

SLOWLY

_ Kurscenter ved Noresund

Eirik Fonn
veileder Fredrik Lund



ankomst til tomten

PROBLEMSTILLING

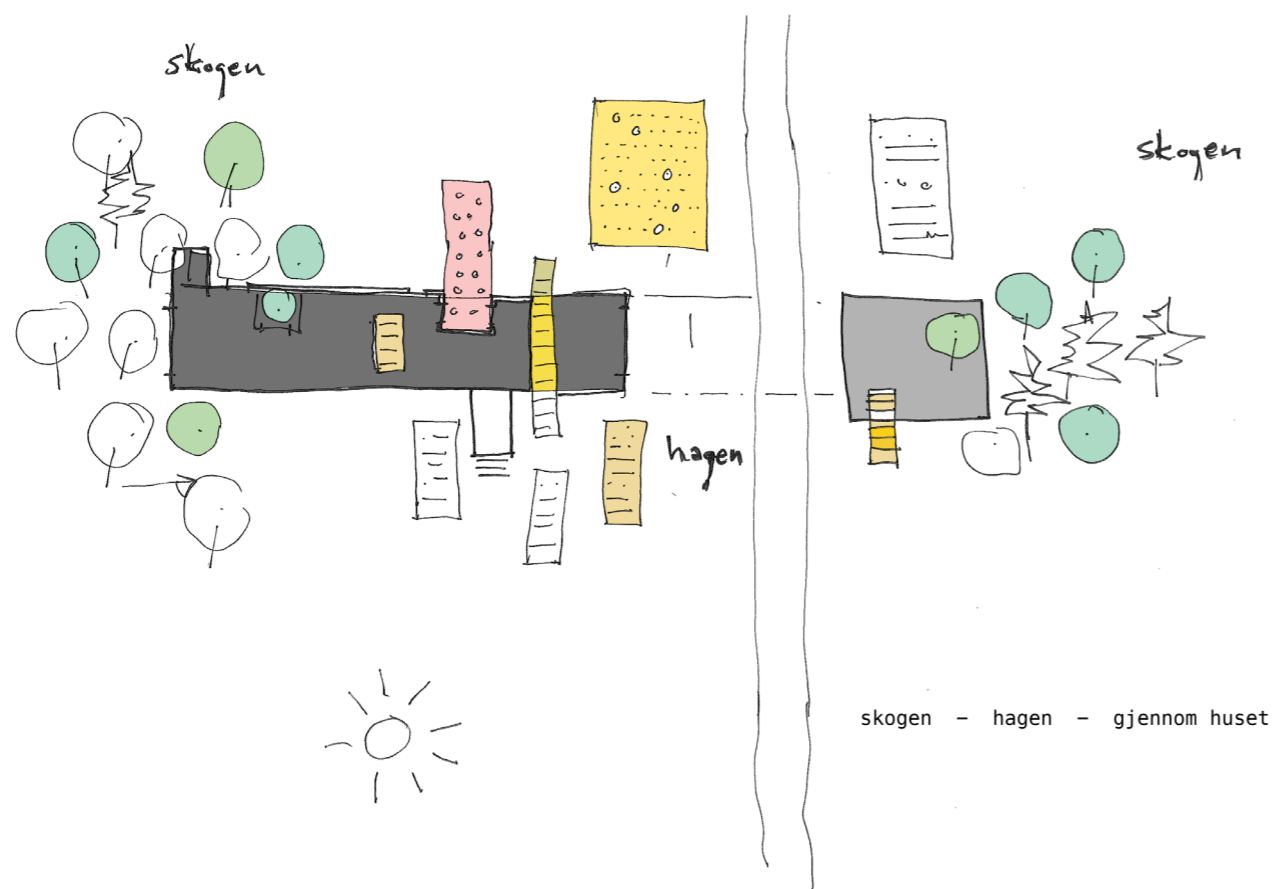
På Rundskogen ved Noresund ligger en lysning med rester av et lite gårdsbruk. Her er det planlagt et kurscenter inspirert av tankene bak slowbevegelsen. Min masteroppgave tar utgangspunkt i dette.

INTENSJONEN

I dag foreligger det godkjente byggeplaner om et tradisjonelt kurs/konferansesenter på tomten. Uheldigvis gjenspeiler ikke disse planene visjonene som byggherren selv har. Prosjektet fremstår relativt ordinært både i program og stedstilpasning. Estetisk ligger uttrykket nært det vi finner på utbyggingen ved alpinbakken på Norefjell.

Min oppgave er først og fremst å skape et godt kurssted, et sted for å lære og reflektere.

Samtidig ønsker jeg å skape et kurscenter der arkitekturen har sammenheng med visjonen og verdigrunnlaget fra slow bevegelsen. Et sted der landskap, bygg og aktivitet sammen danner et sted som kan inspirere og danne ettertanke hos de besøkende. Og jeg vil at dette stedet skal ha gode rom for tilhørighet, nærhet og sosial kontakt slik Fløistad snakker om (sitat s. 3)



- Lage mat
- Male
- Spille teater
- Plante
- Dyrke
- Stelle dyr
- Lage en skulptur
- Ri
- Spise sammen
- Musikk
- Land art
- Plukke bær
- Bade
- Meditere
- Grave i jorden
- Mate høns
- Tenne bål
- Bo
- Trekke seg tilbake
- Sove under åpen himmel
- Prate
- Lytte
- spasere
- Møte noen tilfeldig
- Lære seg noe nytt
- Samtale gjennom å gjøre noe sammen
- Lese dikt
- Yoga
- Ligge i solen
- være

slow bevegelsen

Slowly er et kurssenter inspirert av tankene bak slowbevegelsen. Filosofien til bevegelsen er å leve et moderne liv i et balansert tempo og ikke la seg rive med i dagens tidsjag.

Bevegelsen begynte først som en protest mot åpningen av en McDonalds-restaurant på Piazza di Spagna i Roma. Tankene fikk raskt oppslutning og konseptet ble utvidet fra å være en idé om slow food til å omfatte andre områder som blant annet slow cities, slow design, slow travel, slow parenting og slow living.

Et sentralt spørsmål er hvordan vi kan sette ned tempoet og få et rikere og mer produktivt liv. Tanken er at det høye tempoet i dagens samfunn truer menneskers tilknytning til de grunnleggende og viktige tingene i livet.

Hovedbrukere _

Hoveddelen av kursene på senteret retter seg mot livsmestring og forebyggende arbeid innenfor psykisk helse. Dette er et samarbeid mellom kurscenteret, NAV og arbeidsgivere. De senere årene har vi sett en økning av sykemeldinger i arbeidslivet knyttet til stress og psykisk helse. Mange opplever lignende problemer uten at det resulterer i sykemelding, men føler likevel at det har negativ innvirkning på arbeid og ellers i hverdagen. Dette dreier seg gjerne om tilfeller der problemene kanskje ikke vil karakteriseres som alvorlige, men som likevel koster både stat og arbeidsgivere millioner hvert år. Kurscenteret vil tilby kurs der en tar tak i problemene før de resulterer i sykemeldinger.

Sambruk _

Ved siden av primærbrukerne er det viktig å ha flere ben å stå på. Senteret vil derfor også tilby en rekke kurs for privatpersoner. I perioder der det ikke er kursvirksomhet vil senteret kunne ta imot feriegjester og leie ut lokaler til ulike arrangementer.

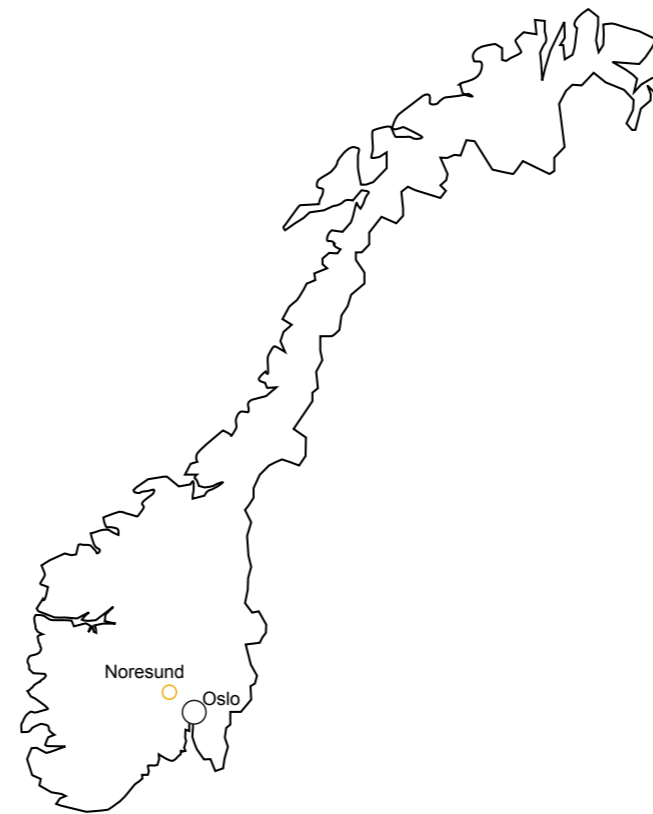
I området rundt senteret er det planlagt utbygging av hytter og boliger. Tanken er at deler av senteret også skal kunne brukes av disse. Slik vil senteret inngå som en naturlig og åpen del av nrområdet.

HVORDAN

Ved å bruke ulike aktiviteter i kombinasjon med å undervise om stressmestring og slow living kan man skape en god læresituasjon. Det man lærer her skal ikke bare overføres fra en person til mange gjennom monolog og bruk av powerpoint. Det skal være rom for kreativitet, samtale med andre og for refleksjon.

Gjennom å gjøre noe sammen mens man lærer vil kunnskapen bli fysisk. Samhandlingen og aktiviteten vil gjøre at kunnskapen huskes bedre, samtidig vil det kunne styrke samholdet og dynamikken i kursgruppen.

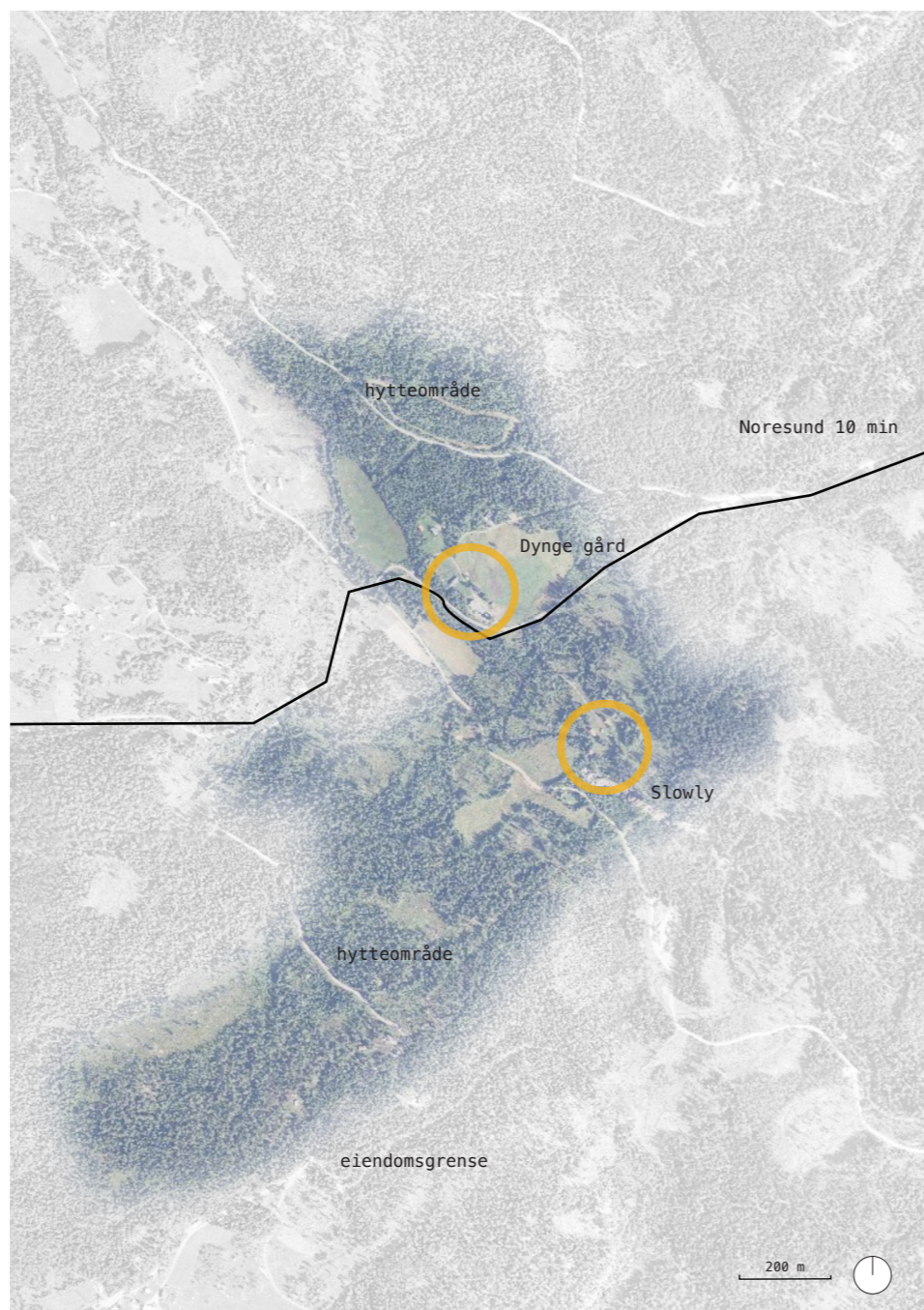
Kurscenteret skal legge til rette for og være fysiske rammer rundt disse ulike aktivitetene.



HVOR

Kurscenteret ligger ved foten av Norefjell i Krødsherad kommune, ca. 1 time og 30 minutter fra Oslo. I forhold til kursvirksomhet er dette en ideell avstand da det er mulig med dagsturer.

Norefjell er i dag et kjent reisemål med både alpinbakke, golfbane og flotte turområder både sommer og vinterstid.



