vis. Under workshop 3 var der imidlertid stemning for at vægte muligheden for bolddepoter i stueetagen højere.



Plan af flex omklædningsrum



Rumlig præsentation af nye flex omklædningsrum.

### REFERENCER:



Farvevalg og materiale



Materiale



## Omklædningsrum - til piger og kvinder

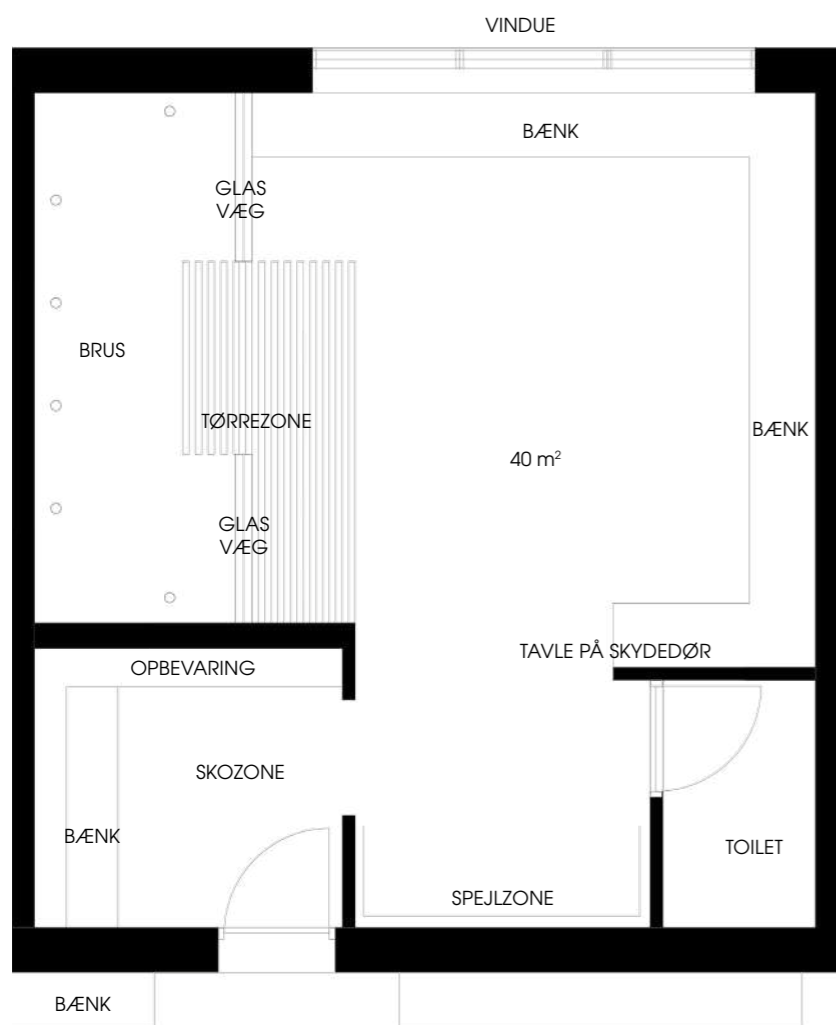
### INTENTION:

Hovedintentionen med udformningen er at understrege omklædningsituationens betydning for klubbens sociale liv. Derfor er rummet udformet, så man altid er en del af fællesskabet, men indeholder samtidig detaljer, nicher og afskærmninger, som gør det muligt at være lidt mere privat. Omklædningsrummene til piger og kvinder er præget af klare zoneopdelinger i en skozone, en spejlzone, en omklædningszone, en badezone og en tørrezone. Omklædningsituationen er en koreograferet bevægelse mellem disse zoner.

Zonerne markeres ved hjælp af rumlige afgrænsninger og skift i materialer. Der er desuden valgt materialer med forskellige detaljeringsgrader, overflader, farver og skalaer, hvilket pigerne/kvinderne reagerede godt på. Særligt de yngre piger tilkendegav, at det gjorde rummet hyggeligere.

Dagslys kommer ind gennem ovenlyset og via store vinduer i facaden. Placering af omklædningsrum på 1. sal gør det muligt at etablere gode naturlige lysforhold og udsigtsmuligheder uden at gå på kompromis med privatsfæren.

Vinduerne skaber en god inde/ude relation, og gør omklædningsrummene lang mindre klaustrofobiske at opholde sig i. Vindueskarmen er dyb, og inviterer også til at man kan sidde og vente i lyset. Glasset er dog materet forneden, så indkig hindres.



Plan af nye omklædningsrum

Rumlig præsentation af nye omklædningsrum.

### MATERIALER:

Materialerne udgør en væsentlig del af de prioriteringer, brugerne undervejs har foretaget.

Der er indarbejdet træ på steder, hvor der vil være kontakt til bar hud, idet træ er et varmt, men også robust materiale hvis det behandles rigtigt. Ved omklædningsituationen er der fleksible knager og opbevarings hylder over og under bænken, og ved tørrezone er der etableret trælameller, der ligger ovenpå fliserne, men kan løftes ved rengøring.

Udover opbevaringsmulighederne i omklædningsrummet er der også etableret opbevaring af sko og fodboldstøvler i skozonen, for ikke at tage snavs og jord med ind i eksempelvis badezonen. I skozonen er der også skabe til individuel værdiopbevaring, såvel som skabe til brug for holdene under træning.

Der monteres akustisk dæmpende plader i loftet, på udvalgte vægge og bag træpaneler, så der sikres et dæmpet miljø med korte efterklangstider. Forskeligt 'blødt' lys og styring af lyset vil desuden understøtte en behagelig atmosfære og give rummet en variabel stemning.

Møbleringen kan suppleres af løse møbler, eksempelvis en puf i midten af rummet, som også vil understøtte og invitere til at sidde ned, hænge ud, vente og snakke med sine holdkammerater.

Skydedøre og vægge skaber privathed for omklædningen, mens der fortsat er adgang til toilet og skabe. En skydedør mellem spejlzonen og omklædningen omdanner rummet til et taktikrum med en taktikplade monteret på døren.

På følgende side oplystes brugernes reaktioner på bygningsprojektet og indretningen.

### REFERENCER:



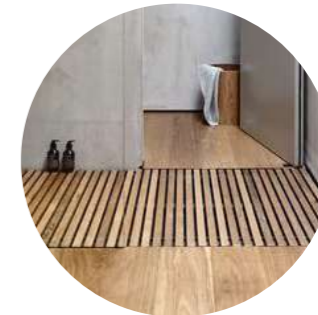
Pudset væg i spejl zonen



Klinker i forskellige størrelser i badet



Fleksibel knage og hyld situation i træ



Tørrezone med trælameller og glasafskærmning.

## Opsummering efter workshop 3:

### OVERORDNET

- Der var generelt stor begejstring for omklædningsrummene.
- Alle hold svarer positivt på indretning og funktioner.
- Fire hold svarer positivt på det visuelle udtryk, materialer og/eller farver. U-16 nævner det ikke.
- Alle hold svarer positivt på svalegangen. Kun fodboldfitness har forslag til forbedring - At midterste trappe droppes eller gentænkes.
- Alle hold nævner at flexrummet kan forbedres eller sløjfes. Der er bred enighed om at pladsen i stueetagen vil være bedre at bruge på depot- og et boldrum. Ét hold foreslår at droppe flexrummet til fordel for et ekstra alm. omklædningsrum på første sal.

### BYGNINGEN

- Støvlevask foreslås både i gangene til p-plads og udenfor omklædningsrum.
- Selve behovet for taktikrum er måske i virkeligheden opstået fordi der er så meget jord i omklædningsrummene i dag. Løser man problemet med jord, er der måske slet ikke behov for et rum.
- Enighed om at træningsrummet hovedsageligt er til styrketræning og kun ved særlige lejligheder skal bruges til sociale arrangementer og anden træning.
- Ser mulighed for at vinduespartiet i træningslokalet kan åbnes helt.
- Opholdet foran omklædningsrummene prioriteres meget højt.
- Der er begejstring for gynger og andet aktiverende til børn.
- Fodboldeksperimentarium kan lokke folk udefra til og fungere som 'reklamesøjle' for klubben.
- Ingen ønsker fodboldstøvler på første sal.

### OMKLÆDNING

- Alle hold ønsker ure i omklædningen.
- De fleste hold har forslag til indretningsdetaljer: Holdskabe til shampoo, shampoohylder, ure, koste, skraldespande, ekstra spejle mm.
- Hvilke låse der skal på værdi-skabene? (også et stort emne i fælles diskussion).
- Flere hold nævner vinduerne i omklædningsrum som noget positivt.

