



1918
TALLINNA TEHNIKAÜLIKOOL

TERVISERAJAD – JUHISED ARENDUSTEGEVUSEKS JA
PLANEERIMISTÖÖDEKS

RECREATIONAL TRAILS – GUIDE FOR DEVELOPMENT AND
PLANNING WORKS

Üliõpilane: Inga Vovk

Juhendaja: Teadur Tiit Metsvahi

Tallinn, 2014

Kokkuvõte

Rajad on olnud osaks inimkultuurist juba esimeste tsivilisatsioonide ajal, kui arenesime kütt-korilastest paikset elupaika omavateks maaharijateks. Juba kütt-korilased omasid teatud kindlaks määratud radu rändeks ja küttimistegevusteks. Inimajaloo esimeses pooles kandsid rajad olulist rolli kaupade ja inimeste liikumise kindlustamises. Industriaalajastu alguse ning sellega kaasneva laialdase raudteede ja maanteede ehitusega on rajad selle tähtsuse kaotanud. Alates 20 sajandi teisest poolest on rajad lääneühiskonnas leidnud uue hingamise tervisesporti ja looduslikus keskkonnas liikumist toetavate rajatiste ehk terviseradadena. See on eriti tähtis kuna aina enam inimesi veedab oma aega kontorites laua taga töötades ja liiga vähe end liigutades. Selline eluviis viib tervisehäireteni. Eesti, mis on just jõudnud post-sovjetlikust ühiskonnast kaasaegsesse arenenud ühiskonda, tajub neid mõjusid eriti tugevalt. Rõõmustan väga, et Eestis terviserajad võivad aina enam populaarsust.

Mida enam tervisradu rajatakse, seda suurem on vajadus terviseradade arendamise alaste ning planeerimist ja projekteerimist toetavate juhendmaterjalide järele. Enda töös olen püüdnud välja tuua peamised aspektid seonduvalt terviseradade arendamise ja planeerimisega, alustades ideede formuleerimisest ning lõpetades üldiste tehniliste põhimõtete lahkamisega raja kavandamisel.

Lõputöö jaoks materjale kogudes ja eeltööd ning analüüse tehes olen omandanud enese jaoks palju selgema arusaama terviseradade olemusest ja ka teema mitmetahulisusest. Üks huvitavamaid avastusi ja mõtteid, mis jäi kõlama seoses radade planeerimisega on, et terviserada ei ole oma olemuselt päris staatiline objekt vaid organism, mis peab domineerimise asemel olemasolevat keskkonda täiendama ning mille puhul võib väga palju sõltuda just väikestest detailidest.

Töö esimeses osas olen keskendunud ennekõike arendustegevuse alustele. Nagu teada algab kõik ideest ja idee realiseerimiseks on kindlalt vaja meeskonda. Meeskond on üks peamiseid faktoreid mis määrab, kas projekt saab olema edukas või ei, seega olen püüdnud kirjeldada meeskonna komplekteerimist ning meeskonnajuhil lasuvaid ülesandeid. Teiseks tähtsaks küsimuseks on iga projekti puhul finantseerimine, seega olen andnud ülevaate finantseerimise võimalustest ning toetuste süsteemist Eestis. Esimese osa lõpus olen analüüsinud kahe Eesti terviseraja hetkeolukorda, et tuvastada milliseid probleeme ja puudujääke kui ka positiivseid lahendusi võib leida käesolevaks ajaks rajatud terviseradadel.

Töö teises osas olen keskendunud planeerimisele ja raja kavandamisega seotud tehnilistele aspektidele. Esmalt on antud juhised kuidas valida tuginedes raja kasutusele võimalikult parim asukoht ning milliseid andmeid selleks on tarvis. Edasi annan ülevaate raja paigutamisest, sidudes selle olemasoleva keskkonnaga ning tagamaks vajalikud parameetrid mugavaks raja kasutamiseks. Järgnevalt käsitlesin katendi ja dreneažiga seotud küsimusi kuna need küsimused on määrava tähtsusega, kui küsimuseks on raja pikaealisus. Veel käsitlesin tugirajatiste ja valgustusega kuna tulenevalt Eesti geograafilisest asukohast on aasta jooksul valge aja osakaal küllaltki lühike. Nimetatud aspektid aga võivad olulist mõju avaldada raja külastatavuse tagamiseks ja säilitamiseks ning ohutuse tagamiseks. Tulenevalt sellest, et üha enam püütakse puudega inimesi lõimida täisväärtuslikult ühiskonda, siis puudutasin ka teemat kuidas luua võimalusi liikumispuudega inimestele raja kasutamiseks.

Antud lõputöö püüab olla vajaliku põhjalikkusega juhendiks terviseradade rajamise esimeste etappide kavandamisel andes juhiseid, kuidas saavutada hästi planeeritud ning toimiv terviserada, mis looks lisaväärtusi kohalikele kogukondadele ning ühiskonnale tervikuna.

Summary

RECREATIONAL TRAILS – GUIDE FOR DEVELOPMENT AND PLANNING WORKS

Inga Vovk

Designated trails have been part of human culture from the time of first civilizations just after we evolved from hunter-gatherers to farmers with domicile. Still even the hunter-gatherers had in some extent designated trails for hunting and other activities such as socializing. In first part of human history the trails were one of the main infrastructures for transportation but together with industrialization and extended construction of railways and highways the trails as such lost their importance in transport of goods and people. In second half of 20th century the trails have started to regain their popularity in western world but not anymore as a part of transport infrastructure but as infrastructure providing means for recreational activities such as leisure in nature and fitness. This is especially important as more and more of people spend their days working in offices behind their desks with not enough physical activity during the day this again leads to diseases such as obesity, heart and vascular diseases. Estonia which has just exited the post-soviet society and entered modern society faces those problems especially hard.

Having said that then it is utterly positive that recreational trails have gained so much popularity over past ten years in Estonia. As more and more recreational trails are to be built we need more through guides for development, planning and design of those structures. In my thesis I have tried to bring out the most important aspects of trail development and planning starting from how to formulate your ideas and ending with main technical aspects.

During research for the thesis I have got more clear understanding of trail concept and complexity of this topic. The main aspect that echoes through the subject of trails is that they should be planned as a living organism which flows through existing environment complementing it and not necessarily overpowering it.

In first part of the thesis I have concentrated more on preparatory topics of trail development. First comes always idea and then the team who in most cases means everything for the success of the project then lot of effort has put into describing the needed build-up and tasks of the trail team. Second very important aspect on each project is how to solve the financing questions so with this thesis I have also provided overview how the financing of the trails has been organized in Estonia and what are the financing possibilities for the trails.

I also have analysed condition of two existing trails in Estonia to get more clear view which kind of issues and shortcomings can be found in trails built so far.

Second part of the thesis concentrates more on technical aspects and questions of trails. Guides have been given how to find best possible location for the trail and what kind of input is needed for that also how to plan the corridor in the way it would connect with environment, would meet needs of the use, would be sustainable and would provide best possible trail experience. Next it has been drawn attention to surfaces and drainage which combined are crucial aspects for suitability for selected use and durability of the trail. Also aspects of supporting facilities, marking and lighting of the trail have been described in the thesis. Next as more and more our society seeks possibilities how to involve disabled people in normal everyday life then also guides for making trails accessible for disabled have been provided.

This thesis strives to be useful tool for planners and developers in their journeys to well-planned and functional trails which will benefit the whole Estonian society.