TOMTEN

Tomten til senteret ligger i en stille dal tilbaketrukket fra all aktiviteten på resten av Norefjell. Den er en del av en større eiendom på ca. 900 mål som består av tre nedlagte småbruk. I dag er det kun Dynges gård hvor den eksisterende bygningsmassen fremdeles står. Bygningene på Moen og Søndre Dannemark ble revet for en del år siden. Tilbake ligger lysninger som minner om et svinnende kulturlandskap. Dalen er vid og skogkledd av furu og gran. Noen enger danner lysninger i den tette skogen. I dalbunnen renner Bjørrelva. Enkelte hus finnes langs grusveien. Eierne av gården ønsker nå å utvikle eiendommen. Selv om det er nærheten til Norefjell som gjør dette mulig så er det også et ønske at området skal skille seg litt fra resten av turistbaserte virksomheten på Norefjell. Gårdseieren vil at den nye aktiviteten og arkitekturen skal underbygge både kulturlandskapet og den rolige atmosfæren som er på eiendommen i dag.

I tillegg til kurscenteret på Moen er planen at Dynges gård, det siste gjenværende gårdsbruket, skal gjenoppta driften som hestegård. Her skal det bygges ny stall, rydde og gjerde inn gjengrodd enger og få frem kulturlandskapet. Gården skal kunne benyttes til rideleirer, terapiridning samt opphold med egen hest. Naturområdene rundt innbyr også til rideturer til fjells med overnatting.

Områdene rundt Dynges gård og kurscenteret på Moen vil bygges ut til fritidsbebyggelse og boliger.



nærområdet 1:2000

OMRÅDET

Man ankommer området i øst via veien fra Noresund. Parkeringen er lagt mot veien mellom Dyngve gård og kurscenteret, og den opparbeides som en ny lysning i skogen. Fra parkeringsplassen går man på en grusvei gjennom skogen til kurscenteret.

Grusveien fortsetter forbi anlegget til eksisterende skogsvei. Skogsveien fortsetter langs elven mot sør. Det anlegges en gangbro over elven der veien fortsetter mot planlagte hytter i vest. På den måten blir det naturlig å kunne ta veien innom eller forbi kurscenteret slik at den knyttes til området rundt.

En grusvei knytter kurscenteret til Dyngve gård. Her benyttes traséen til en eksisterende vei, men den rettes opp slik at den følger som en forlengelse av veien gjennom gården og ut til kurscenteret.



LYSNINGENE

Kulturlandskapet i området er preget av veksling mellom skog og lysning. Lysningene definerer den romlige opplevelsen av denne vekslingen. Selv om skogsstripen som skiller lysningene ikke nødvendigvis er så bred føles det som å gå fra et rom til et annet. Gjengroing av innmarken på de nedlagte småbrukene er en trussel i forhold til ønsket om å ta vare på dette landskapet.

I prosjektet har jeg forsøkt å bruke lysningene i programmet og lagt ny bebyggelse slik at det bygger opp under det eksisterende kulturlandskapet.

I forbindelse med for eksempel ny fritidsbebyggelse og boliger i området rundt kurscenteret tenker jeg man etablerer nye lysninger hvor aktiviteten grupperes istedenfor å spre den utover hele dalen.



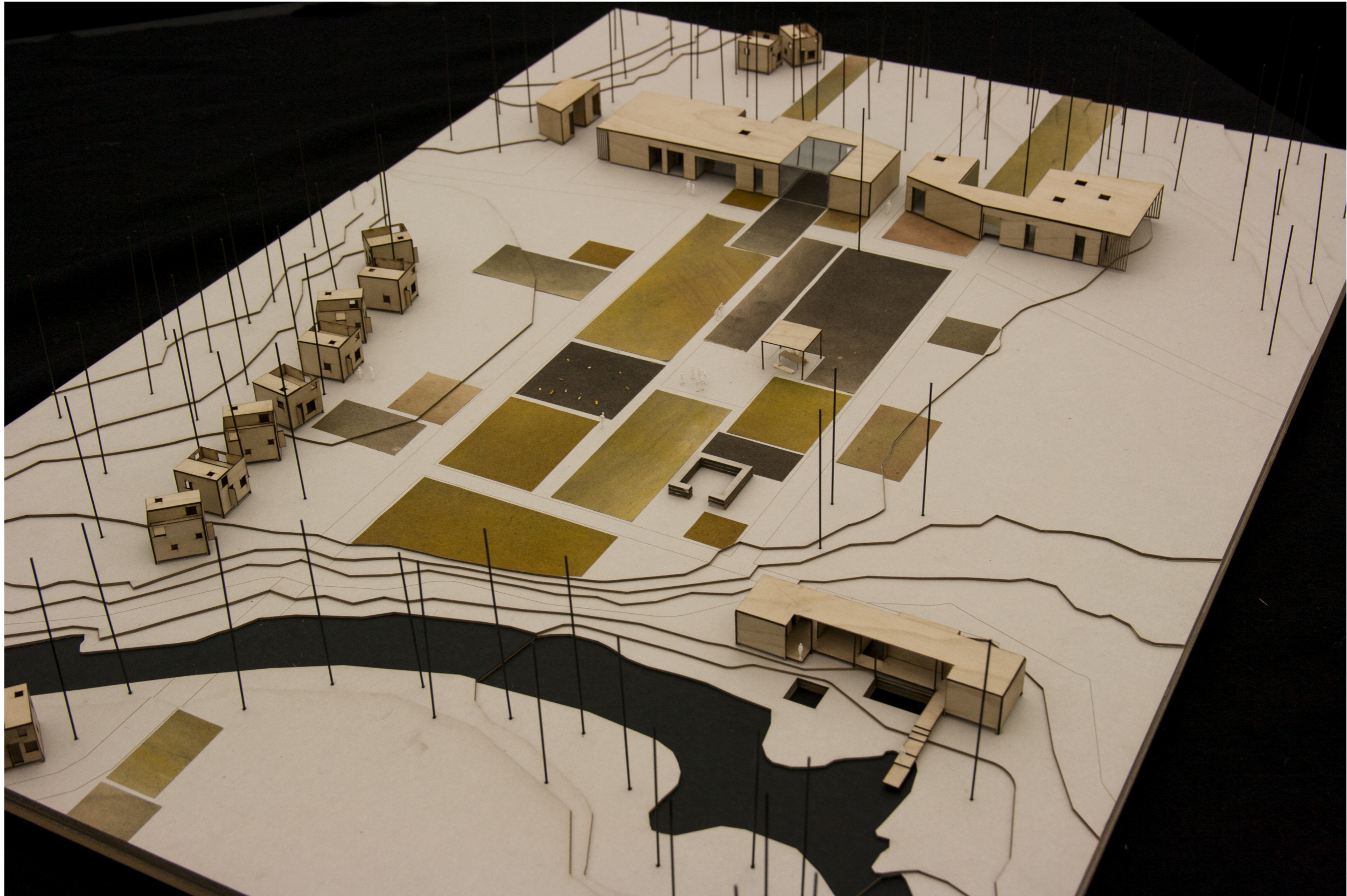
Dynges gård med utsikt mot sør



tomt kurscenter - sett mot sør



tomt kurscenter - sett mot nord

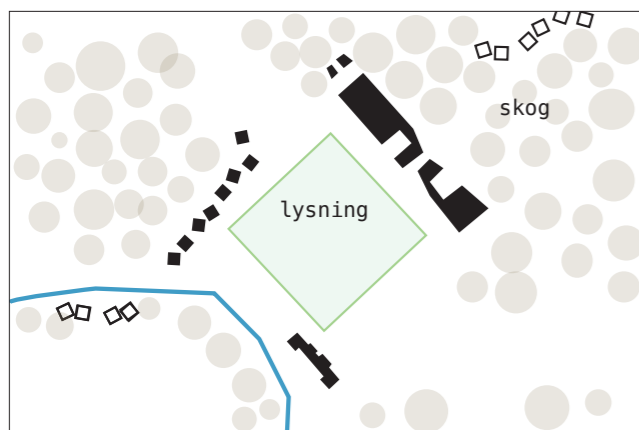


kurscenteret sett fra sørvest

situasjonen



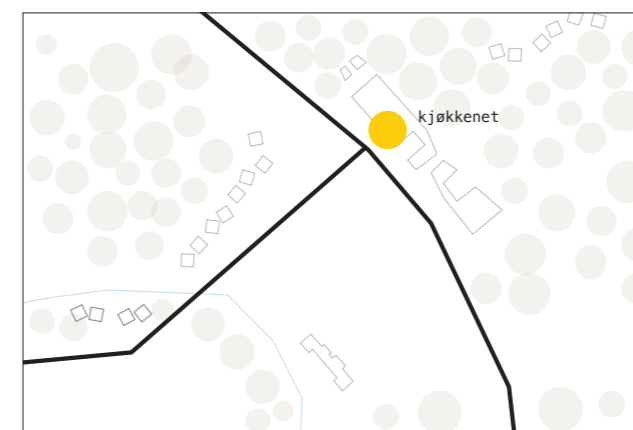
SITUASJONSPLAN 1: 1000



LYSNINGEN

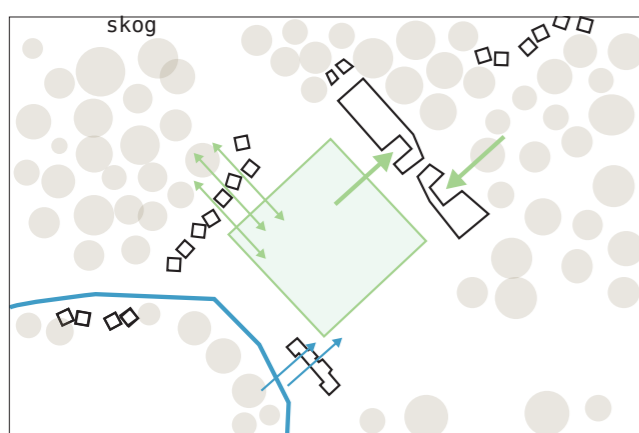
Bygningene er plassert rundt randsonen av lysningen mot skogen og elven

Midt i lysningen er det anlagt en stor hage. Denne skal inngå som en del av kursaktiviteten. Her dyrkes det både nyttevekster, grønnsaker og annet. Den brukes til å holde kurs i permakultur og maten som produseres her brukes i kjøkkenet.



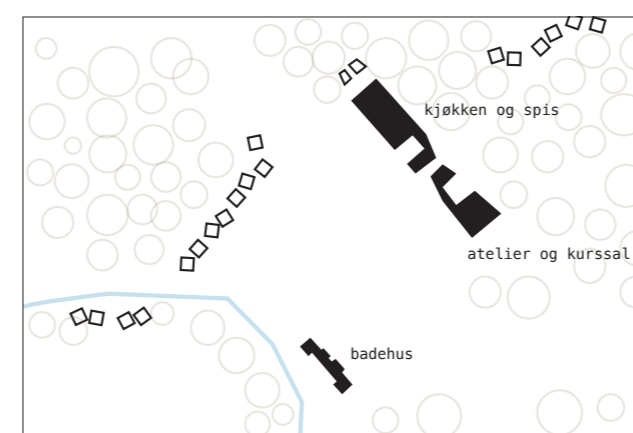
VEIMØTE

De to veiene som fører til senteret fra de omkringliggende områdene møtes utenfor hovedinngangen. Kjøkkenet ligger rett innenfor og er den mest utadrettede funksjonen i prosjektet. Slik vil også folk i nærområde naturlig kunne benytte seg av serveringen her.



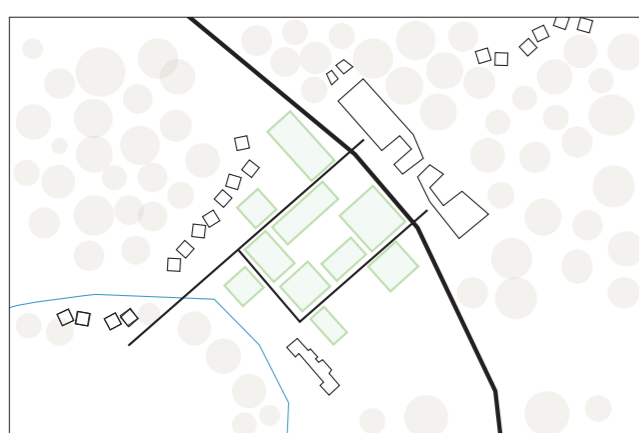
GJENNOM HUSENE

Byggene forholder seg til hagen og til skogen eller elven. Hagen, skogen og elven blir elementer som trekkes inn i og gjennom byggene.



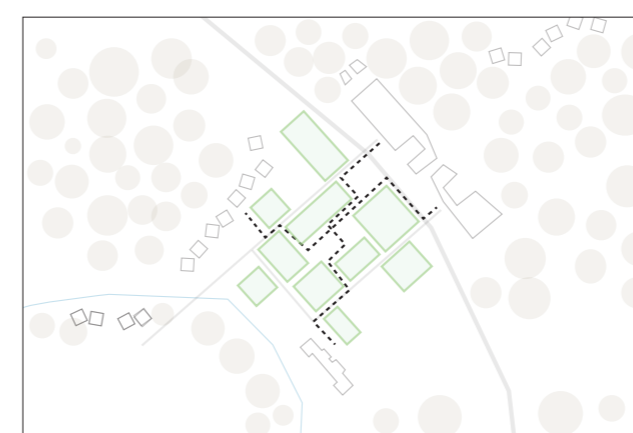
HOVEDBYGGENE OPPDELT

Programmet er oppdelt i tre hovedbygg og flere overnattingsrom. Hovedbyggene er oppdelt i tre bygg. Dette er gjort for å ivareta både et ønsket om åpenhet mot nærområdet og kravet om avskjerming for en del av kursaktiviteten.