## Illustrationer

Alle fotos og illustrationer i denne udgivelse er copyright Keingart - Space Activators, med mindre andet er angivet herunder. Fotos og illustrationer er navngivet fra højre mod venstre.

s.08 "Illustration", baseret på illustration fra publikationen Arkitektur, kvinder og idræt fra 2007, (Munk)  
s.10 "Piger i jubel", foto: Herstedøster Idræts Clubs Instagram.  
s.11 "Mænd i omklædningsrum", foto: Herstedøster Idræts Clubs Instagram.  
s.16 "Charlottehaven wellness", af Lundgaard & Tranberg Arkitekter, foto: www.charlottehaven.com  
s.18 "Fremad Valby omklædning"x2 af Dorte Mandrup Arkitekter, foto: Rune Johansen.  
s.18 "KU:BE omklædning" af ADEPT + MVRDV, foto: Virklunds hjemmeside. www.virklund-sport.dk  
s.19 "Charlottehaven wellness"x2, af Lundgaard & Tranberg Arkitekter, foto: www.charlottehaven.com  
s.19 "Telia Parken's omklædningsrum", af Gert Andersson, foto: Samy Khabthani.  
s.20 "Svalegang", af Gret Loewensberg, foto: Georg Aerni.  
s.20 "Trappeopgang", af Kuhn Lehmann, foto: Achim Birnbaum.  
s.20 "Drenge og fodbold", af GHB landskabsarkitekter, foto: Mikkel Hjort  
s.21 "Materiale indendørs", af Architecture Microclimat, foto: www.microclimat.ca  
s.21 "Træningssal", af Architecture Microclimat, foto: www.microclimat.ca  
s.21 "Facade", af Architecture Microclimat, foto: www.microclimat.ca  
s.21 "Mos på tag", Illustration af NORD Architects, Copenhagen.  
s.21 "Lethal", af arcspace, foto: Mads Frederik.  
s.21 "Træfacade" af Modern cabin, foto: www.moderncabin.tumblr.com  
s.22 "Spejlzone" af Fit interiors, foto: www.fitinteriors.com  
s.22 "Tørrezone", fra artikel i decoist, foto: www.decoist.com  
s.22 "Sauna", af Etuovi, foto: www.etuovi.com  
s.22 "Lounge område", af Rafael de Cárdenas / Architecture at Large, foto: Floto+Warner  
s.22 "Brusezone", af Fernet, foto: www.fernat.com  
s.24 "Foldevægløsning", af Aguinal Dovera Cruz, foto: Aguinal Dovera Cruz.  
s.24 "Bruseområde", af Doherty Design Studio, foto: Derek Swalwell.  
s.26 "Holdskabe", af Viva Decora, foto: www.vivadecora.com.br  
s.26 "Afskærmning til bruseområde", af Peter Rose + Partners, foto: Matthew Snyder.  
s.26 "Materiale og farvevalg", af Ivaylo Andreev, foto: Tsvetomir Dzhermanov, Ralitsa Stoyanova.  
s.26 "Holdidentitet", af Gert Andersson, foto: Samy Khabthani.  
s.29 "Øvelser" af GHB landskabsarkitekter, foto: Mikkel Hjort  
s.29 "Styrketræning", af Primus, foto: Benedicte Lorenzen.  
s.29 "Leg i reb", af Keingart, foto: Christian Alsing  
s.29 "Gynger", af Daily Tous les jours, foto: www.dailytouslesjours.com  
s.32 "Farvevalg og materiale", af DAS-studio, foto: Samuel Lehuede  
s.32 "Materiale", af CEBRA, foto: Vivian Leisner.  
s.34 "Pudset væg", foto: www.sinisterbedfellows.com  
s.34 "Tørrezone", fra artikel i decoist, foto: www.decoist.com

### LÆRING FRA WORKSHOP 3 OG GENERELT:

De indledende workshops og studieturen gav deltagerne viden og klædte dem på til at diskutere både de overordnede linjer og meget præcise detaljer i indretningen af klubhus og omklædningsrum.

Det viste sig at være muligt at skabe et kompromis i indretningen, som imødekom ønskerne helt fra U12 til seniorspillerne.

Undervejs så det dog også ud til, at der skete en vis ensretning af ønskerne, fordi yngre spillere naturligt ser op til ældre spillere og lytter til deres præferencer. Et omklædningsrum indrettet alene med input fra U12 og U14 spillere ville muligvis komme til at se anderledes ud.

Ved vurderingen af det endelige forslag på workshop 3 koncentrerer kommentarerne sig om meget konkrete detaljer, som det ses her ovenfor. Det bidrager både til en præcision af behovene, men også indirekte til en blåstempling af hovedlinjerne i projektet. Efter 3 workshops er slutresultatet blevet så selvfølgeligt for deltagerne, at de mest diskuterer detaljerne.

Det er også interessant at se, at følgende erkendelse af et behov er opstået:

"Selve behovet for taktikrum er måske i virkeligheden opstået, fordi der er så meget jord i omklædningsrummene i dag. Løser man problemet med jord, er der måske slet ikke behov for et rum".

Man kan dermed stryge taktikrummet fra rumprogrammet og bruge arealer og penge på andre behov.

Set helt overordnet bidrager et udviklingsforløb som dette i lige så høj grad til at præcisere behov, som til at udvikle de rigtige løsninger.

Efter workshop 3 blev projektet tilrettet i henhold til klubbens og brugernes kommentarer og udformet som vist i skitseforslaget til Herstedøster Idræts Club (del 2).

keingart  
SPACE ——— ACTIVATORS





# SKITSEFORSLAG

- Omklædningsrum til piger og kvinder  
ved Herstedøster Idræts Club

November 2018

## SKITSEFORSLAG

- Omklædningsrum til piger og kvinder ved Herstedøster Idræts Club

Januar 2019

Opdragsgiver:  
Herstedøster Idræts Club



Udarbejdet af:  
Keingart - space activators

**keingart**  
SPACE ——— ACTIVATORS

Støttet af:  
Lokale og Anlægsfonden



DBU Sjælland



Albertslund Kommune



**Albertslund Kommune**

## INDHOLD

<b>39</b>	<b>Introduktion til projektet</b>
<b>40</b>	<b>Baggrund</b>
<b>41</b>	<b>Vision og Ønsker</b>
<b>42</b>	<b>Projektet</b>
42	Udearealet
44	Huset
48	Omklædning
52	Økonomi

Forkortelser i idekataloget:

HIC - Herstedøster Idræts Club  
U12 - Ungdomshold 12 år og under.  
U14 - Ungdomshold 13-14 år.  
U16 - Ungdomshold 15-16 år.  
KS - Kvinde Senior (16 år og op)  
FF - Fodbold fitness hold  
DBU - Dansk Bold Union  
LOA - Lokale og Anlægsfonden

*"Det er hyggeligt  
med brusere  
overfor hindanden  
så vi kan stå og  
snakke."*

- Kvinde fra HIC

## INTRODUKTION TIL PROJEKTET

### HERSTEDØSTER IDRÆTS CLUB

I den nordøstlige del af Albertslund Kommune ligger landsbyen Herstedøster, som er udbygget gennem årene. Byen grænser mod sydøst op til industriområdet Fabriksparken og mod nordvest til Vestskoven og Herstedhøje.

Herstedøster Idræts Club (HIC) opstod ved en sammenlægning af flere klubber i 1920 og har siden haft en stolt fodboldtradition. Klubben har et ønske om at favne alle køn og aldersgrupper, og har i øjeblikket tilgang af medlemmer.

HIC ønsker derfor at forbedre klubfaciliteterne, så der bliver bedre forhold for de eksisterende medlemmer og supplerende aktivitetsmuligheder for potentielle nye medlemmer.

Da klubben oplever vækst i antallet af pige- og kvindefodboldspillere, er det naturligt at skabe attraktive klub- og omklædningsforhold, som henvender sig særligt til denne medlemsgruppe.

HIC er derfor gået i samarbejde med Lokale- og Anlægsfonden og Dansk Boldspil Union om at iværksætte et udviklingsforløb som, gennem inddragelse af klubbens brugere, kan kortlægge de faktorer og præferencer, der er afgørende for kvinders oplevelse af en attraktiv omklædningsituation.

Keingart har været procesrådgiver og arkitekt på dette forløb, som både har sigtet mod at udarbejde generelle anbefalinger til indretning af kvinders omklædningsrum, og til at skabe et konkret projekt til HIC. En nærmere beskrivelse af procesforløbet og de generelle anbefalinger er samlet i en første del kaldet **Idéprogram**, mens det nærværende **Skitseprojekt** redegør for det endelige forslag til ombygning og udvidelse af HIC's klubfaciliteter.

# BAGGRUND

## Udviklingsproces

I forløbet med at udvikle projektet for HIC har der været afholdt 3 workshops og en studietur. Ved alle fire seancer deltog 25-30 af HIC's pige- og kvindespillere fra U12 til seniorspillere. De bidrog til præcisering af behov og ønsker til både projektet som helhed og til indretning af omklædningsrum i særdeleshed.

Ved workshop 1 blev deltagerne oplevelser af de kendte omklædningsrum diskuteret og præferencerne herfra, og fra den indlagte studietur, dannede grundlag for udarbejdelse af tre forskellige udbygnings-scenarier som Keingart præsenterede på workshop 2. Her oplyste deltagerne så fordele og ulemper ved de enkelte scenarier og omklædningsløsninger.

De elementer der blev bedst modtaget, blev herefter samlet i et fjerde og samlende forslag, som danner baggrund for det endelige skitseprojekt i denne mappe. De nærmere vurderinger af de tre alternative forslag kan ses i første del, Idékataloget.

