



Fort Bragg Noyo Headlands Trail Fitness Equipment Survey ::: Encuesta de equipos de acondicionamiento físico de Fort Bragg Noyo Headlands Trail

Thank you from the City of Fort Bragg, CV Starr Center, and Blue Zones Project of Mendocino County ::: Gracias de parte de la Ciudad de Fort Bragg, el Centro CV Starr y el Proyecto de Zonas Azules del Condado de Mendocino

1. Name:::Nombre: _____
2. Email ::: el correo electrónico: _____
3. Zip code ::: el código postal: _____
4. What is your age range? ::: ¿Cuál es su rango de edad?
 - ☐ 17 or younger ::: 17 años o menos
 - ☐ 18-24
 - ☐ 25-34
 - ☐ 35-44
 - ☐ 45-54
 - ☐ 55-64
 - ☐ 65 or older ::: 65 años o más
5. Are you local or visiting? ::: ¿Eres local o estás de visita?
 - ☐ Local
 - ☐ Visiting from 30-90 minutes away ::: Visita desde 30-90 minutos
 - ☐ Visiting from outside the area ::: Visitas desde fuera de la zona
6. How often do you visit The Noyo Headlands Trail in Fort Bragg? ::: ¿Con qué frecuencia visitas The Noyo Headlands Trail en Fort Bragg?
 - ☐ This is my first time here ::: esta es mi primera vez aquí
 - ☐ Once a year or less ::: Una vez al año o menos
 - ☐ 2-4 times a year ::: 2-4 veces al año
 - ☐ 5-10 times a year ::: 5-10 veces al año
 - ☐ More than 10 times a year ::: más de 10 veces al año

7. Did you participate in the May 30th pop-up fitness event on the Noyo Headlands Trail? ::: ¿Participaste en el evento de fitness emergente del 30 de mayo en Noyo Headlands Trail?

- ☐ Yes ::: Sí
- ☐ No

8. Do you believe permanently mounted fitness equipment would be a good addition to the Noyo Headland Trail? ::: ¿Cree que el equipo de fitness montado permanentemente sería una buena adición al Noyo Headland Trail?

	1	2	3	4	5	
Strongly opposed ::: Fuertemente opuesto	☐	☐	☐	☐	☐	Strongly in favor ::: Fuertemente a favor

9. If there were fitness stations along the trail, how likely would you be to use them? ::: Si hubiera estaciones de acondicionamiento físico a lo largo del sendero, ¿qué probabilidad tendría de usarlas?

	1	2	3	4	5	
Not likely at all ::: no es Probable en absoluto	☐	☐	☐	☐	☐	Very likely ::: Muy probable

10. Would you prefer fitness equipment on the trail to be sequential (spaced out along the length of the trail) or clustered (all stations at one location along the trail)? ::: ¿Preferiría que el equipo de gimnasia en el sendero sea secuencial (espaciado a lo largo del sendero) o agrupado (todas las estaciones en un lugar a lo largo del sendero)?

- ☐ Sequential ::: secuencial
- ☐ Clustered ::: En grupo
- ☐ No opinion ::: No tengo opinión
- ☐ Other: _____

11. What equipment would you most like to see included? Please pick your top three (equipment may not have moving parts as joints corrode in the sea breeze)? ::: ¿Qué equipamiento te gustaría ver más incluido? Elija los tres mejores (es posible que el equipo no tenga partes móviles ya que las juntas se corroen con la brisa marina)?

- ☐ Step-ups ::: las escaleras
- ☐ Ab Crunch/Leg Lift ::: Abdominales/Levantamiento de piernas
- ☐ Monkey bars ::: Las Barras
- ☐ Pull up bars / Chin-Ups ::: Barras de dominadas / Dominadas
- ☐ Assisted Row/Push-Up ::: Remo asistido/Flexiones
- ☐ Parallel Bars ::: Barras paralelas
- ☐ Plyometrics ::: Pliométricos
- ☐ Balance Steps ::: Pasos de equilibrio
- ☐ Log-hop station ::: Estación de salto de troncos
- ☐ Other

12. Would you be more likely to walk The Noyo Headlands Trail if there were features such as mounted fitness equipment available for public use there? ::: ¿Sería más probable que caminara por The Noyo Headlands Trail si hubiera características como equipos de gimnasia montados disponibles para uso público allí?

- ☐ Yes ::: sí
- ☐ No
- ☐ Maybe ::: tal vez

13. Do you have any concerns with adding fitness equipment to the trail? ::: ¿Tiene alguna preocupación con la adición de equipos de gimnasia al sendero?

Your answer_____

14. Do you have any other suggestions for improving The Noyo Headlands Trail? ::: ¿Tienes alguna otra sugerencia para mejorar The Noyo Headlands Trail?

Your answer_____

Thank you for your time and feedback! ::: Gracias por tu tiempo y comentarios!