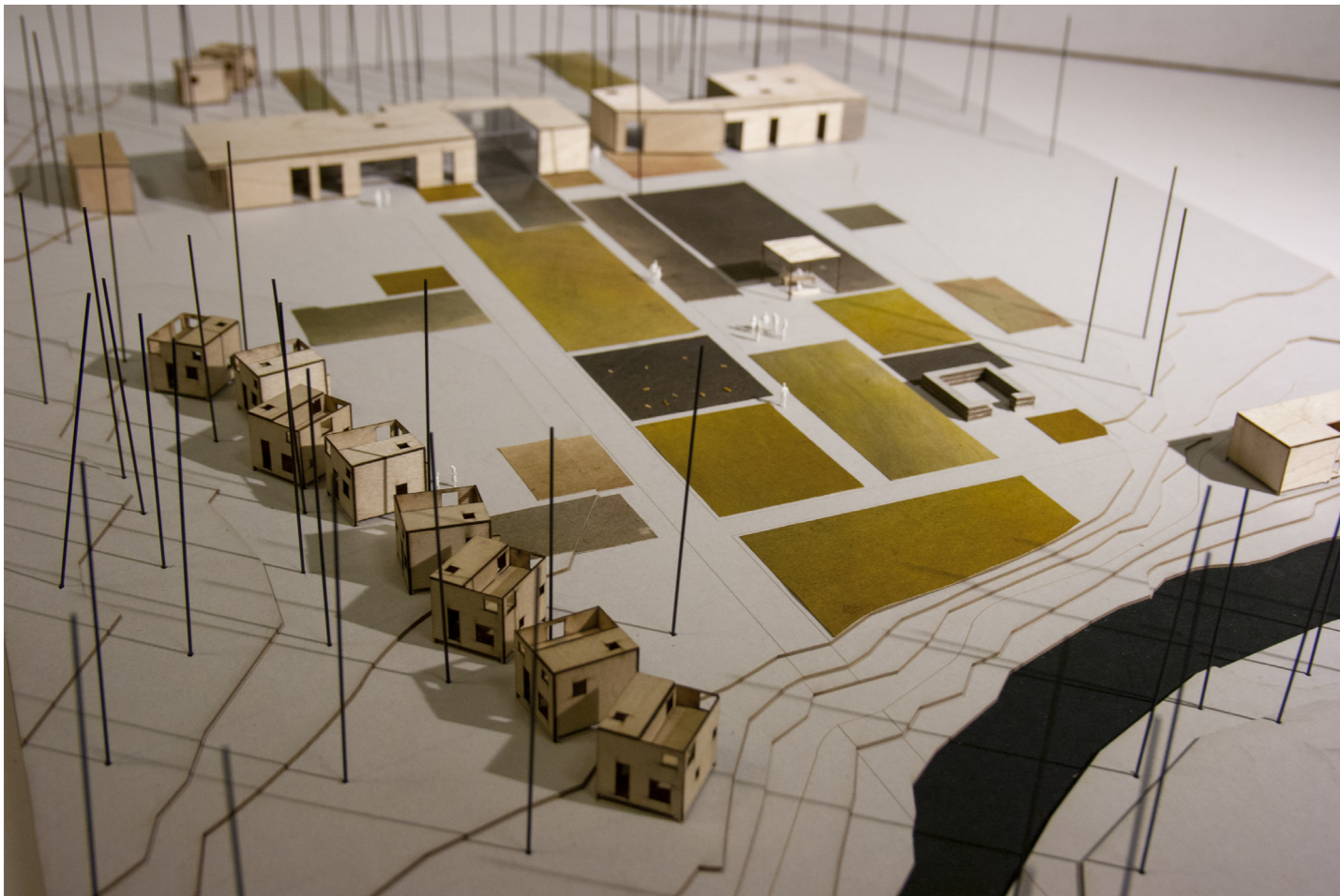
VEIENE ORGANISERER

Hagen er dynamisk og forandrer seg både med årstidene og fra år til år. Det er ikke lagt opp til en organisert struktur som bestemmer hvor de ulike dyrkningssonene skal være, men Grusveiene definerer hvor dyrkingen skal foregå.



SMÅSTIER

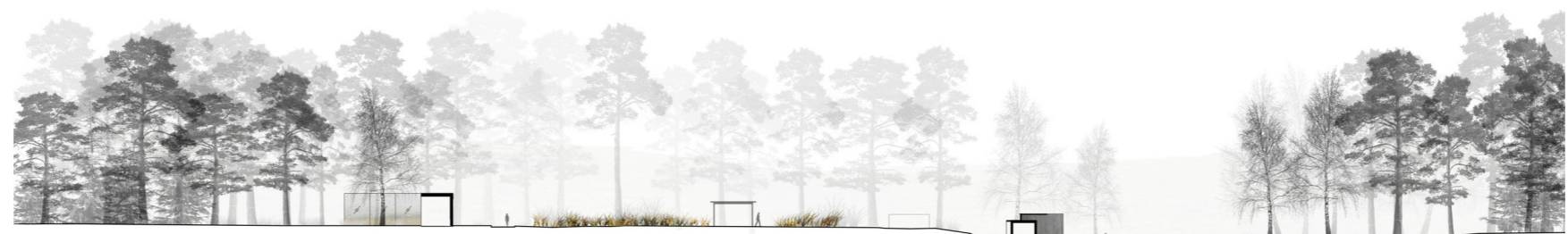
I mellom de ulike åkerlappene i hagen går det småstier. Dette gir en rekke valgmuligheter for hvilken vei man tar gjennom tunet fra bygg til bygg. Man trenger ikke gå den samme veien som sist og kan oppdage nye ting på veien gjennom hagen.



kurssenteret sett fra nordvest



gammel grunnmur og grusglass midt i hagen



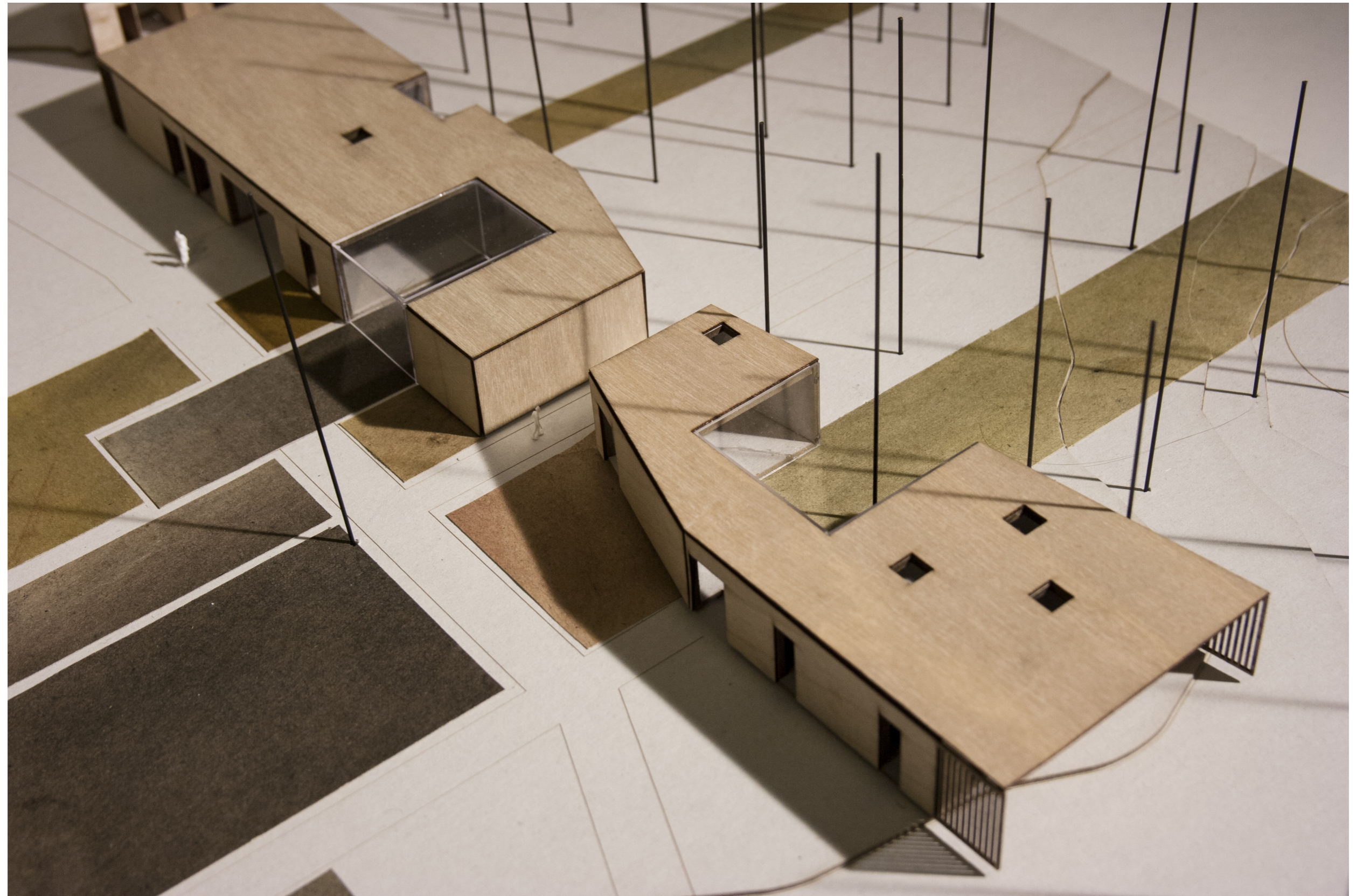
hovedhuset

grusplassen

badehuset

bjørrelva

Landskapsnitt A 1: 1000



Hovedhuset



ct + 273

lager
parkering
pelletsfyr

varelevering

pause
lager
kjøkken
"resepsjon"
bakerovn
måltidsrom
drivhus
biblioteket
peisrom

gard. gard.

hovedinngang

atelier
utendørs kursrom
kursal
peis
stollager

gard.

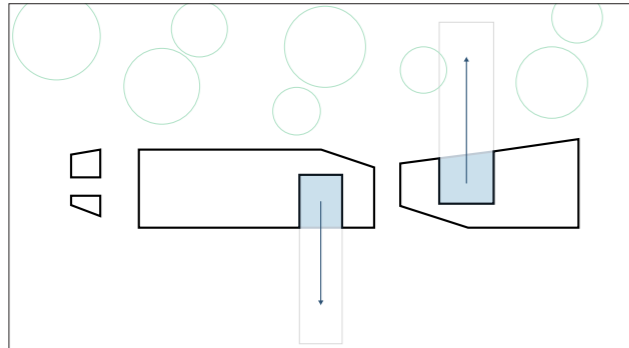
drivhusplass

ospetreet

ct + 272

PLAN 1: 300



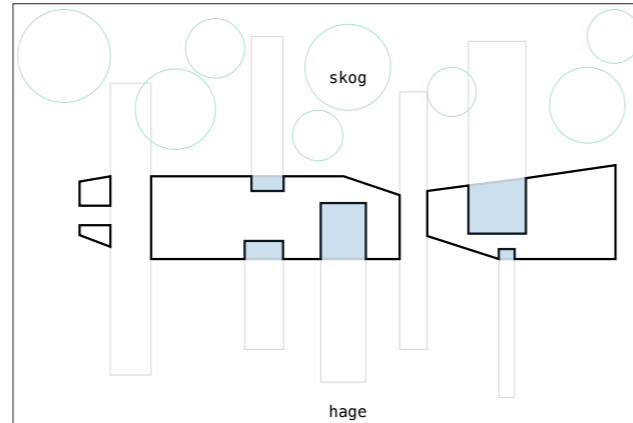


TO HOVEDDELER

Hovedhuset er delt i to deler. En åpen utadvendt del som vender seg mot hagen, og en skjermet del som vender seg mot skogen.

I den åpne delen ligger kjøkkenet, måltidsrommet og peisrommet.

I den skjermede delen finner vi atelier og den store kurssalen. Her har man muligheten til å drive med aktiviteter som krever ro og skjerming fra resten av anlegget. f.eks. meditasjon, yoga og lignende.



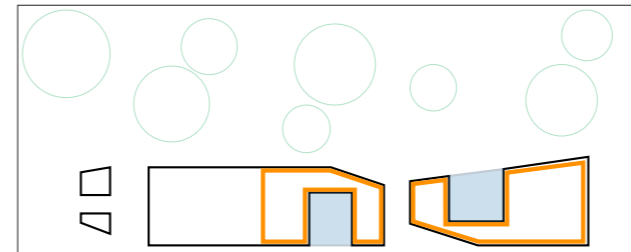
SKOG - HAGE GJENNOM HUSET

På utvalgte steder i bygningskroppen er det skåret ut volumer. Slik trekkes uterommet inn i bygget. Veggene langs det utskårne rommet er planlagt i glass

Det er to hovedvolumer;

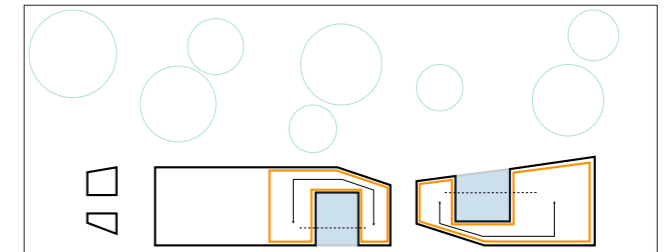
1 _
Veksthuset ligger mellom måltidsrommet og peisrommet og vender seg mot sørvest. Bakken av jord og teglstein trekker hagerommet inn i bygget og fortsetter som et felt videre ute i hagen.

2 _
Uterommet mellom kurssalen og atelieret. Det utskårne partiet slipper lyset inn i bygget og trekker skogsbunnen inn i innerrommet. Innover i skogen fortsetter volumet som en glenne.