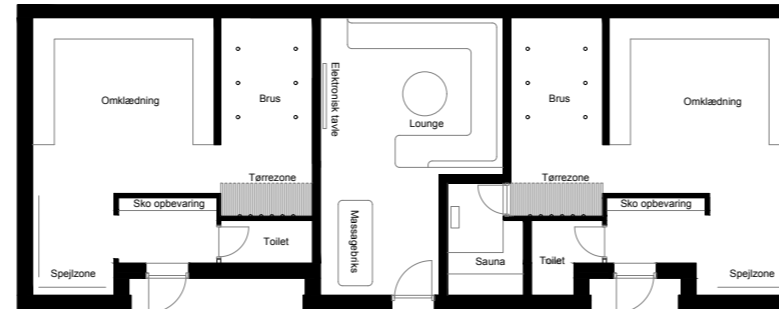
## STUDIETUR



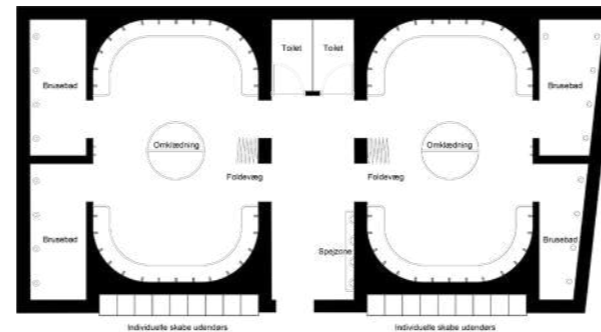
Besøg i FCK's omklædning i Parken

Studieturen bestod af besøg i 4 forskellige omklædningsrum i København, hvor der enten i høj grad eller slet ikke, har været arbejdet med pige-/kvinde behov i tilblivelsen af projektet. Hensigten var at give de deltagende inspiration til forskellige løsninger på deres behov, og at give dem en rumlig forståelse af de forskellige facilitetstyper.

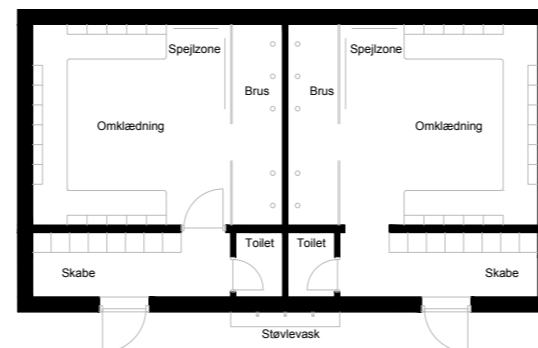
## Omklædnings-typer



I denne type indrettes to regulære omklædningsrum med hver sin bade- og tørrezone og den ene desuden med sauna. Som noget særligt indrettes et tredje rum med en mere loungeagtig karakter der kan bruges til socialt samvær, taktikmøder og massage.



I denne kompakte type er der lagt vægt på fleksibel brug hvor omklædningsrummene enten kan bruges af 2 store hold eller 4 små hold. Når den fleksible foldevæg ikke er i brug, opleves rummene med de krumme vægge som en hule der understøtter socialt samvær og taktikmøder.



Denne type er også kompakt, men mere traditionel i sin udformning. Omklædning og bruseområde er i et stort rum, men adskilt med en glasvæg, der gør kontakt mellem dem der bader og dem der klæder om mulig. Omklædningen er indrettet med inspiration fra parken med individuelle omklædningsstationer og logo på gulvet som udsmykning.

## Udbygnings-scenarier



Scenarie 1 var et forsøg på at skabe den mest mulige kompakte tilbygning til klubhuset og samle alle funktioner så tæt på hinanden som muligt. I forslaget bygges der en ny 1. sal hen over det eksisterende omklædningshus med plads til en træningssal og 2 nye omklædningsrum.



I scenarie 2 bliver alle funktioner sammenbygget men holdt i stueplan og kan derfor tilgås direkte fra banerne. Der bliver mulighed for at lave en mere højloftet træningssal og for at få plads til 2-4 nye fleksible omklædningsrum.



I scenarie 3 etableres der en ny fritstående bygning i 2 etager. Herved bibeholdes den nuværende gennemgang til vejen og man undgår at skulle bygge udvidelsen sammen med det eksisterende. Der kan skabes en højloftet træningssal på 1. sal og 4 nye omklædningsrum i stueplan.



## VISION OG ØNSKER

Herstedøster Idræts Clubs vision er at være en fodboldklub for alle, med fokus på livslang idræt. Glæden både på og udenfor banen er vigtige parametre.

Projektets hovedformål er at skabe bedre fysiske rammer for fællesskabet i klubben. At skabe et inkluderende og attraktivt sted for medlemmerne, hvor de i højere grad har lyst til at være en del af klubbens aktiviteter og hinandens selskab. Et sted at være stolt af, som opfordrer til sammenhold og aktiverer og inspirerer de passionerede ildsjæle til at udvikle klubben og bygge videre på de grundsten, som skaber et positivt samlingspunkt for lokalområdet.

Klubben spiller en vigtig rolle i den praktiske integration i Albertslund, i og med at 25 % af ungdomsmedlemmerne har en ikke-dansk baggrund. Med en forbedring af de fysiske omgivelser og faciliteter, er ønsket at HIC bliver en modpol til det generelle billede af Albertslund, forstærket af sin placering i Herstedøsters naturgrønne omgivelser.

At forbedre og udvide klubhuset og de fælles opholdsområder er et vigtigt skridt på vejen, men for at disse bliver brugt optimalt, er det vigtigt at tilbyde medlemmerne en god helhedsoplevelse, som fremmer lysten til at bruge tid der.

Antagelsen er, at det at klæde om og bade sammen, er en væsentlig social faktor i sig selv og at piger/kvinder vil ansøres til at deltage i det sociale fællesskab i klubben efter idrætten hvis de oplever samværet i omklædningsrummet. Ved at skabe bedre rammer omkring pigers/kvindes omklædningsituation og samtidig tilføje en lille træningssal som kan supplere fodboldens faste træningstider og muliggøre dans, yoga og gymnastik, er det intentionen at forbedre det sociale liv, forbedre fastholdelsen i klubben og skabe fundamentet for livslang idræt.

### HIC'S KVALITETER OG UDFORDRINGER

Herstedøster Idræts Club (HIC) er en fodboldklub, der har ambitioner for fremtiden. HIC ønsker at følge med tiden og tilbyde medlemmerne de bedste muligheder, for at udøve deres sport.

HIC er en meget social klub og medlemmerne efterspørger ikke udelukkende motionsidræt med fokus på kamp og konkurrence; det sociale samvær er i særlig grad omdrejningspunktet for klubben. Klubben ønsker faciliteter, der skaber grundlaget for både en velfungerende dagligdag og muligheden for en positiv udvikling af idrætstilbuddene i klubben

I HIC er mantraet: En spiller er en spiller. Dette princip afspejler sig tydeligt i medlemstallet hvor godt 30% af de 650 medlemmer er kvinder, en høj andel i forhold til mange andre fodboldklubber. Desuden er medlemmerne godt fordelt aldersmæssigt, et resultat af klubbens målsætning om at fastholde medlemmer i alle aldre og tilbyde idræt hele livet. I HIC har det sociale liv altid været en central del af klubben. Klubhuset med den tilhørende store terrasse foran bruges flittigt, og her afholdes mange arrangementer. Eksempelvis fællesspisning hver torsdag er meget populært.

En anden vigtig dimension omkring det sociale liv i HIC er omklædningsrummene, hvor medlemmerne samles holdvis før og efter kamp og træning. Her møder alle hold dog voldsomme udfordringer, da mange må klæde om sammen, og særligt pige-/kvindeholdene har udfordringer med at få tid og plads nok i omklædningen. De nuværende omklædningsrum imødekommer ikke de behov, som har stor betydning for pigers/kvindes idrætsdeltagelse. Dette medfører at både børn og voksne fravælger at klæde om i HIC, hvilket direkte forringer det sociale liv i klubben og dermed bliver en kæmpe udfordring i forhold til at fastholde medlemmerne.

Omkring udviklingen af de idrætsmæssige tilbud i HIC, er det klubbens ambition at kunne tilbyde både traditionel fodbold, samt mere motionsbaserede idrætstilbud som fodboldfitness, gymnastik, løbe- og cykelhold, samt fitnessstræning. Klubben har for nuværende stor udnyttelse af det lille fitnesslokale, som benyttes af mange fra seniorspillere til torsdagsmotionister, der er en gruppe pensionister, der fast dyrker fitness.

Klubben ser et stort potentiale i at kunne tilbyde større og bedre rammer for motionstilbud, og mener at dette vil kunne tiltrække flere aktive i alle aldersgrupper. Med sin placeringen tæt på naturskønne omgivelser og skov oplever klubben interesse for fremover at kunne blive et støttepunkt for f.eks. løbere og motionscykelryttere.

HIC har et godt samarbejde med naboen Albertslund Lilleskole og Herstedøster Skole. Disse eksempler på fleksibel brug og dermed optimal udnyttelse af faciliteterne giver mening for klubbens ønsker om en endnu stærkere forankring i/udveksling med lokalsamfundet og understøtter behovet for en forbedring af de fysiske faciliteter.

### RESULTATET AF UDVIKLINGSPROCESSEN

Forløbet med de 3 workshops og studieturen førte til nogle klare prioriteringer som både kommer til udtryk i projektets reviderede vision her på siden og i skitseprojektet på de følgende sider. Processen med at inddrage pige- og kvindeholdene i udviklingen af skitseprojektet, viste sig at være en succes på flere planer. Pigerne og kvinderne viste et enormt engagement og indlevelsesevne, hvilket gav værdifulde resultater for projektet og en styrket fællesskabs- og ejerskabsfølelse for alle involverede. Generelt har det givet et løft for HIC, at pigerne har haft et forum for at få sat ord på deres behov og ønsker, og at de har følt sig hørt.