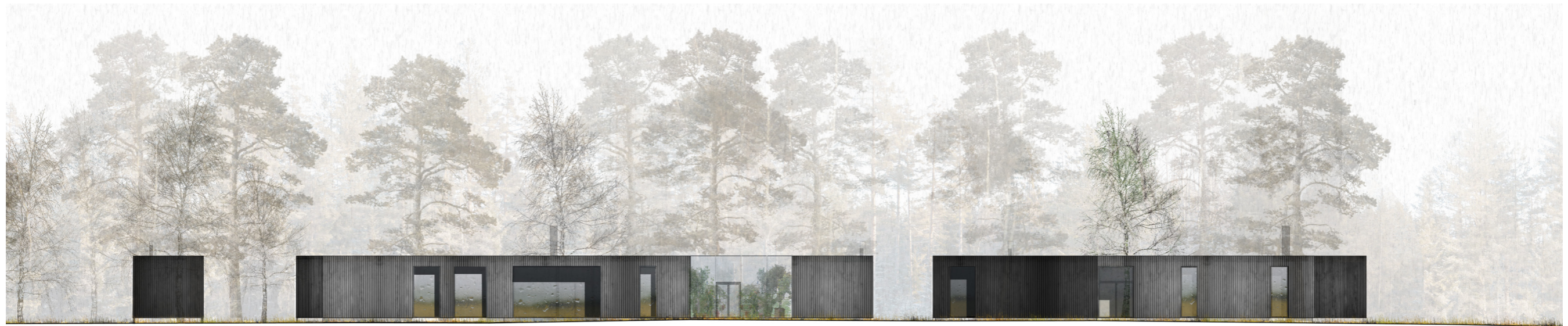
ROMSONER

De to hovedvolumene inndeler bygget i romsoner. Man går rundt volumene for å komme til neste romsone. Dette skaper gode overgangssoner mellom rommene i et åpent bygg.

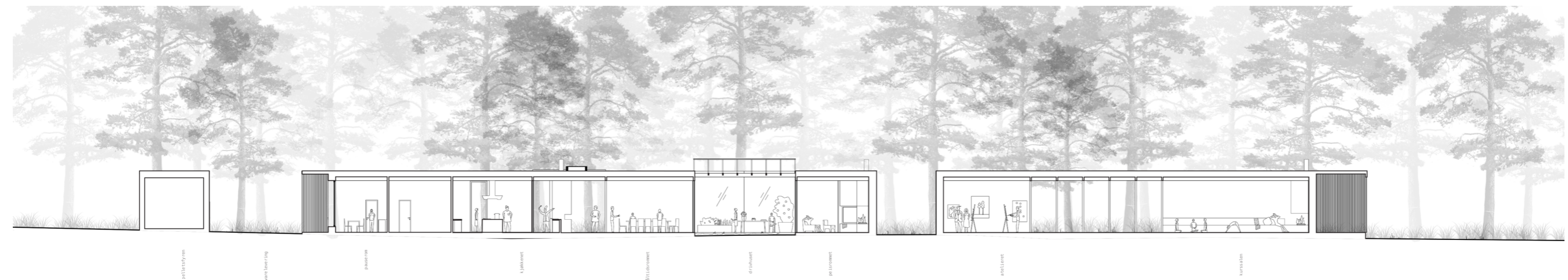
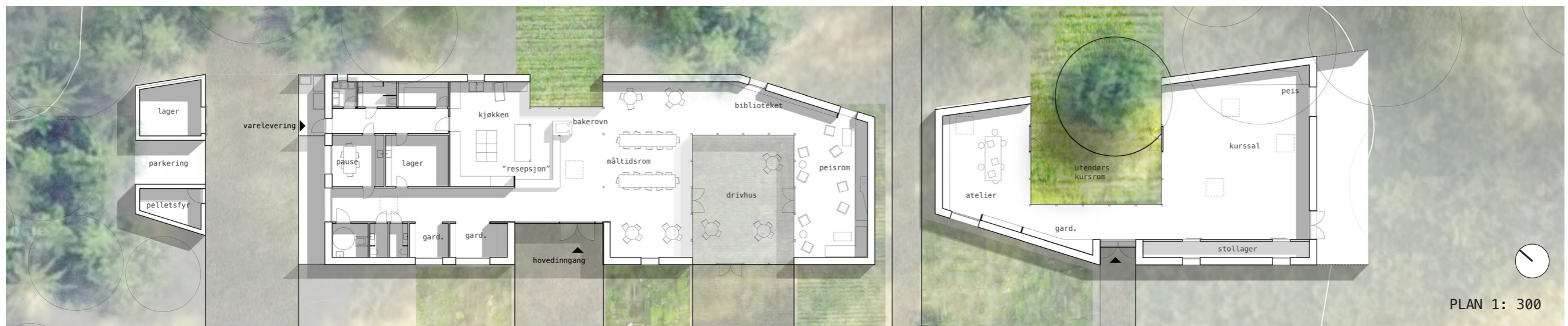


BEVEGELSE LANGS GLASSVOLUMENE

Følelsen av de klare rektangulære volumene som skjærer inn i bygget forsterkes av vegger som fører deg på skrå forbi og rundt dem.