## PROJEKTET

*"Det er så godt med et område hvor der er plads til børn, fordi de er svære at holde ude fra banen" (om udendørs faciliteterne, bl.a. rutchebanen og gynger)*  
- Kvinde fra HIC.

## Udearealet

### NYE TILTAG PÅ GRUNDEN

I det følgende beskrives det endelige forslag til om- og udbygning af HIC's klubfaciliteter. Projektet er resultatet af en række æstetiske og funktionelle intentioner som har manifesteret sig gennem samarbejdet mellem spillerne, klubledelsen, Lokale-og Anlægsfonden, DBU og Keingart.

Ved det nye forslag til klubhus er de eksisterende adgangsveje fra parkeringspladsen bibeholdt. Den østlige adgang tættest mod klubhuset vil forsat være den primære adgang fra P-pladsen, og adgangen længst mod vest integreres i den nye bygning. Det er vigtigt at bygningen i fremtiden ikke lukker mere af til fællesarealet ved opvisningsbanen, men tværtimod inviterer forbipasserende på vejen ind, og skaber tilgængelighed til terrassen ved sydsiden af bygningen.

I projektet her aktiveres arealet vest for byggeriet, over mod skolen, således for at invitere motionister og andre forbipasserende ind til området. Kantområderne omkring opvisningsbanen og bebyggelsen aktiveres med redskaber og øvelsesbaner til at træne og lave øvelser som en del af holdtræningen og som opvarmning eller til leg og dygtiggørelse, udenfor træningstiden. Et eksempelprojekt kunne være fodboldeksperimentariet i Herning Fremad. Klubben har her oplevet at

de ekstra faciliteter bliver brugt i halve og hele timer før træning, udenfor træningstiderne, og at de tiltrækker sportsudøvere fra andre sportsgrene og nysgerrige folk.

Brugerne har været begejstret for den specifikke funktion og at det ikke bare er en almindelig legeplads, men mere sportsorienteret. Næsby boldklub har ligeledes med deres fodboldlegeland, fordoblet deres medlemsantal og fået flere besøgende som har kunnet se fodbolden an fra sidelinjen. Et sådan tiltag kan styrke det sociale fællesskab yderligere, ved at skabe forhold og aktiviteter til familier, tilskuere og små søskende som ofte kommer med medlemmerne til kamp og træning.

Området foran bygningen vil fortsat fungere som klubbens sociale samlingsrum og dette forstærkes yderligere i forslaget. For at styrke en god inde/ude relation også på 1 sal, etableres svalegangen, som vil have de samme kvaliteter som området på terrassen under. Det er også her man vil mødes for og efter omklædning. Fra svalegangen er der rig mulighed for ophold og udsyn over opvisningsbanen. Nede på terrassen vil der fortsat være mange opholdsmuligheder, samt en rutsjebane, gynger og reb man kan 'hænge ud' i og som også skaber en legende atmosfære og masser af liv hele vejen langs facaden.

Fodboldexperimentarium



Øvelser



Trampoliner



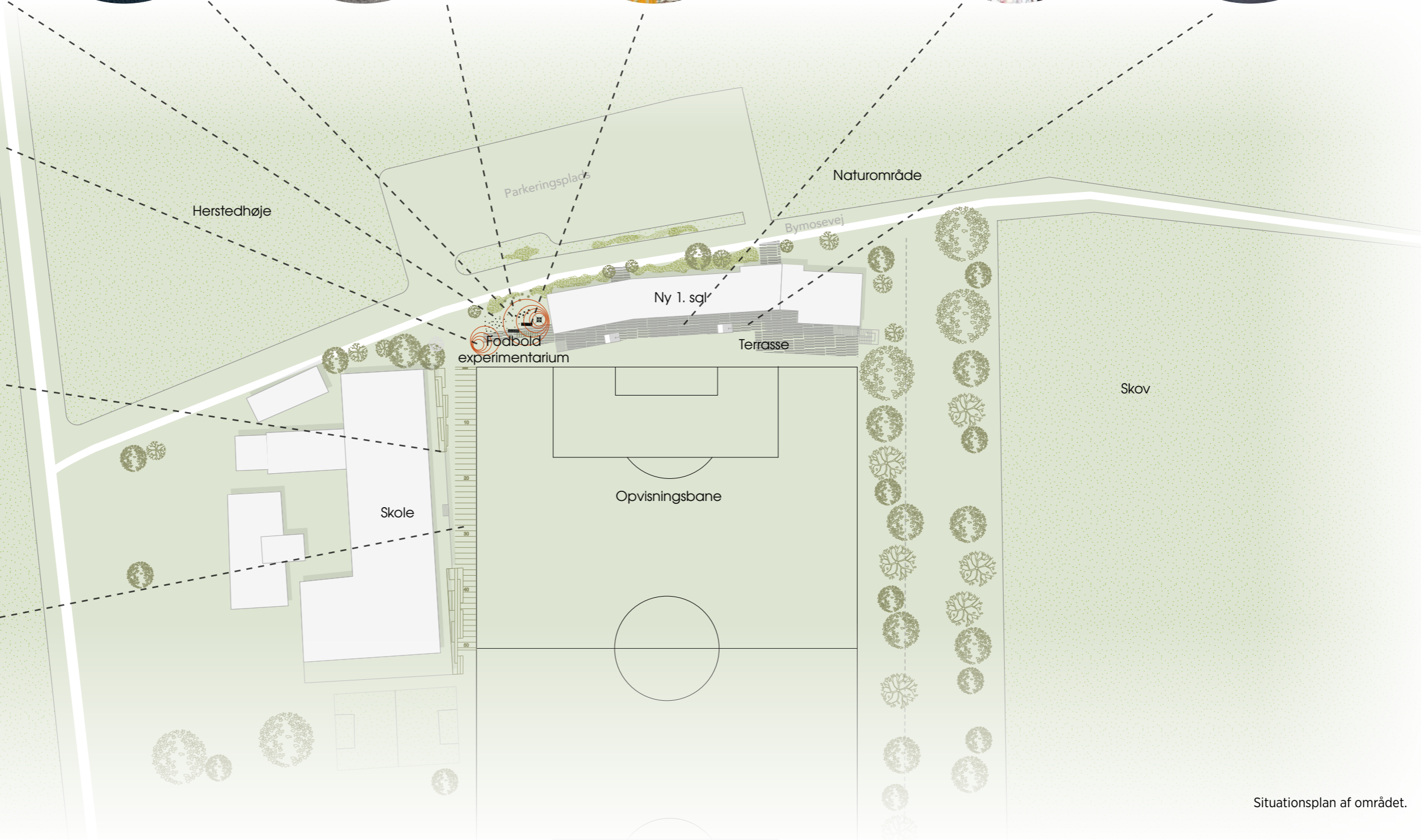
Styrketræning



Leg i reb



Gynger



# Huset

## TILBYGNING OG OVERBYGNING

I det nye forslag bibeholdes det eksisterende klubhus i to etager længst mod øst samt de 4 omklædningsrum i stueetagen. Vest herfor tilføjes i stueplan et nyt bygningsafsnit som indeholder nye bolddepoter, holdskabe, vaskerum og rengøringsrum. Hertil kommer toilet og bedefaciliteter til brug for motionister og andre der træner i skovene omkring klubben.

På førstesalen etableres der tre nye omklædningsrum til kvinder længst mod vest, samt en træningssal på 130m<sup>2</sup>, som grænser op til førstesalen på det nuværende klubhus og har adgang herfra.

Nærheden mellem klubhuset og træningssalen bliver et afgørende fortrin i det nye anlæg som forstærkes yderligere af svalegangen der binder hele førstesalen sammen.

Den kommer til at udgøre et attraktivt socialt samlingsareal ud for de nye omklædningsrum, hvorfra man også kan overvære kampe på opvisningsbanen.

Den nye førstesal får sin egen selvstændige konstruktion båret af søjler, der placeres udenpå stueetagens eksisterende vægge og har egne fundamenter. De underliggende eksisterende omklædningsrum i

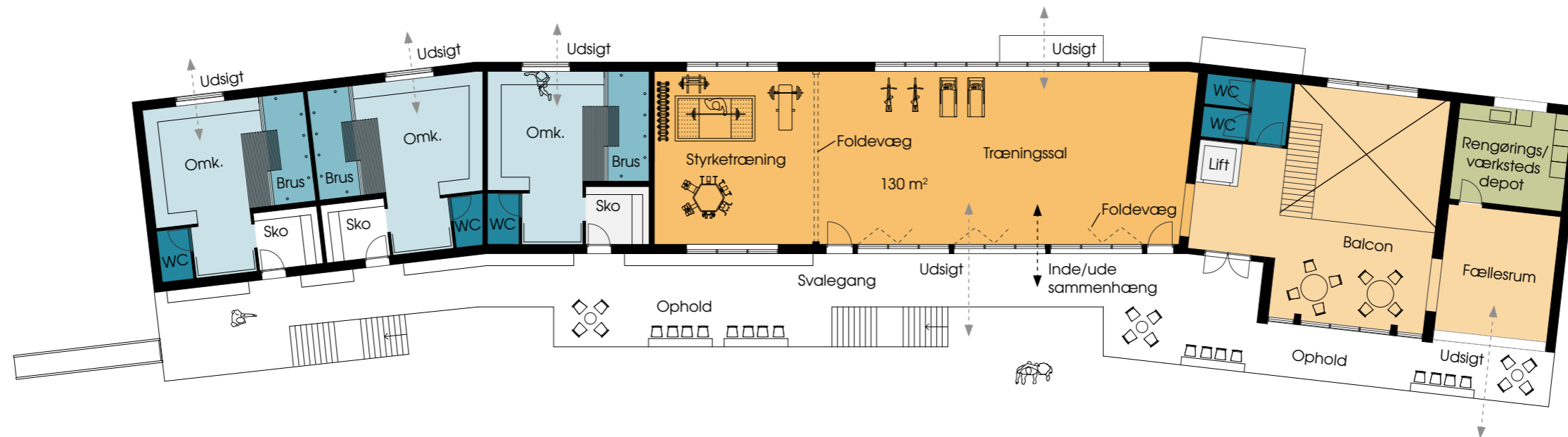
stueetagen får et nyt fladt loft, med en loftshøjde på ca. 3 m.