Fasade sør 1: 300



snitt hovedhus 1: 300



meditere

male et bilde

lese bok mot skogen

fyre i peisen

bake brød

spise et måltid

lage mat sammen

jobbe i hagen



varelevering

pauserom

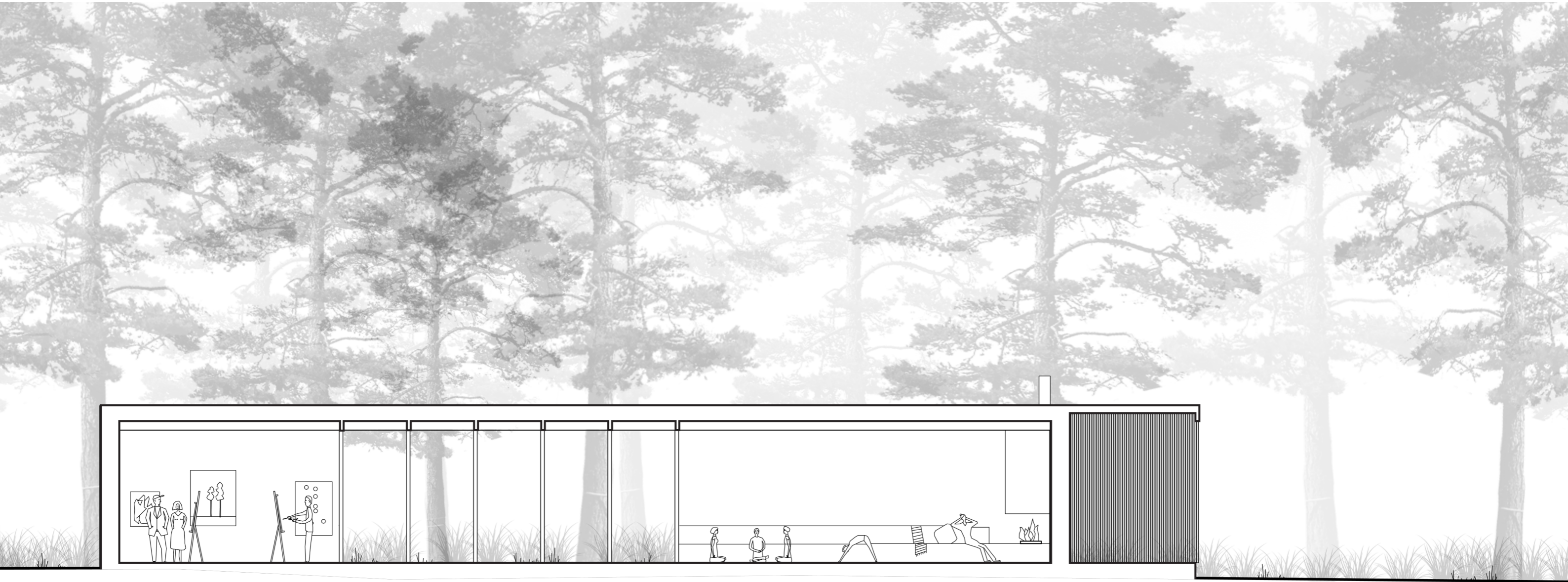
kjøkkenet

bakerovnen

måltidsrommet

drivhuset

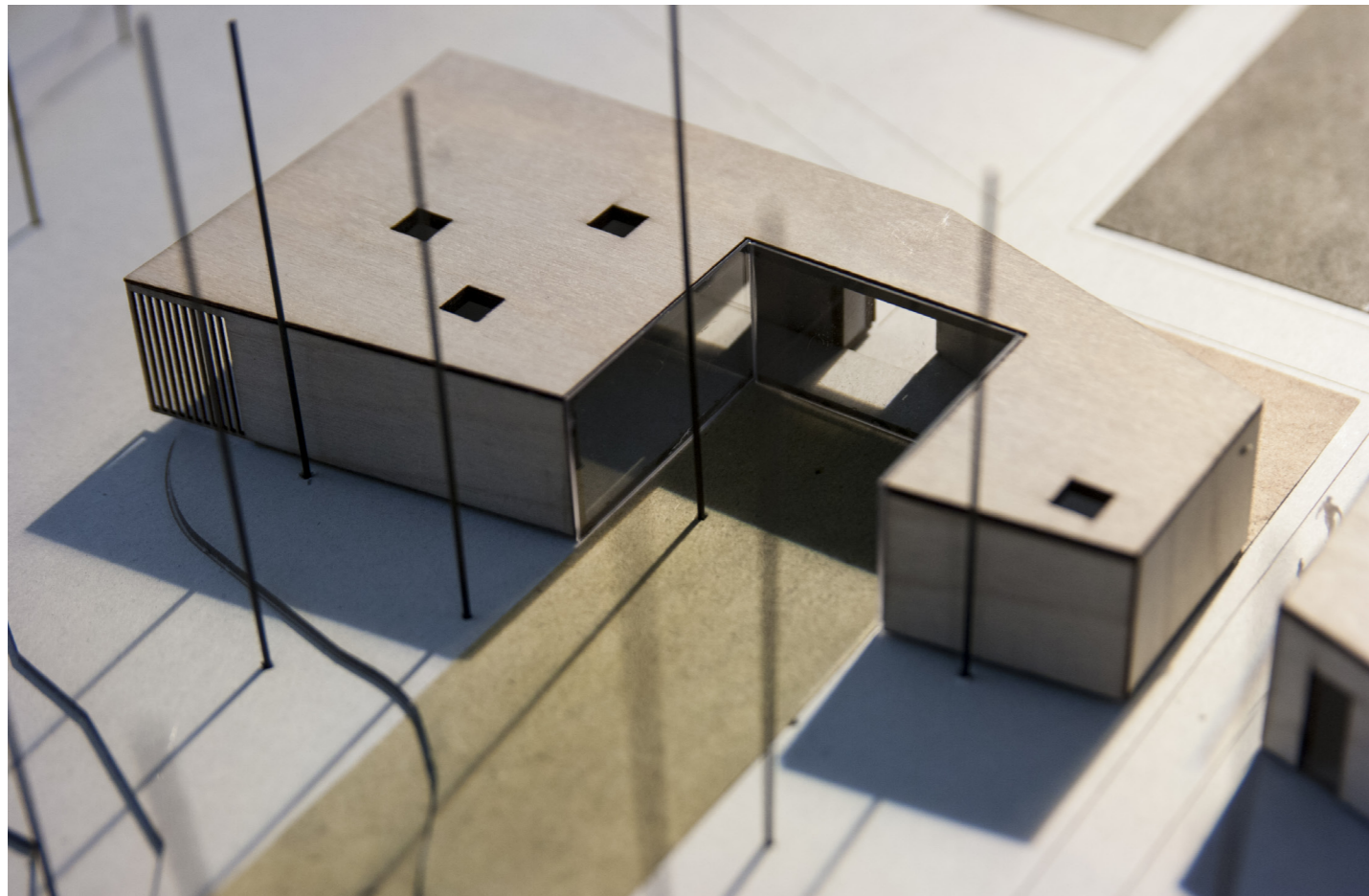
peisrommet



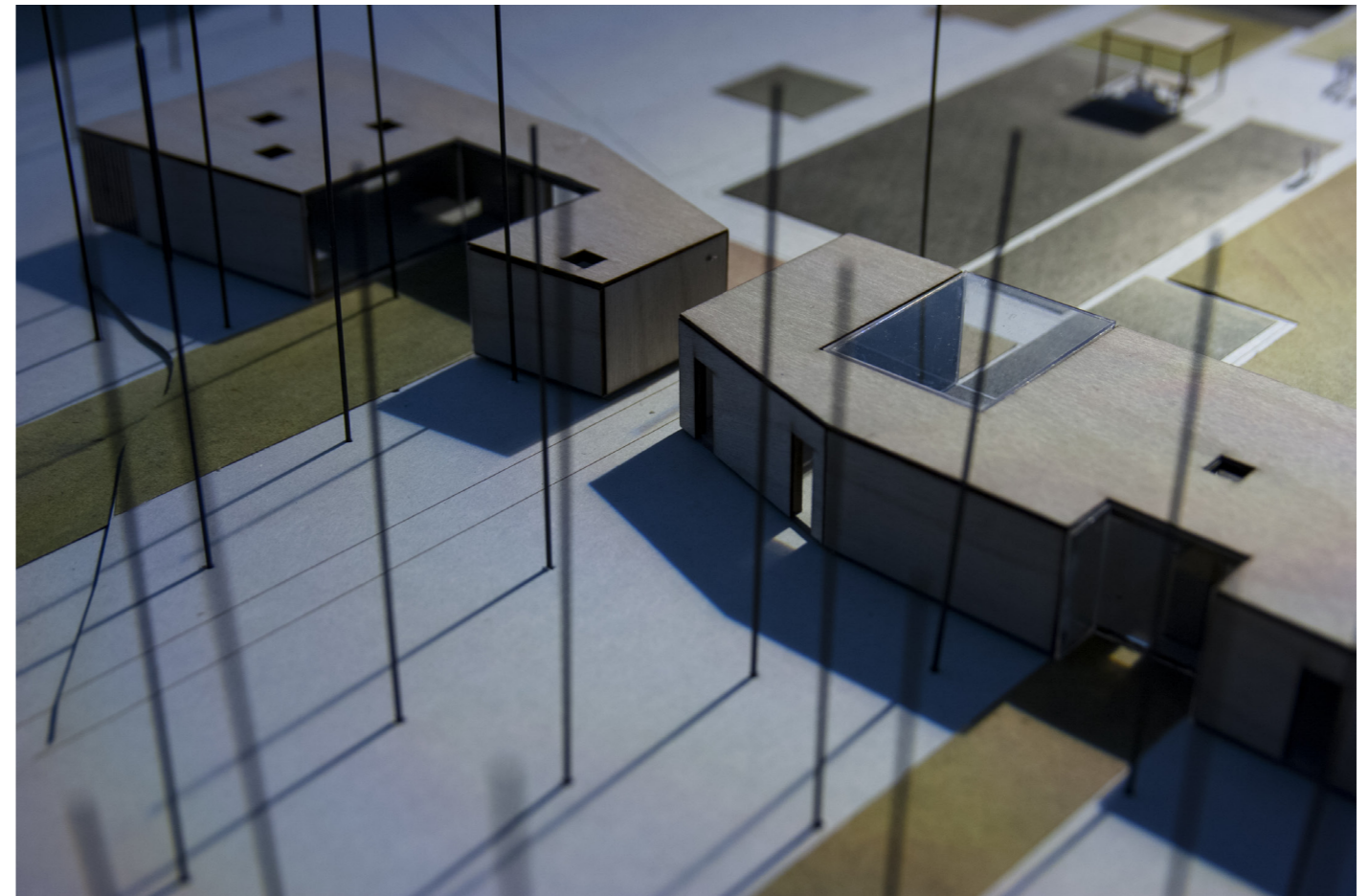
atelier

kursalen

snitt hovedhus 1: 100



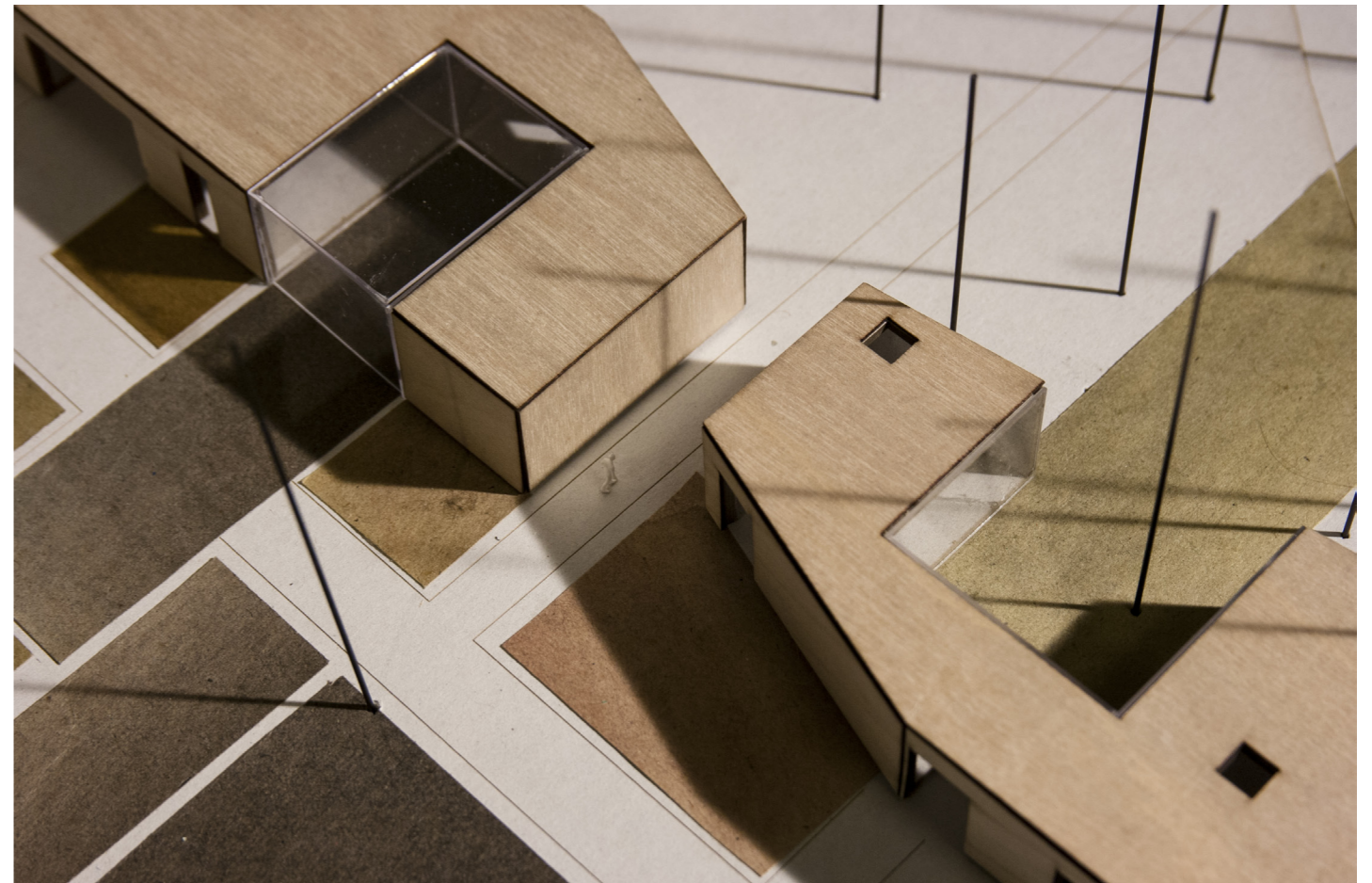
kurssal mot skogen



hovedhuset sett fra skogen



hovedhuset fra tunet

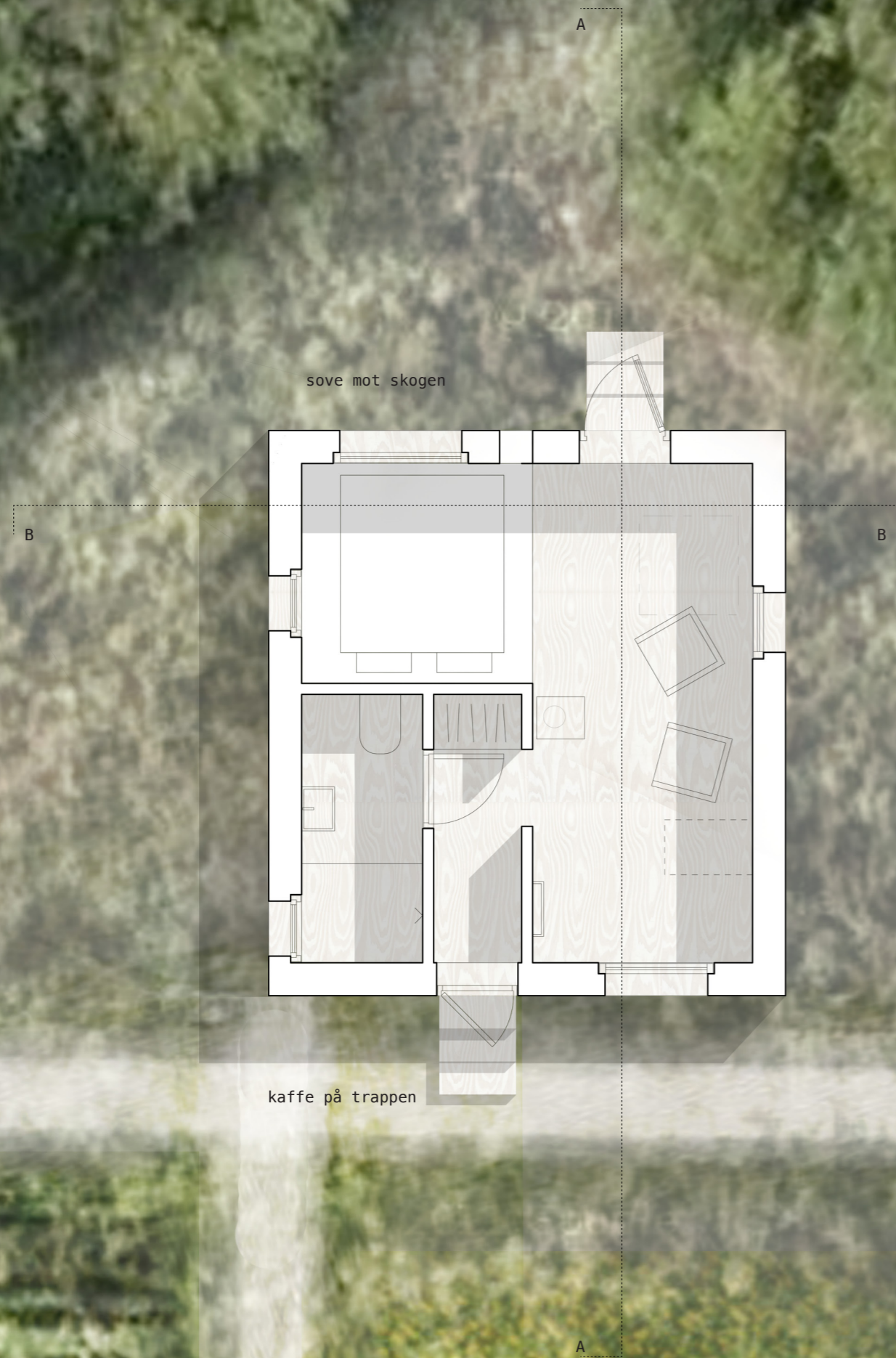


atrium og drivhus

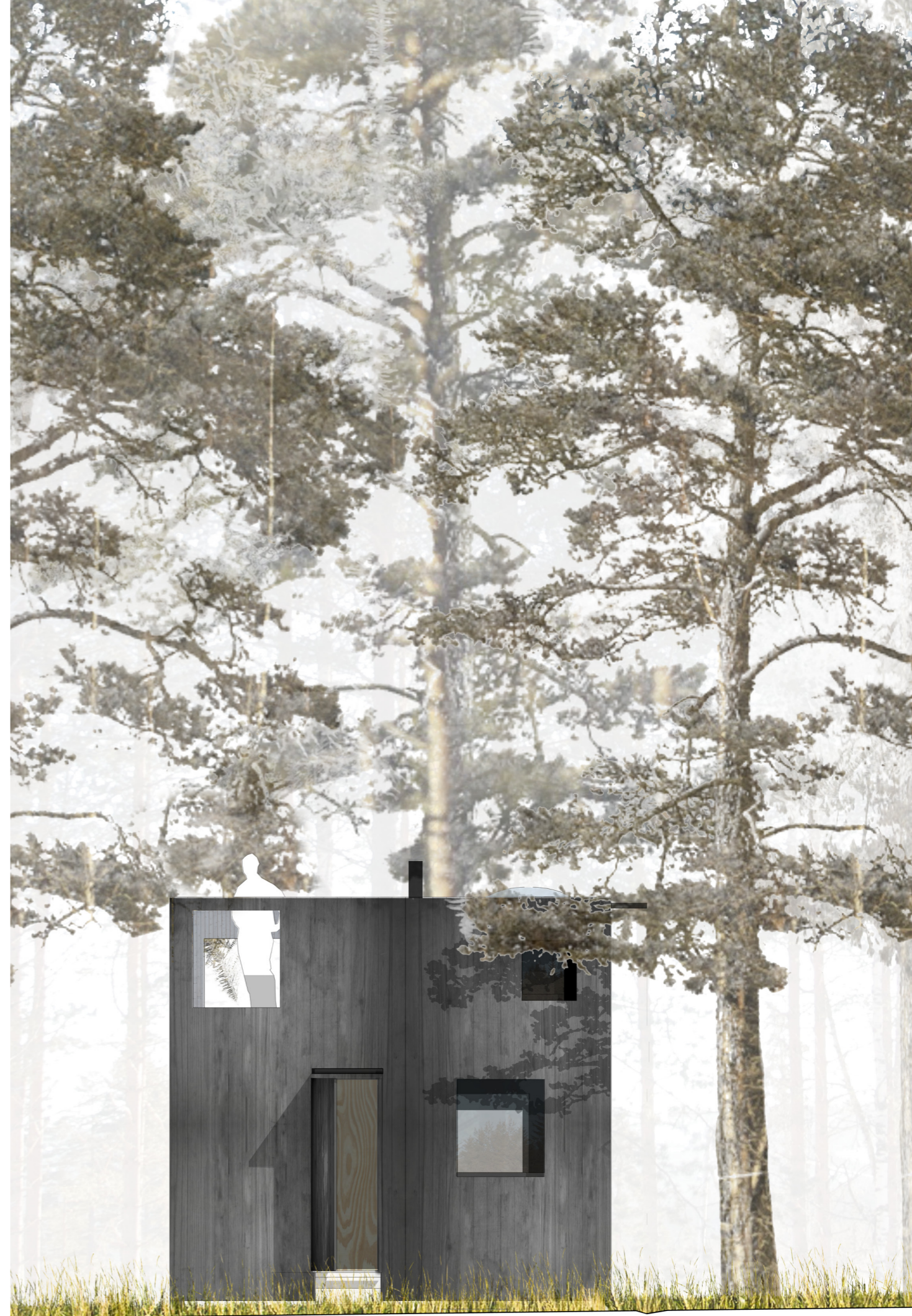


overnattingsrommene mot skogen langs hagen

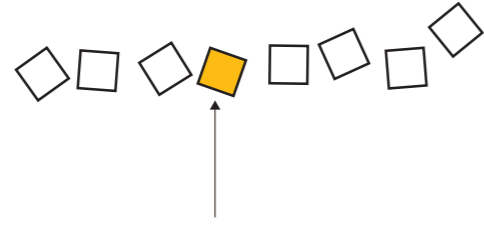
Overnattingsrommene



PLAN OVERNATTINGSROM 1: 50

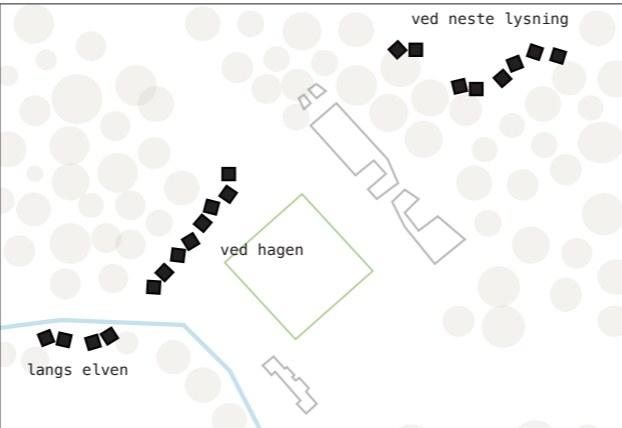


inngangsfasade overnattingsrom 1: 50



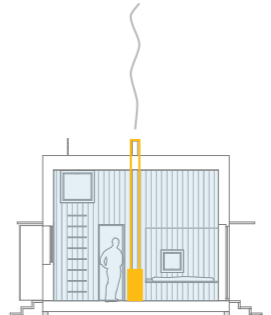
FØLE SEG HJEMME

Overnattingsrommene er delt opp i 20 små enheter. På denne måten har man en følelse at man har sin egen bolig mens man oppholder seg på senteret. De er små 18 m², men samtidig store nok til at de kan fungere også når det er feriegjester og ikke kursdeltakere som bor der.