De nye omklædningsrum og træningssalen, der placeres på førstesalen, får saddeltag med en indvendig loftshøjde på ca. 3,5 m. til kip. I facaden placeres vinduer, så udsigten over området kan nydes fra omklædningsrummene, uden indbliksgener.

Facadevinduerne suppleres af ovenlys så lyset vil fylde rummet både fra oven og fra siden.

Svalegangen på sydsiden etableres som en let konstruktion og bliver et væsentligt nyt uderum med en bredde på op til 3,5 m.

## 1 sal



Plan - 1 sal 1:200

## INTENTIONERNE MED DET NYE KLUBHUS

Projektet er resultatet af en række prioriteringer af kommende aktiviteter. Træningsrummets primære anvendelse vil således være til holdtræning, hvor det vil være muligt at introducere komplimenterende holdaktiviteter som aerobics, HIT og pulstræning, samt holistiske træningsformer som yoga, pilates og udstrækning.

Træningsrummet indeholder en holdsal og en styrketræningssal på i alt 130m<sup>2</sup>, med styrketræningsudstyr i den ene ende og fri gulvplads i den anden. Rummet kan opdeles med en foldevæg så der kan foregå to forskellige aktiviteter samtidig.

Der er placeret panoramavinduer i salen, så der er visuel forbindelse til opvisningsbanen og opholdsområderne ved den sydvendte facade og en grøn udsigt over Herstedhøje mod nord, med minimeret indkig fra vejen.

Styrketræningsafdelingen er særligt efterspurgt af herrerens 1. hold, som allerede flittigt bruger det interimistiske træningsrum i den eksisterende bygning. Ved en opdatering af dette, forudses det brugt endnu mere og på tværs af medlemmernes aldersgrupper.

Styrketræning er skadesforebyggende og skaber tilmed en god situation for restitutionstræning og for skadede spillere, som skal genoptræne. Her kan de fortsat have deres gang i klubben, styrketræne med de andre holdspillere, og gøre sig klar til at komme på banen igen. HIC vil generelt gerne gøre det muligt for medlemmerne på de ældste ungdomshold og seniorhold at kunne indpasse individuel træning fleksibelt i deres travle hverdag.

Salens placering ved og med adgang til klubhuset, giver mulighed for at åbne op til opholdsområdet ved kiosken og køkkenet, og optimale

muligheder for at afholde arrangementer for klubbens medlemmer og gæster udefra. Rummet vil kunne bruges til festlige forsamlings, taktik og strategimøder, Inspirationsforedrag osv.

HIC har en vision om at i højere grad at inkludere selvorganiserede brugere, som en kobling til holdtræningen. Klubben er allerede mødested for selvstyrede initiativer og gruppeaktiviteter som løb, cykling, udendørstræning, vandreture osv. Disse alternativer til den organiserede holdsport, giver én mulighed for at være tilknyttet klubben, selvom man for eksempel ikke kan spille fodbold længere og skaber aktiviteter for bl.a. forældre, som afleverer og henter deres børn til træning.

At skabe rum til disse tilbud, støtter op om klubbens ambition om at opfordre til livslang idræt, glæde ved fysisk aktivitet og social tilknytning til fællesskabet i HIC.



Parkring

Cykel parkering

Skov

Bymosevej

Ankomst

Stueplan

Fodbold eksperimentarium

Vaskerum/  
Teknik

Bold-  
skabe

HC  
WC

Hold-  
skabe

Depot

Støvelvask

Omkładning

Omkładning

Omkładning

Omkładning

Teknik

Brus

Brus

Brus

Brus

HC  
WC

HC  
WC

HC  
WC

HC  
WC

Dommer  
omkl.

WC

HC  
WC

Lift

Foyer

Fællesrum

Møde

Køkken

Legeplads

Rutchebane

Klatrereb

Gynger

Ophold

Boldnet

Terrasse

Interval løb

Aktivitets  
Tribune

10

Skole

Stueplan 1:200

*"Det sociale i klubben  
forgår ude ved  
bord bænkesættene, så  
det er vigtigt for os at  
bibeholde dem"*

- Kvinde fra HIC.

## Bygningsudtryk

### ET HUS I TRÆ

Førstesalen bygges som en selvstændig etage hen over det eksisterende hus, med sin egen bærende søjlestruktur, som lægger sig udenpå den eksisterende facade. Denne struktur bliver 'skjult' bag en ny facadeløsning med bånd af træbeklædning, som skaber et rytmisk forløb langs husets facader. Den eksisterende træbeklædning bliver udskiftet med samme slags træ, for at skabe en arkitektonisk helhed.

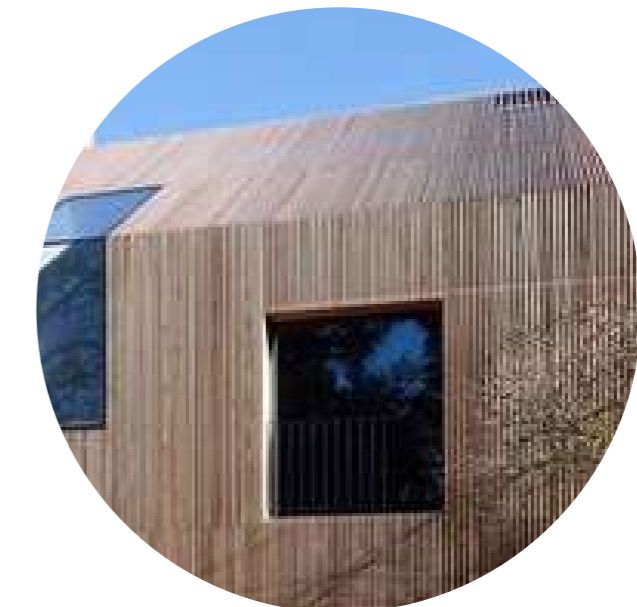
Herudover skabes der en variation i facaden ved skift i materialer og skala, hvor eksempelvis de små indhak i facaden og den ny svalegang får lommer og åbninger som inviterer ind og indbyder til ophold. Bygningens variation i materialer og spring i facade og tagryg, skaber en rytme og variation i bygningen, som mimer den forhenværende bygning og vidner om stedets historie.

Ved at bevare de eksisterende murede vægge, sørges der på bæredygtig vis for at genbruge de eksisterende bygningselementer i så høj grad som muligt.

Materialerne på det nye og det bevarede byggeri er naturmaterialer, nemlig træbeklædning og pudsede mursten, og falder godt ind i det fredede skovlandskab omkring bygningen, samt Herstedøster landsby som helhed.



Materiale skift i facaden.



Træbeklædningen trækkes op på taget.

## Facader



Opstalt 1:200

## Omklægningen

### AFSTEMTE VIRKEMIDLER

I udviklingsforløbet har der været meget fokus på udformning og indretning af omklædningsrummene til piger og kvinder. Inspirationsomklædninger er blevet besøgt og forskellige indretningsmuligheder er blevet diskuteret i flere omgang af brugergruppen.

Den type som her præsenteres og som tænkes udført på 1.sal er derfor resultatet af en nøje afstemning af bestemte virkemidler.

Hovedintentionen med udformningen er at understrege omklædningsituationens betydning for klubbens sociale liv. Derfor er rummet udformet så man altid er en del af fællesskabet, men indeholder samtidig detaljer, nicher og afskærmninger, som gør det muligt at være lidt mere privat. Omklædningsrummene til piger og kvinder er præget af klare zoneopdelinger i en skozone, en spejlzone, en omklædningszone, en badezone og en tørrezone.

Omklægningssituationen er en koreograferet bevægelse mellem disse zoner.

De bidrager bl.a. til at løse den store udfordring med jord på støvlerne som ellers kommer rundt overalt.

Zonerne markeres ved hjælp af rumlige afgrænsninger og skift i materialer. Der er desuden valgt materialer med forskellige detaljeringsgrader, overflader, farver og skalaer, hvilket pigerne/kvinderne reagerede godt på. Særligt de yngre piger tilkendegav at det gjorde rummet hyggeligere.

Dagslys kommer ind gennem ovenlyset og via store vinduer i facaden. Placering af omklædningsrum på 1.sal. gør det muligt at etablere gode naturlige lysforhold og udsigtsmuligheder uden at gå på kompromis med privatsfæren.

Vinduerne skaber en god ind/ude relation, og gør omklædningsrummene lang mindre klaustrofobiske at opholde sig i.

Vindueskarmen er dyb, og inviterer også til at man kan sidde og vente i lyset. Glasset er dog materet forneden så indkig hindres.



Plan af nye omklædningsrum 1:50

"Det er hyggeligt med brusere overfor hindanden så vi kan stå og snakke."