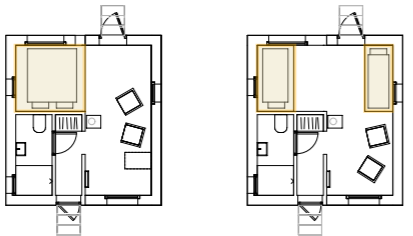
VALGFRI PLASSERING

Overnattingsrommene er plassert ut i ulike situasjoner på tomten. Noen ligger mellom furuskogen, noen ved jordet langs elven og noen ved skogkanten til neste lysning i nord. På den måten finnes det en viss valgfrihet i hvor man vil bo. Det gir også en fleksibilitet i å fordele overnattingsrom i forhold til om det er flere ulike grupper på senteret samtidig.



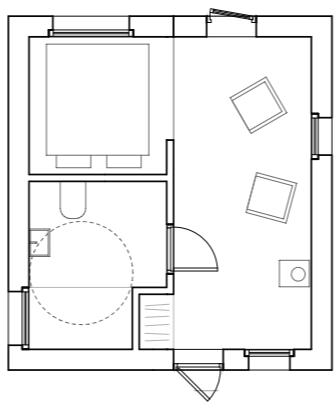
KALDT/VARMT

I hyttene er det en liten vedovn som beboeren kan varme opp hytten med. Brukeren denne gir det et forhold til temperatur. Samtidig får man et forhold til den energien man selv bruker.



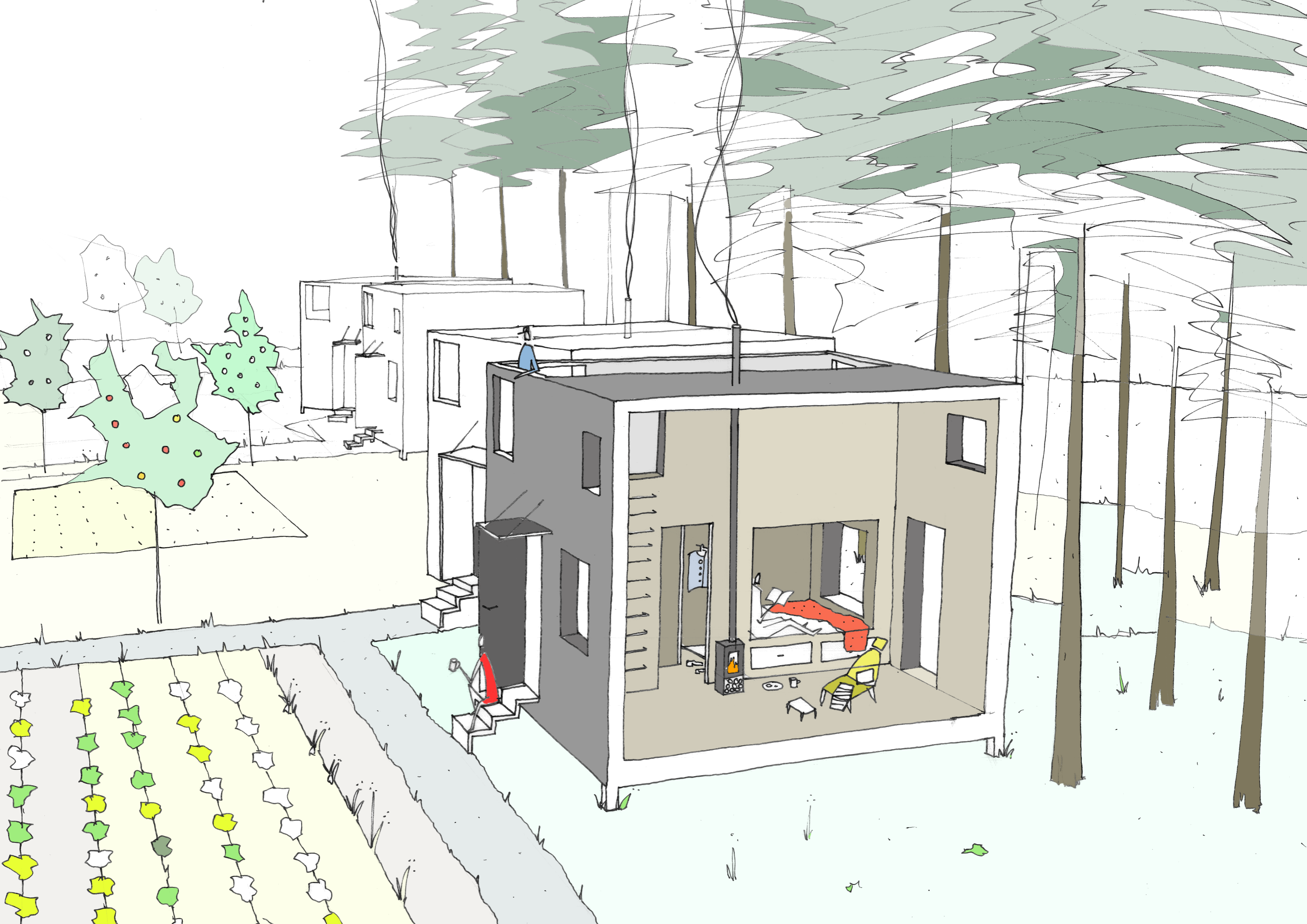
DOBBELTROM

Hyttene kan møbleres enten med dobbeltseng eller som to separate senger.



UNIVERSELT UTFORMET

Noen av overnattingsrommene er utformet slik at de møter tilgjengelighetskravene





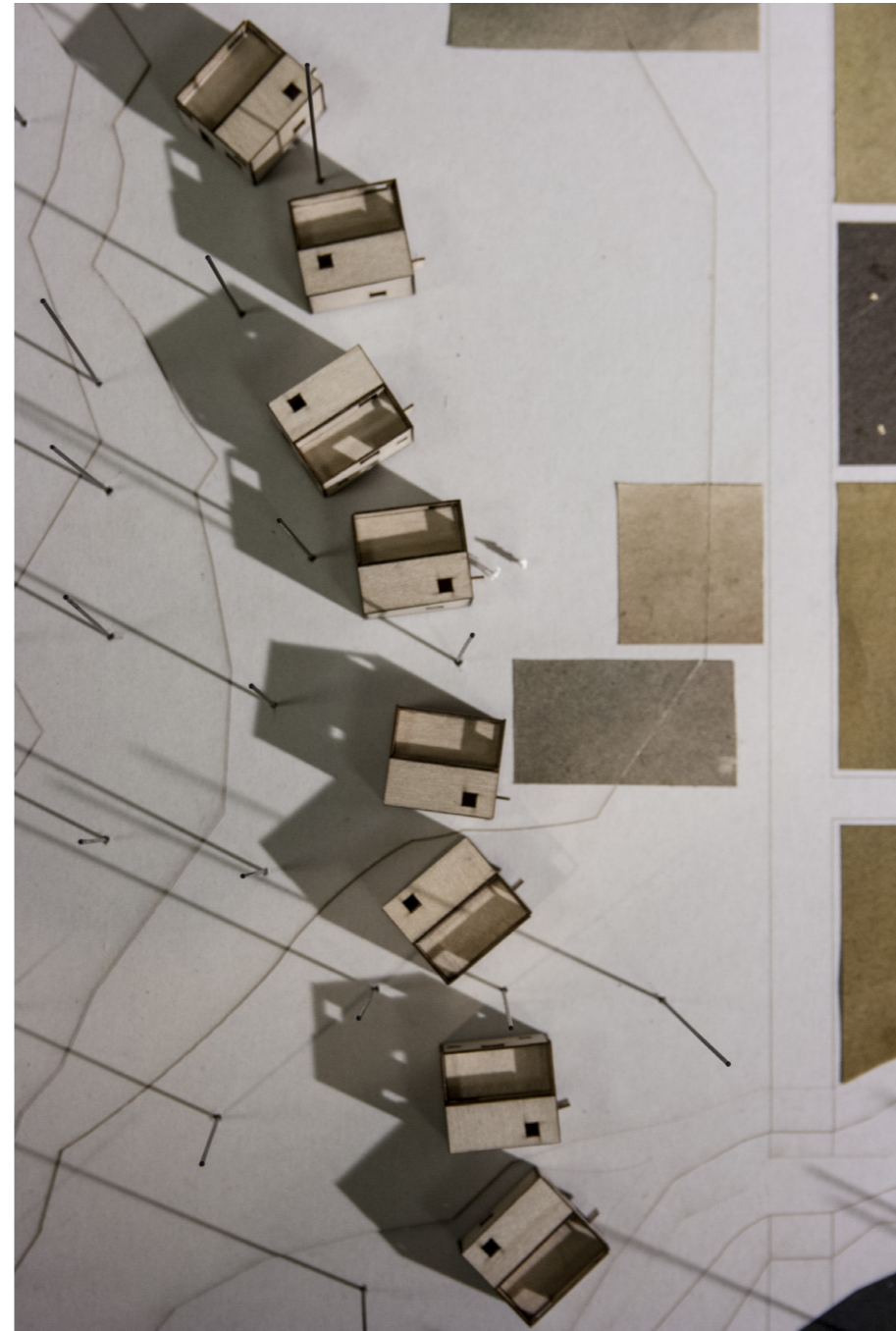
snitt a overnatningsrom 1: 50



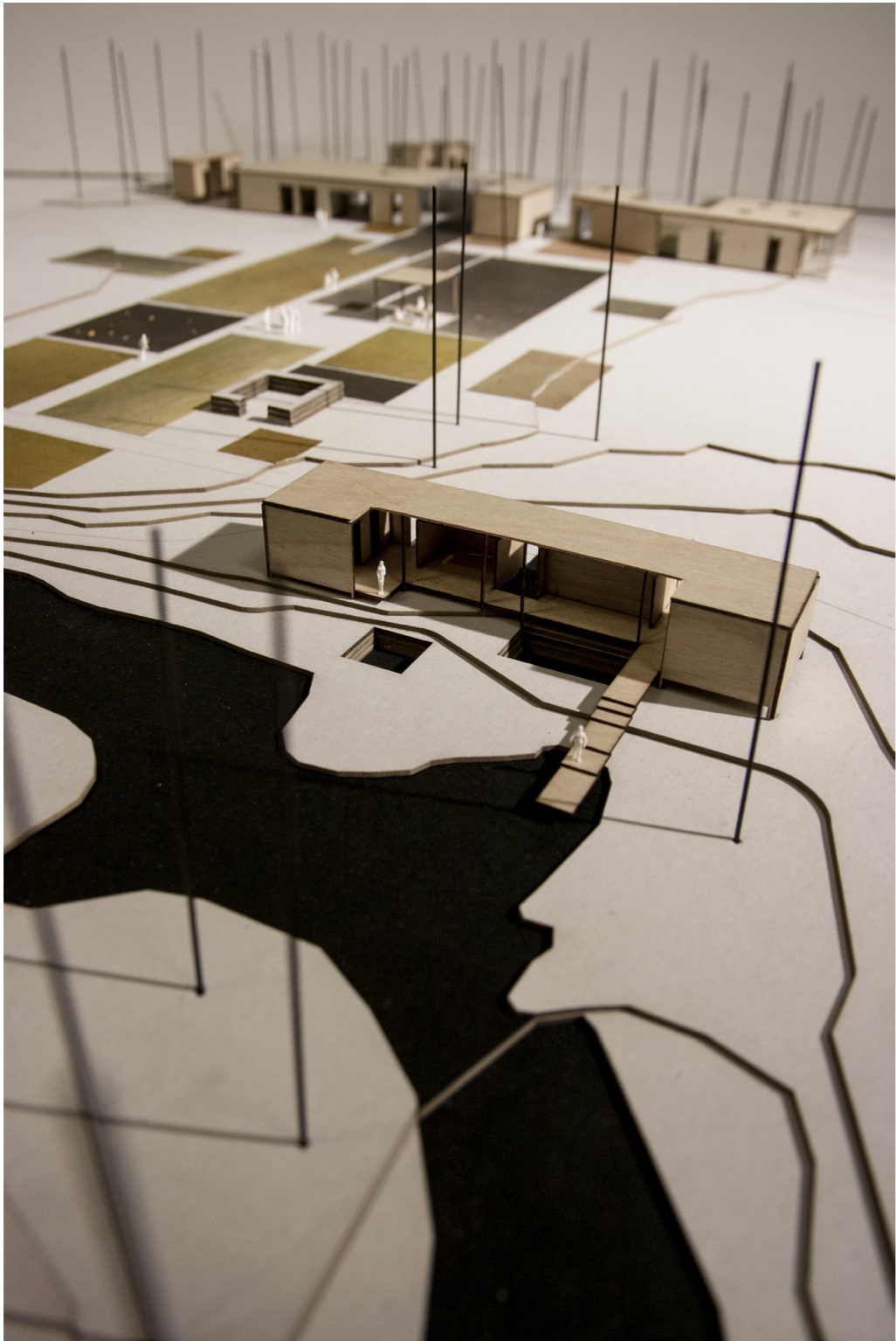
snitt b overnatningsrom 1: 50



overnattingsrom 1: 200







Badehuset



CT + 270

CT + 268

gard.

sko

badstue

wc

HC gard.

sko

gard.