- Kvinde fra HIC

ZONER

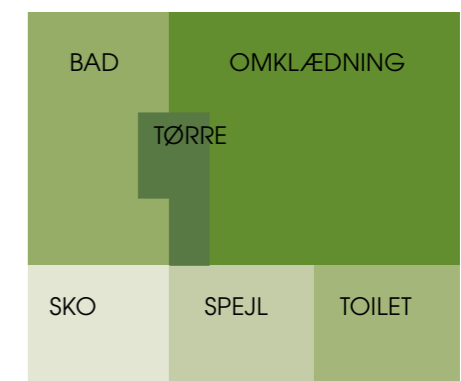


Diagram over zonerne



Snit

"Super fedt med svalegangen, og at man kan gå op og se banen derfra og hænge ud"  
- Kvinde fra HIC.



EKSISTERENDE OPHOLDSMULIGHEDER

Snit 1:50

## Materialer og stemning

### LYST OG VARMT

Materialerne udgør en væsentlig del af de prioriteringer brugerne undervejs har foretaget.

Der er indarbejdet træ på steder hvor der vil være kontakt til bar hud, idet træ er et varmt men også robust materiale hvis det behandles rigtigt. Ved omklædningsituationen er der fleksible knager og opbevarings hylder over og under bænken, og ved tørrezonen er der etableret trælameller der ligger ovenpå fliserne, men kan løftes ved rengøring. Udover opbevaringsmulighederne i omklædningsrummet, er der også etableret opbevaring af sko og fodboldstøvler i skozonen, for ikke at tage snavs og jord med ind i eksempelvis badezonen. I skozonen er der også skabe til individuel værtdiopbevaring, såvel som skabe til brug for holdene under træning.

Der monteres akustisk dæmpende plader i loftet, på udvalgte vægge og bag træpaneler, så der sikres et dæmpet miljø med korte efterklangstider. Forskeligt 'blødt' lys og styring af lyset vil desuden understøtte en behagelig atmosfære og give rummet en variabel stemning. Møbleringen kan suppleres af løse møbler, eksempelvis en puf i midten af rummet, som også vil understøtte og invitere til at sidde ned, hænge ud, vente og snakke med sine holdkammerater. Skydedøre og vægge skaber privathed for omklædningen mens der fortsat er adgang til toilet og skabe. En skydedør mellem spejlzonen og omklædningen omdanner rummet til et taktikrum med en taktikplade monteret på døren.

"Det er vigtigt med en taktiktavle i omklædningsrummet, så det er dejligt det er tænkt ind"

- Kvinde fra HIC

### REFERENCER:



Pudset væg i spejl zonen



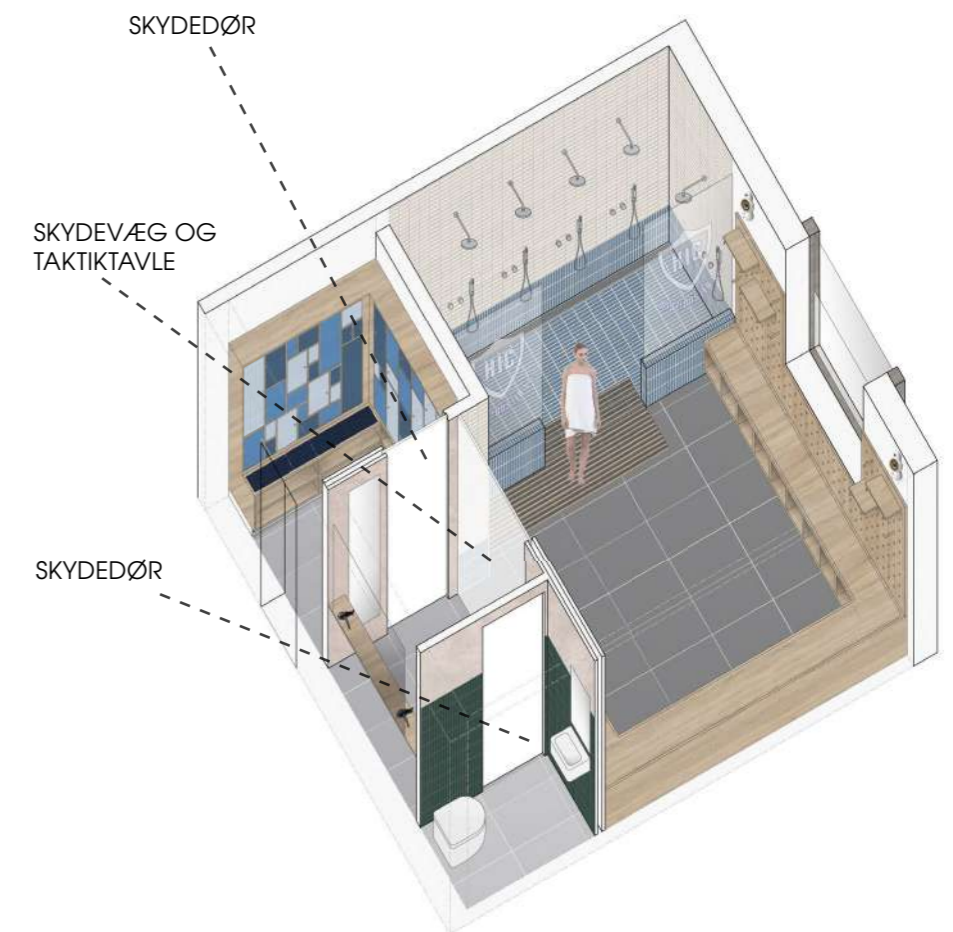
Klinker i forskellige størrelser i badet



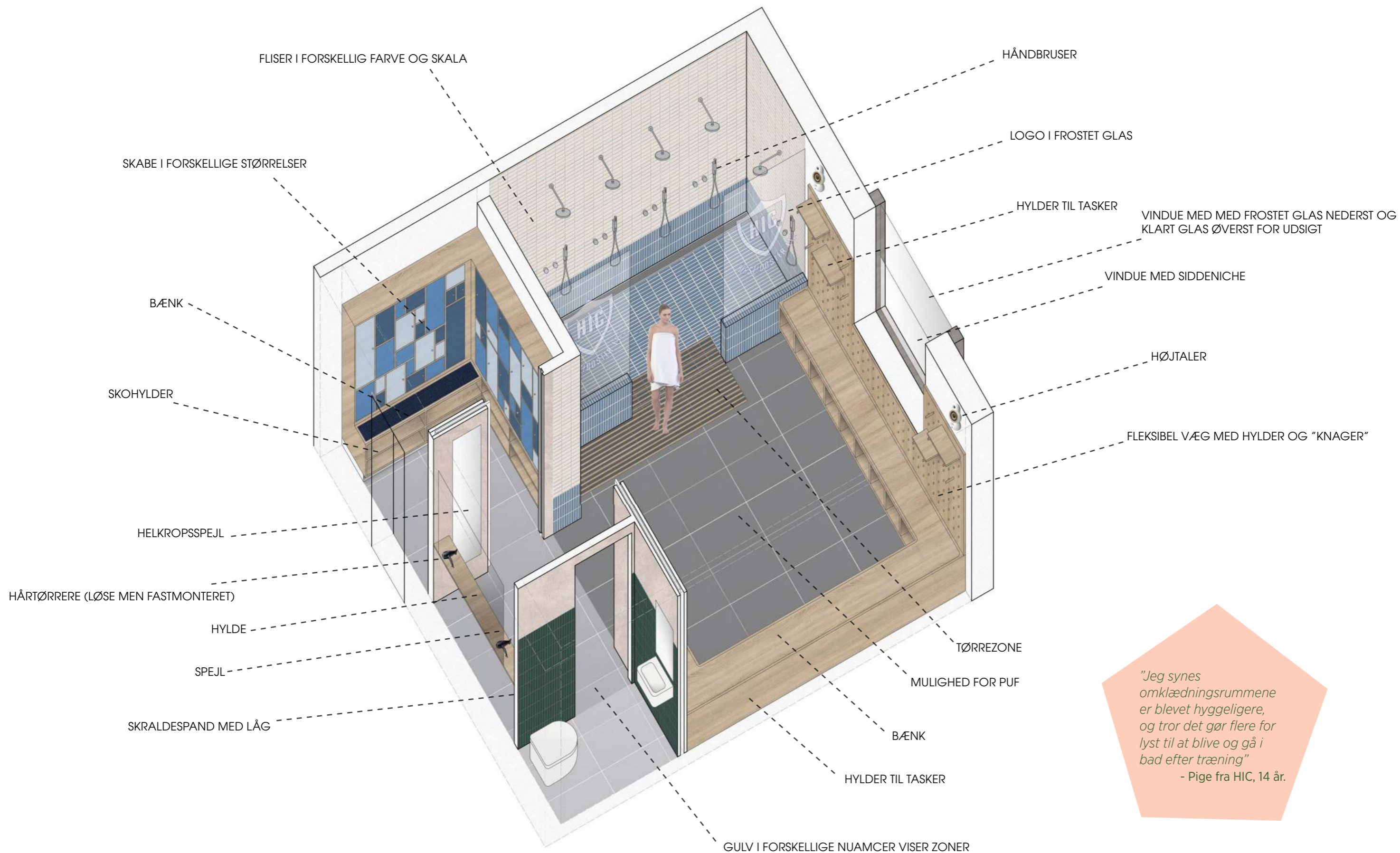
Fleksibel knage og hylde situation i træ



Tørrezone med trælameller og glasafsikærmning.