ved

utedusj

vedfyrt stamp

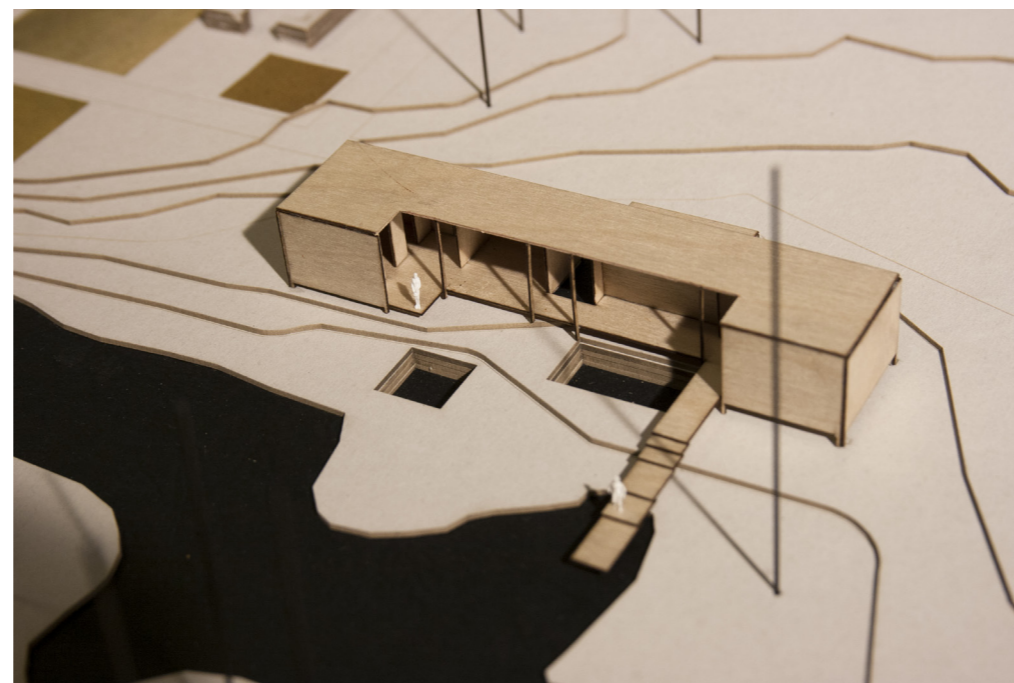
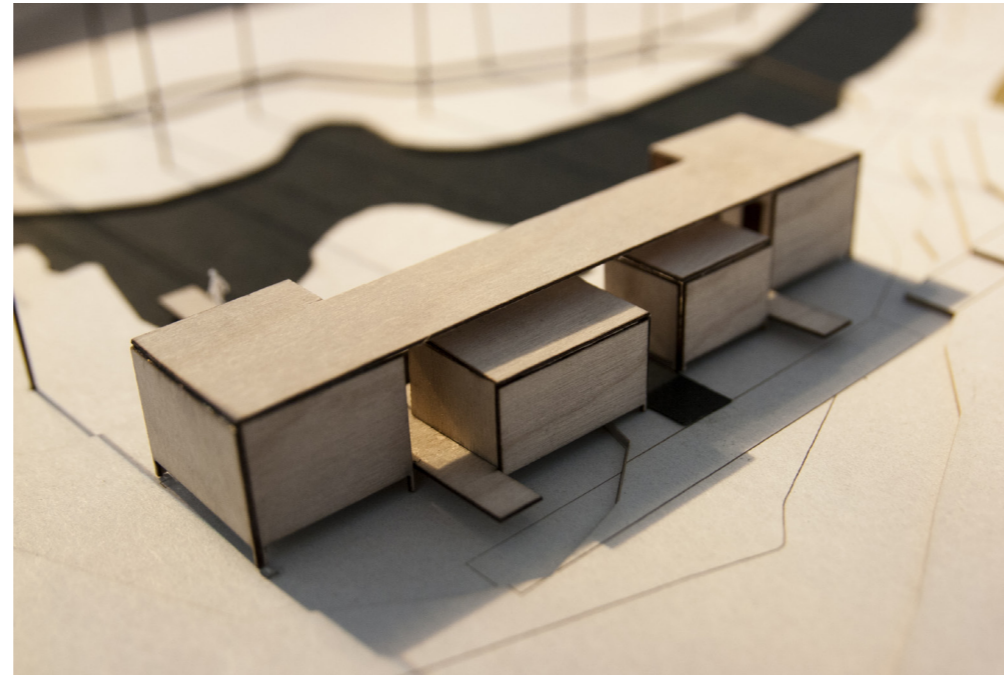
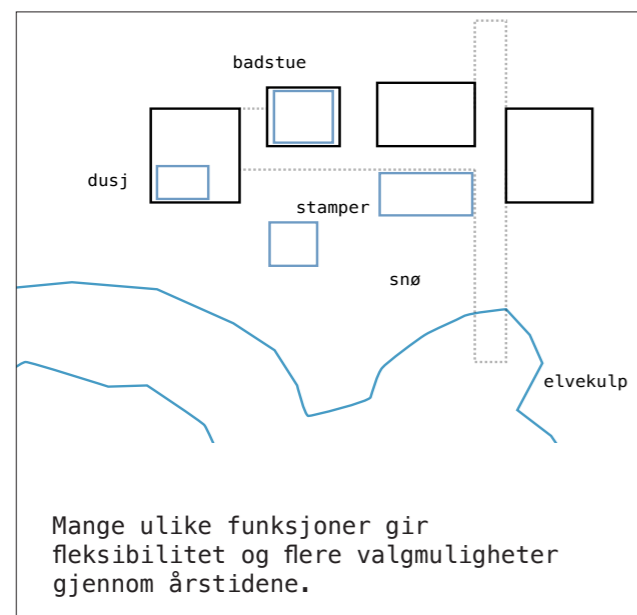
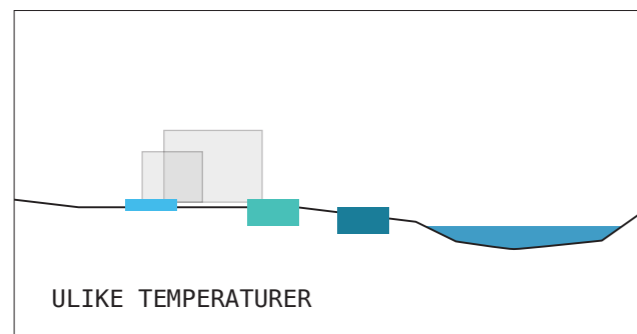
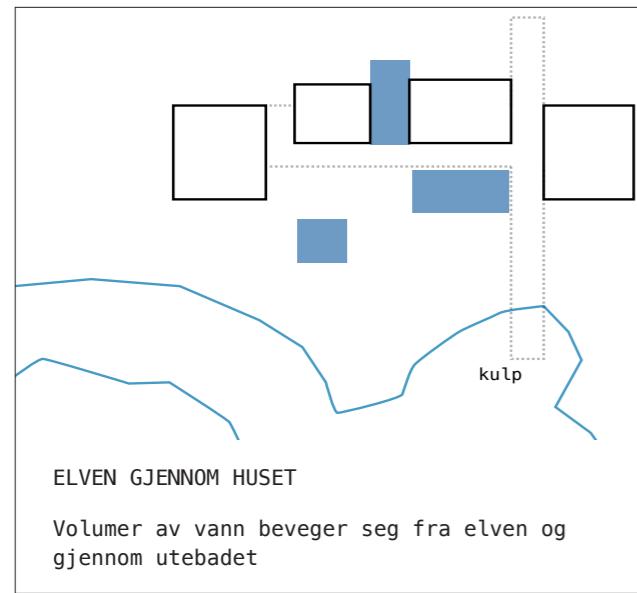
pelletsfyrt stamp

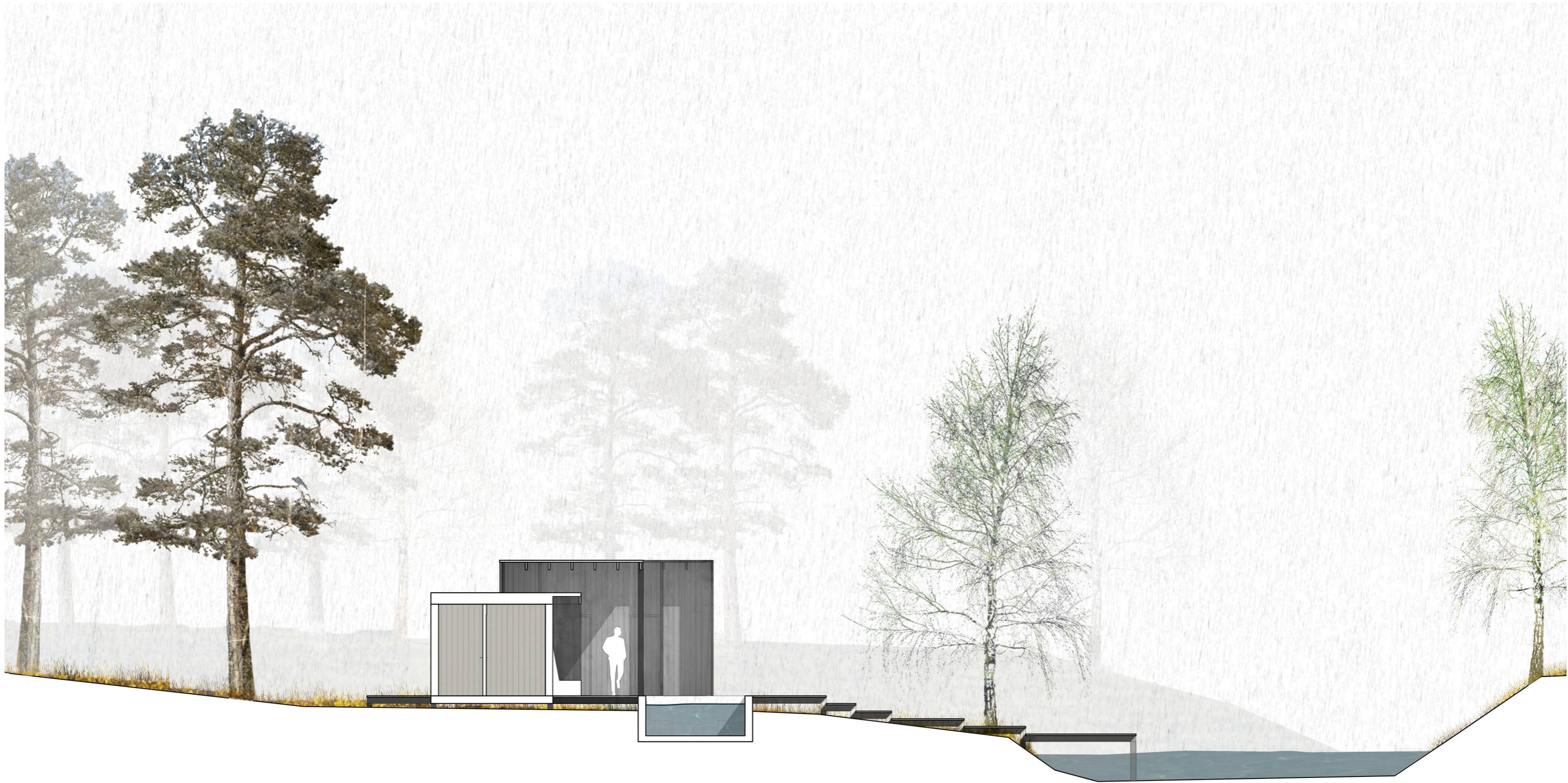
badekulp

A

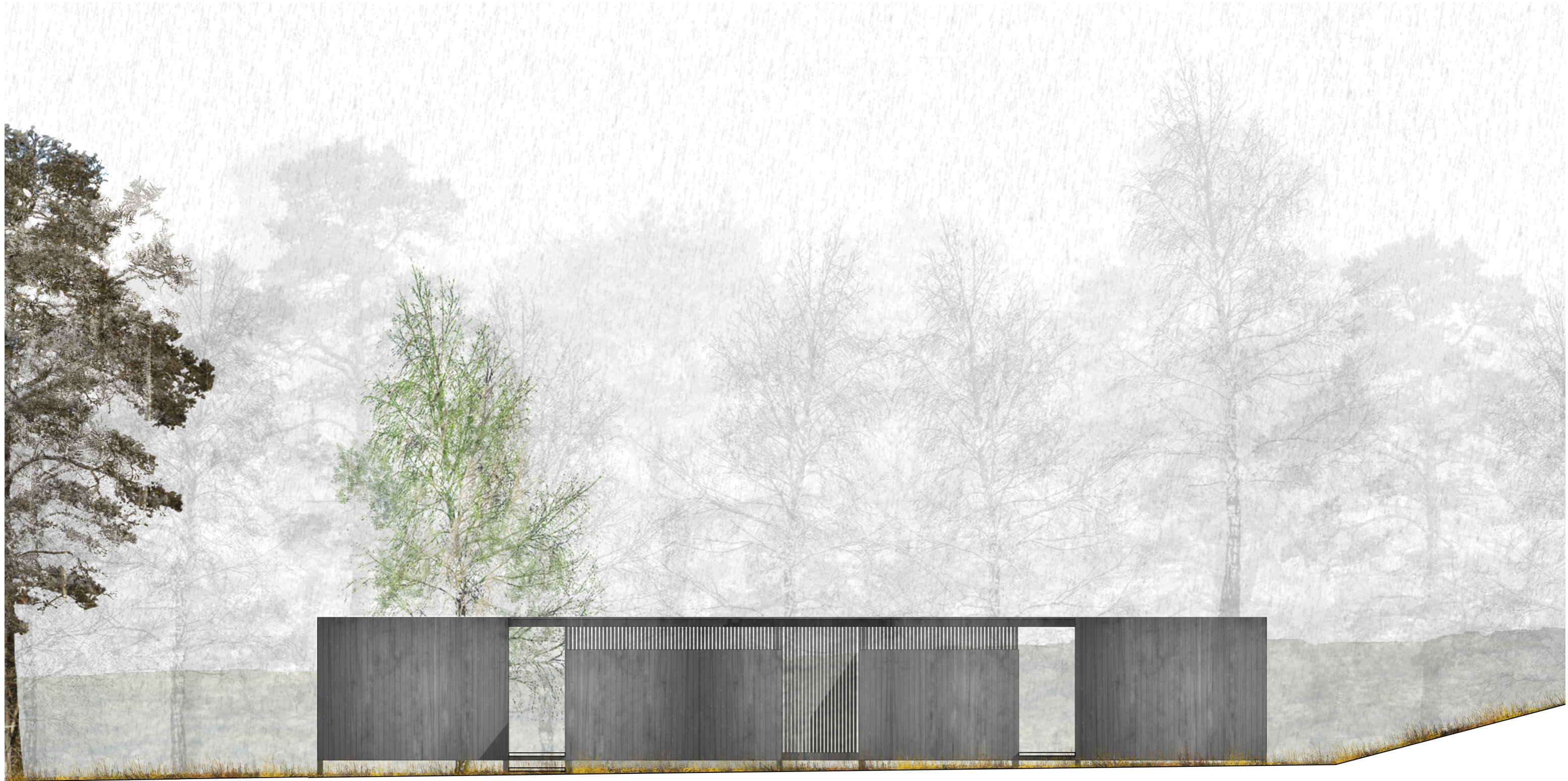
A







schnitt A badehus 1: 100



fasade nordøst badehus 1:100









mørkbeiset panel



slipt betong



furu finer

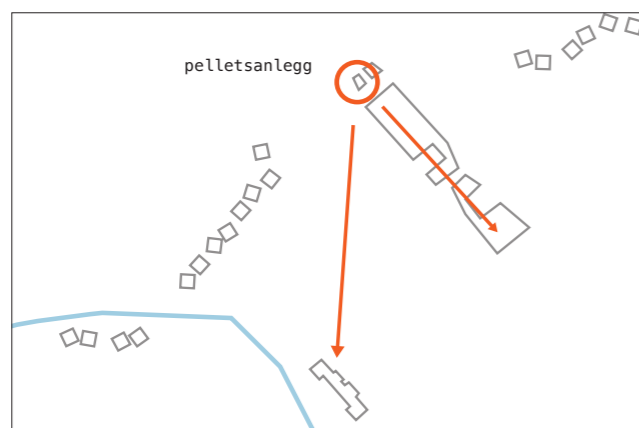


glass



materialpalett

Miljø (se detaljesnitt for ytterligere info)



SENTRALT PELLETSANLEGG

VARME

Anleggets hovedvarmekilde er en **automatisk matet pelletsfyr** plassert i eget bygg ved vareleveringen. I bygget ved siden av ligger pelletslageret.

Pelletsfyren varmer opp huset via **vannbåren gulvvarme**. Strålingsvarme herfra istedenfor luftpåvarming vil gjøre at man kan senke innetemperaturen uten at det går utover komforten for brukerne.

Automatisk styring gjør at det er enkelt å kontrollere oppvarming i forhold til utetemperatur og hvilke deler av huset som er i bruk til en hver tid.

Tykkvegger med 350 mm trefiberisolasjon sørger for at huset holder på varmen det tilføres.

Varme fra veksthuset kan også benyttes i noen deler av året.

Overnattingsrommene varmer beboerne opp selv med vedovn.

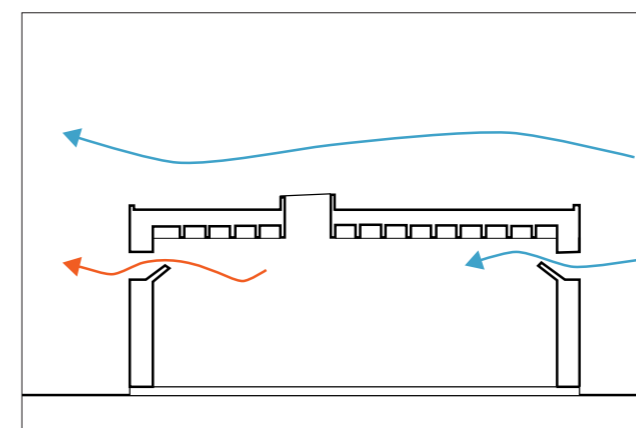
Badehuset og den ene badestampen kan varmes av pelletsfyren.

VENTILASJON

Det benyttes diffusjonsåpne konstruksjoner i kombinasjon med fuktregulerende trematerialer innendørs. På den måten oppnår man riktig luftfuktighet og et godt inneklima. Dette senker også ventilasjonsbehovet en del.

Hovedhuset er ventilert med windowmaster-system. Det vil si at luker i veggene styrer ventilasjonen automatisk basert på målinger av temperatur (inne og ute), fuktighet inne, CO₂ nivå samt vindens hastighet og retning. (se detaljesnitt for utførelse)

Overnattingsrom og badeanlegg er naturlig ventilert med innluft gjennom ventiler i vegg og utluft gjennom luftekanal over tak.



AUTOMATISK NATURLIG VENTILASJON

MATERIALER

Det er i så stor grad som mulig brukt fornybare og biologiske trematerialer som krever lite energi i produksjon og som er mest mulig klimanøytrale.

Veggene består nesten utelukkende av trematerialer. Et miljøvennlig materiale som også sørger for et godt inneklima.

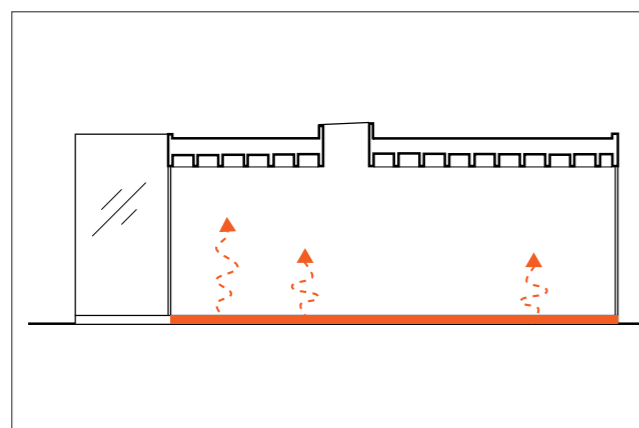
I fundamentet er det benyttet glasopor og foamglas elementer (resirkulert emballasjeglasse fra mat og drikkevarer). Betong er brukt i så liten grad som mulig.

I gulv brukes tre eller polert betong

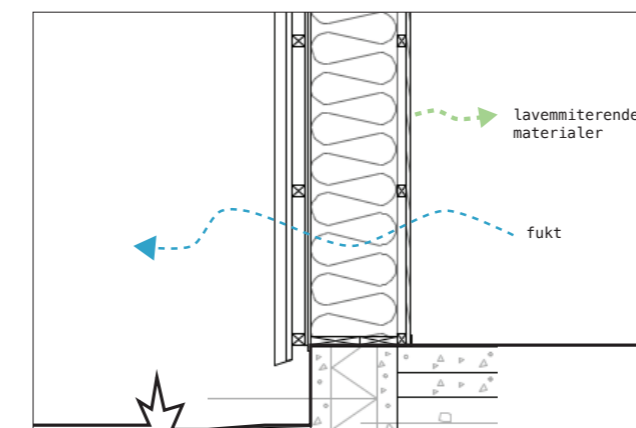
Kompaktaket består også av foamglas elementer

AVLØP

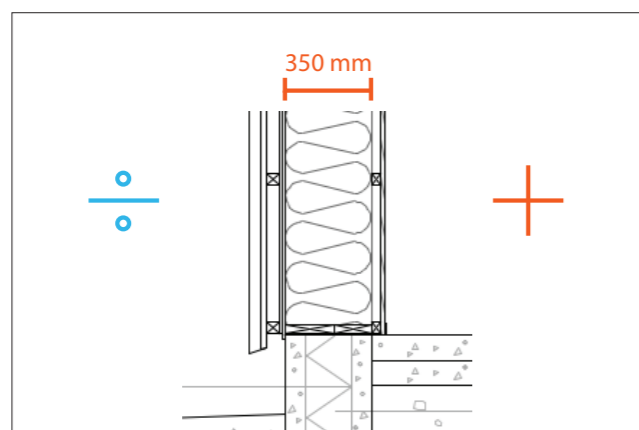
Avløpet går til et biologisk renseanlegg. Her renner det gjennom to slamavskillingskammer og et filter som tilsetter oksygen. Bakterier bryter ned forurensingen og rensset avløpsvann kan slippes ut i dreneringsgrøft og videre ut i Bjørelva



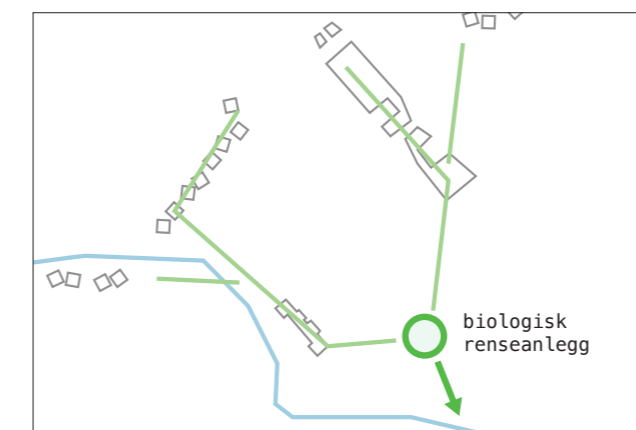
VANNBÅREN VARME I GULV



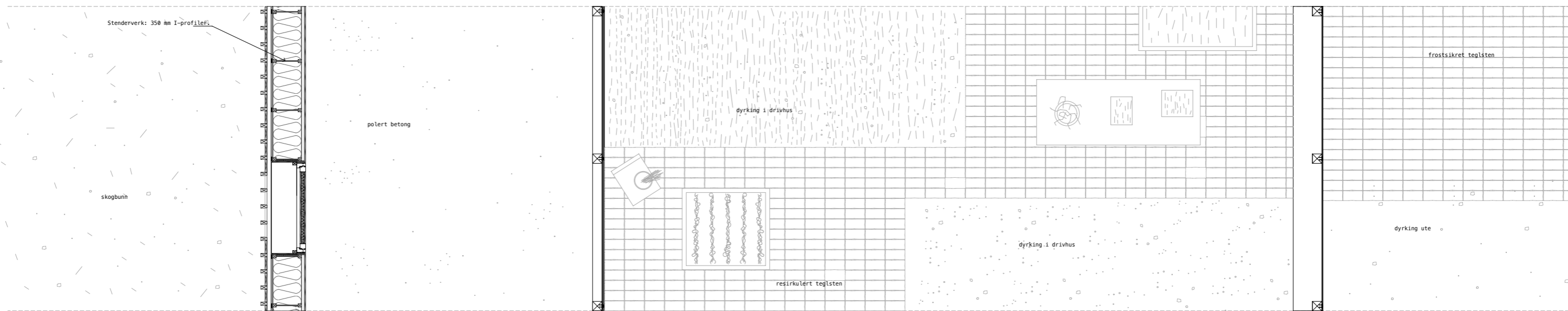
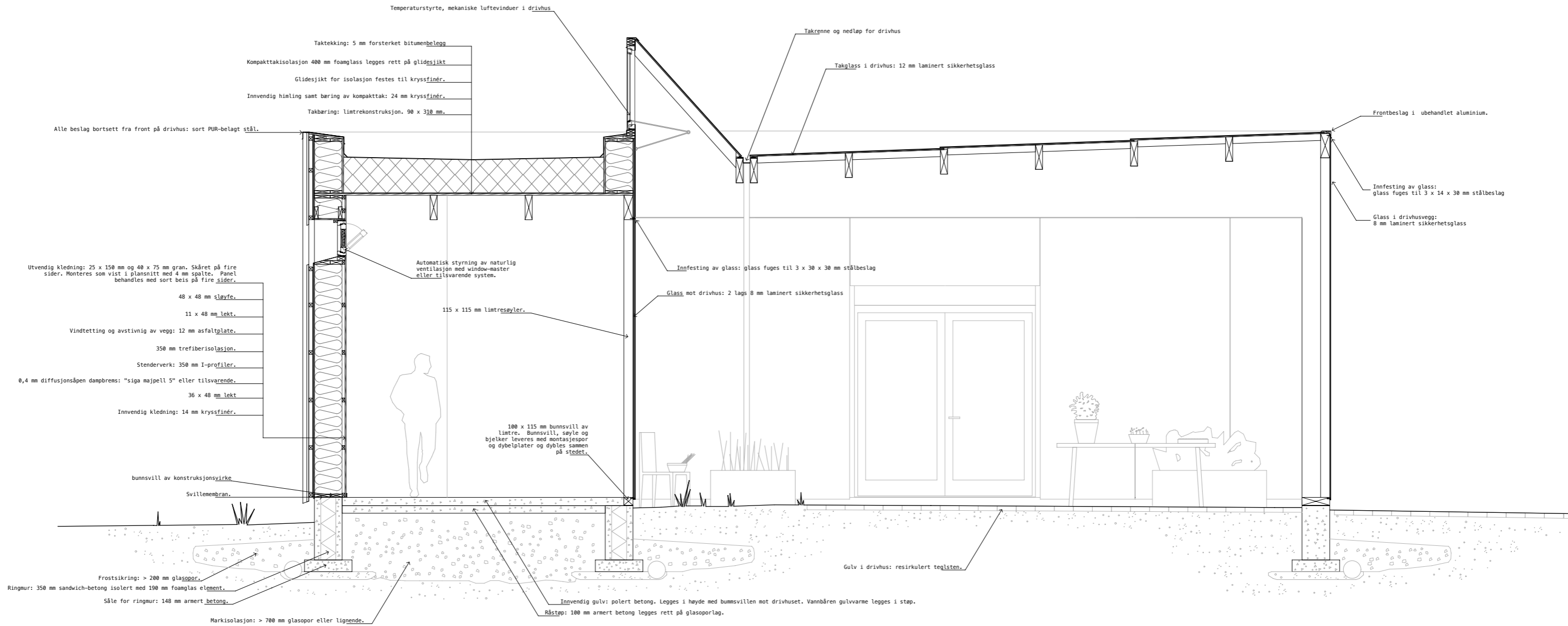
PUSTENDE VEGGER I TRE



350 MM TREFIBERISOLASJON



BIOLOGISK RENSEANLEGG



1 M