Omkledning med skydedøre.



"Jeg synes omklædningsrummene er blevet hyggeligere, og tror det gør flere for lyst til at blive og gå i bad efter træning"  
 - Pige fra HIC, 14 år.



**ØKONOMI OG TID**

Fremtidens omklædningsrum til piger og kvinder og skitseprojektet til om- og tilbygningen til Herstedøster Idræts Club er et ambitiøst projekt. Anlægsfasen for projektet vurderes til 9-12 måneder. Der vil være mulighed for at faseopdele byggeriet, så de eksisterende omklædningsrum kan bruges, så snart der er kommet tag på den nye overbygning. Der vil være tale om en periode på ca. 3 måneder hvor man ikke vil kunne bruge de eksisterende omklædningsrum. Denne fase kan med fordel planlægges henover vintersæsonen. Her præsenteres et foreløbigt overslag på anlægsøkonomien for det her viste skitseprojekt. Ændringer i konstruktionsprincipper og prisbevægelser i markedet vil kunne ændre en del på prisvurderingen.

HIC, ny klubbygning - Skitseforslag			
Prisoverslag (Ekskl. moms)			23-04-18
Område	m2	pris pr m2	Samlet
Eksisterende klubbubning	100	7.000	700.000
Eksisterende omklædning	138	7.000	966.000
Flexrum + depot + vaskerum	70	25.000	1.750.000
Svalegang	160	12.000	1.920.000
Elevator	1	1.500.000	1.500.000
Lagerdepot	54	15.000	810.000
Nye omklædningsrum	120	25.000	3.000.000
Træningsal og styrketræning	90	30.000	2.700.000
Ny etage på klubbygning	70	15.000	1.050.000
Inventar			1.000.000
<b>Sum</b>	<b>803</b>	<b>1.636.000</b>	<b>15.396.000</b>

Samlet m2 pris 23.008			
Område	Procent	Beløb	Samlet
Uforudseelige udgifter	15%		2.309.400
Byggeplads	5%		769.800
Rådgivning	12%		1.847.520
Øvrige omkostninger	5%		769.800
<b>Sum</b>			<b>5.696.520</b>
<b>I alt</b>			<b>21.092.520</b>

\*Det anbefales at sætte et beløb af til projektjusteringer, således der er mulighed for justeringer i det videre forløb.

Projektjusteringer	20%		3.079.200
--------------------	-----	--	-----------

**Udområder - Skitseforslag**

Område	m2	pris pr m2	Samlet
Belagt udeareal	160	1.800	288.000
Udområder	530	1.800	954.000
<b>Sum</b>	<b>690</b>	<b>3.600</b>	<b>1.242.000</b>

Uforudseelige udgifter	15%		186.300
Byggeplads	5%		62.100
Rådgivning	12%		149.040
Øvrige omkostninger	5%		62.100
<b>Sum</b>			<b>459.540</b>

<b>I alt</b>			<b>1.413.540</b>
--------------	--	--	------------------

\*Det anbefales at sætte et beløb af til projektjusteringer, således der er mulighed for justeringer i det videre forløb.

Projektjusteringer	20%		248.400
--------------------	-----	--	---------



**keingart**  
SPACE ——— ACTIVATORS

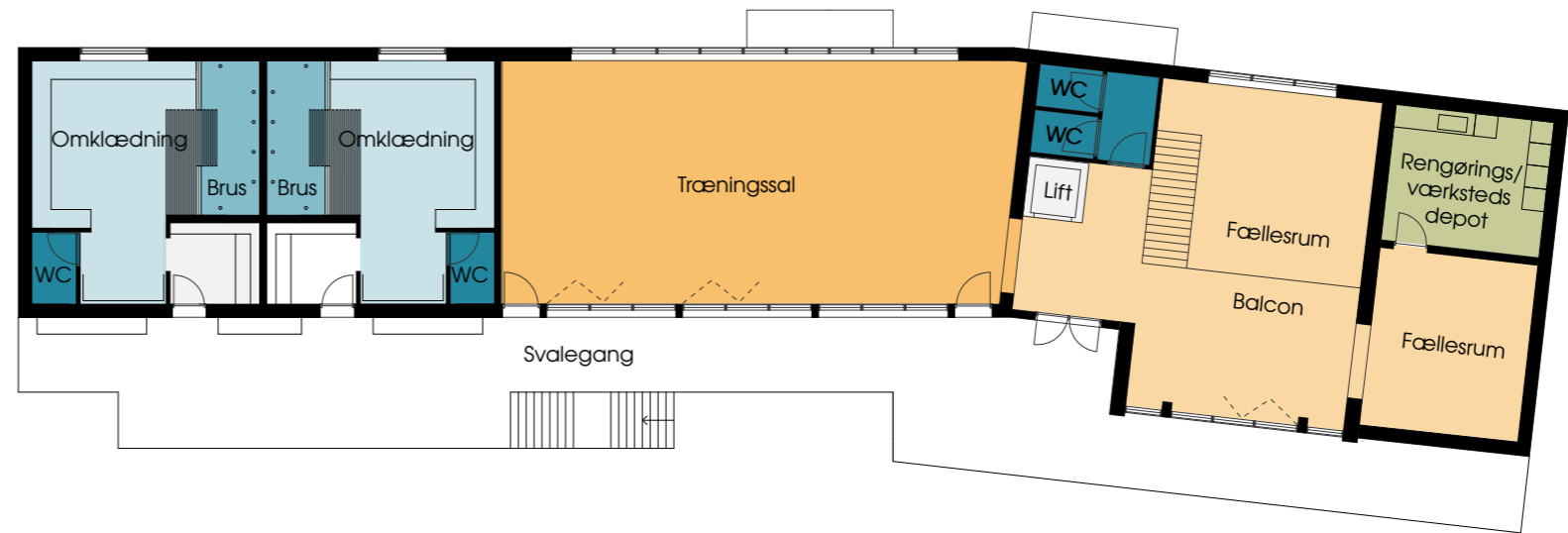
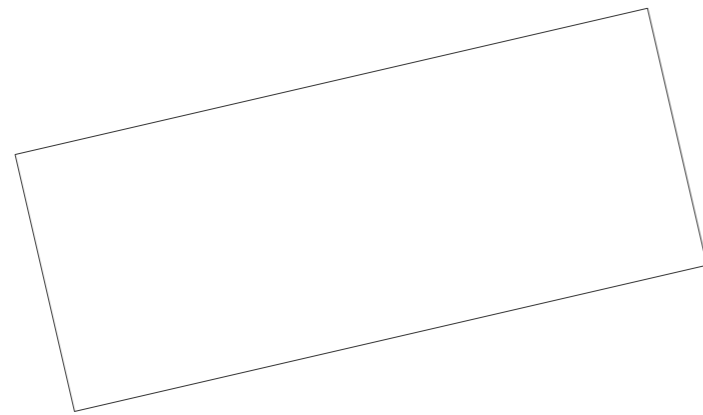


**LOKALE  
ANLÆGS  
FONDEN**

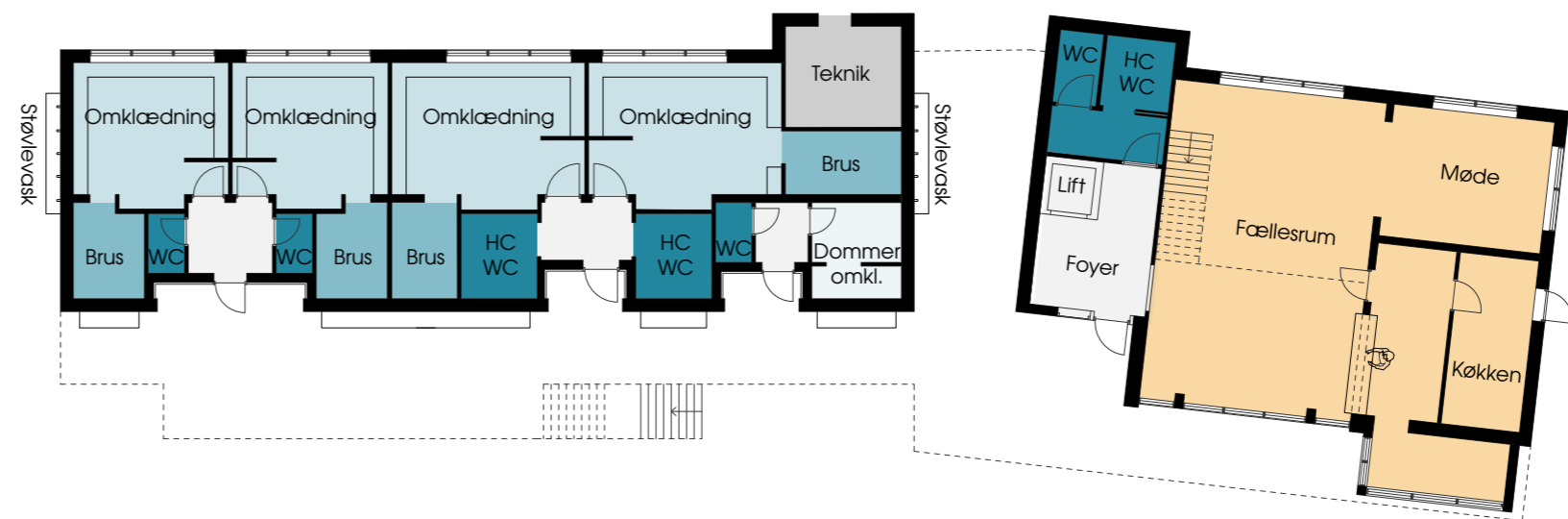
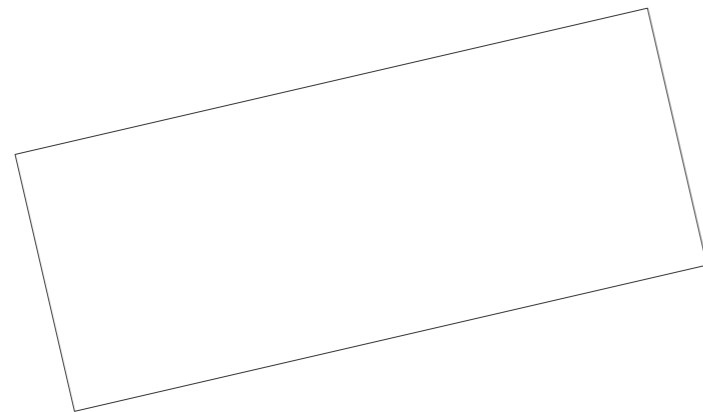


# ALTERNATIVE PLANFORSLAG

# Plan B.1 - forslag



Plan - 1 sal 1:200



Stueplan 1:200



## Plan B.2 - forslag

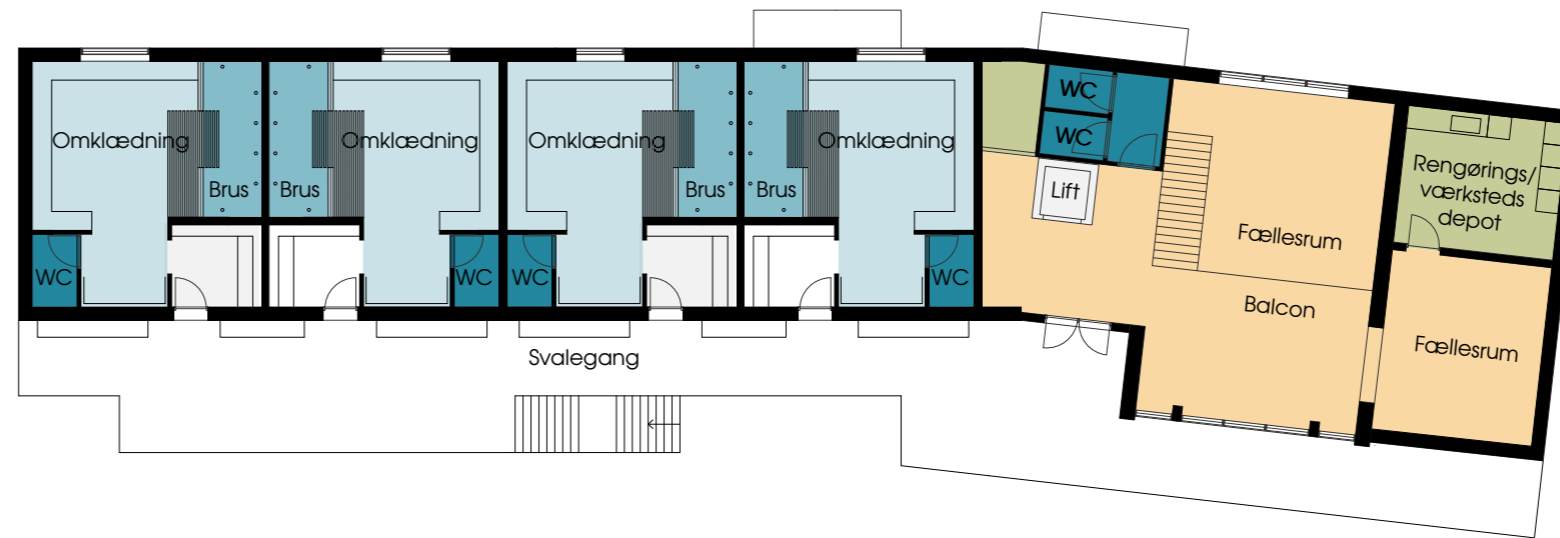
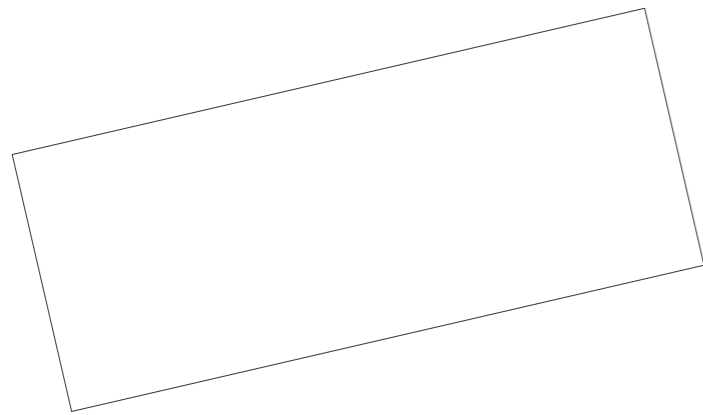
## Plan B - økonomi

### Evt. beskåret projekt - Prisoverslag

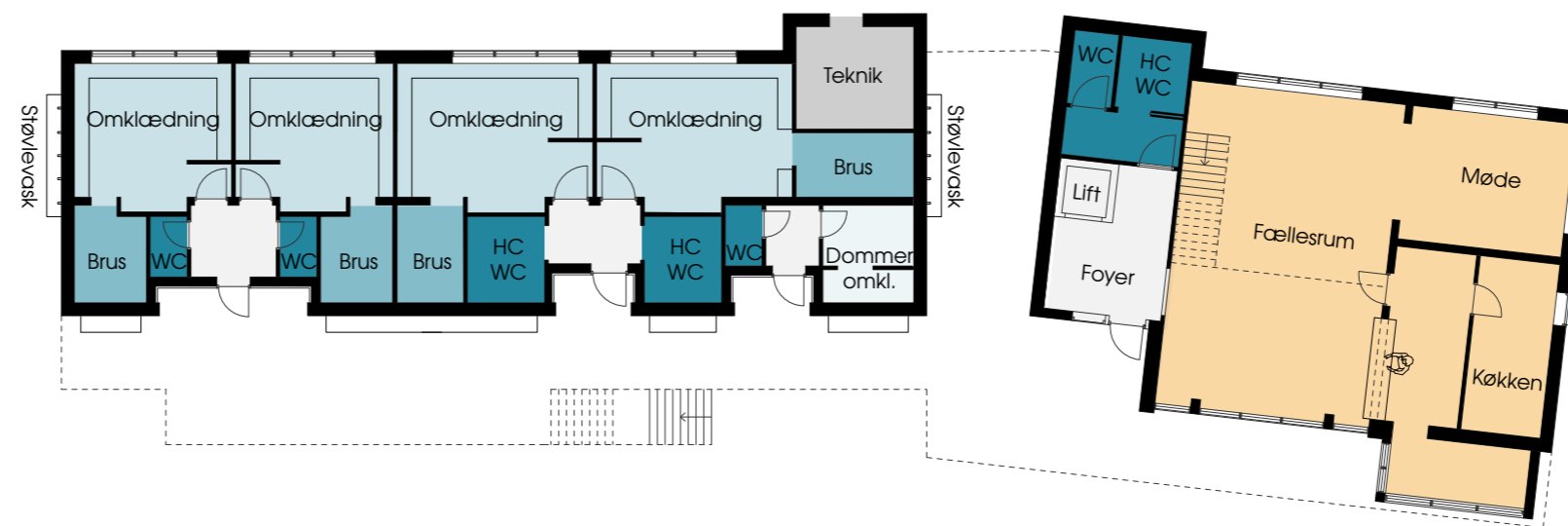
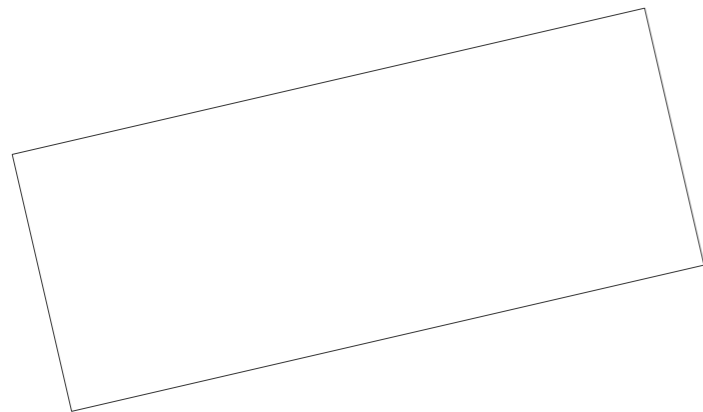
Uden flex, mindre træningsrum	140	23.008	3.221.081
<b>Sum</b>			<b>12.174.919</b>

Uforudseelige udgifter	15%		1.826.238
Byggeplads	5%		608.746
Rådgivning	12%		1.460.990
Øvrige omkostninger	5%		608.746
<b>Sum</b>			<b>4.504.720</b>

<b>I alt</b>			<b>16.679.639</b>
--------------	--	--	-------------------



Plan - 1 sal 1:200



Stueplan 1:200

**keingart**  
SPACE ——— ACTIVATORS



**LOKALE  
ANLÆGS  
FONDEN**