



SPECYFIKACJA TECHNICZNA

Inwestycja: Budowa kompleksu sportowo – plażowego –
SIŁOWNIA ZEWNĘTRZNA

Adres inwestycji: 14-240 Susz, ul. Wybickiego
dz. nr 154/1, 154/2, 176/1, 176/2, obręb 5w Suszu

Inwestor: Gmina Susz
14-240 Susz, ul. Wybickiego 6

Opracował:
inż. Bogdan Motyliński

IŁAWA maj 2014 r.

3.1. SIŁOWNIA ZEWNĘTRZNA

- Urządzenia powinny być wykonane w oparciu o obowiązujące normy
- Montaż urządzeń do wylewanych fundamentów betonowych min. 30 cm pod powierzchnią gruntu – zgodnie z DTR
- Przedstawiony zespół urządzeń ma charakter poglądowy – WSZYSTKIE URZĄDZENIA WSKAZANE W PROJEKCIE SĄ PRZYKŁADOWE, A ODWOŁANIE DO NICH MA NA CELU POINFORMOWANIE WYKONAWCY O STANDARDZIE URZĄDZEŃ.
PODANE NA RYSUNKACH NAZWY MATERIAŁÓW NALEŻY CZYTAĆ ŁĄCZNIE Z UZUPEŁNIENIEM „..... **LUB RÓWNOWAŻNE**”
Jako poglądowe zastosowano urządzenia firmy ERFIT
- Siłownię wyposażać w tablicę informacyjną.

3.2.1. ODWODZICIEL



Normy bezpieczeństwa: PN-EN 1176-1:2009, PN-EN 957, PN-EN 913

Przeznaczenie: Urządzenia do ćwiczeń przeznaczone do użytku dla dorosłych i dzieci powyżej 10 roku życia, dzieci poniżej 14 roku życia powinny korzystać z urządzeń pod opieką osób dorosłych.

Urządzenia przeznaczone do montażu i użytkowania na zewnątrz.

INSTRUKCJA UŻYTKOWANIA:

Usiądź wygodnie, plecami opierając się o siedzisko. Złap rękami oba uchwyty. Odepchnij je od siebie zdecydowanym, ale płynnym ruchem, prostując ręce.

DANE TECHNICZNE:

- Wymiary: 2090 x 682 x 1956 [mm]
- Kolorystyka: zielono-szara

Zastosowane materiały:

- Konstrukcja nośna urządzeń wykonana ze stalowych rur o średnicy 140 [mm] i grubości 3 [mm], pozostałe elementy rurowe przekrój 33 [mm] i grubość 3 [mm]. Rury zakończone stalowymi kapslami zaślepiającymi.
- Platformy i pedały wykonane ze stali
- Siedziska i oparcia wykonane z blachy perforowanej o grubości 2 [mm]
- Elementy stalowe malowane proszkowo z podkładem cynkowym
- Uchwyty wykonane z PVC
- Zakoczenia śrub osłonięte zaślepkami z tworzywa sztucznego
- Urządzenia posiadają tabliczki z instrukcją obsługi urządzeń

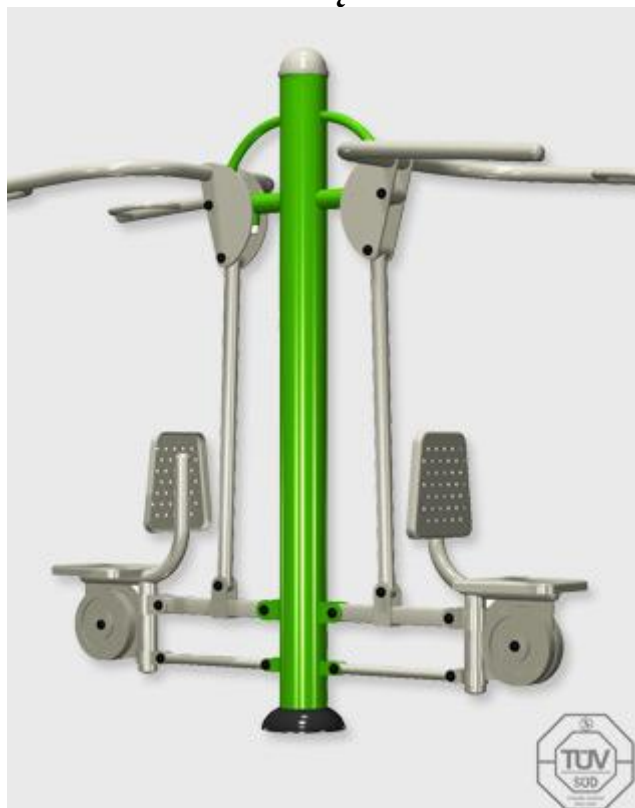
Instrukcja dotycząca montażu urządzenia siłowni zewnętrznej w podłożu:

Montaż do kotew zalewanych betonem klasy B25, wymiary fundamentu 50 x 50 x 55 [cm].

Informacja dla zarządców siłowni zewnętrznych:

Zarządca powinien stosować się do instrukcji konserwacji i eksploatacji dołączonej do dokumentacji obiektu.

3.2.2. WYCIĄG GÓRNY



Normy bezpieczeństwa: PN-EN 1176-1:2009, PN-EN 957, PN-EN 913

Przeznaczenie: Urządzenia do ćwiczeń przeznaczone do użytku dla dorosłych i dzieci powyżej 10 roku życia, dzieci poniżej 14 roku życia powinny korzystać z urządzeń pod opieką osób dorosłych.

Urządzenia przeznaczone do montażu i użytkowania na zewnątrz.

INSTRUKCJA UŻYTKOWANIA URZĄDZENIA SIŁOWNI ZEWNĘTRZNEJ:

Usiądź wygodnie, plecami opierając się o siedzisko. Złap rękami oba uchwyty, przyciągnij je do siebie zdecydowanym ruchem.

DANE TECHNICZNE:

- Wymiary: 2320 x 742 x 1956 [mm]
- Kolorystyka: zielono-szara

Zastosowane materiały:

- Konstrukcja nośna urządzeń wykonana ze stalowych rur o średnicy 140 [mm] i grubości 3 [mm], pozostałe elementy rurowe przekrój 33 [mm] i grubość 3 [mm]. Rury zakończone stalowymi kapslami zaślepiającymi.
- Platformy i pedały wykonane ze stali
- Siedziska i oparcia wykonane z blachy perforowanej o grubości 2 [mm]
- Elementy stalowe malowane proszkowo z podkładem cynkowym
- Uchwyty wykonane z PVC
- Zakończenia śrub osłonięte zaślepkami z tworzywa sztucznego
- Urządzenia posiadają tabliczki z instrukcją obsługi urządzeń

Instrukcja dotycząca montażu urządzenia siłowni zewnętrznej w podłożu:

Montaż do kotew zalewanych betonem klasy B25, wymiary fundamentu 50 x 50 x 55 [cm].

Informacja dla zarządców siłowni zewnętrznych:

Zarządca powinien stosować się do instrukcji konserwacji i eksploatacji dołączonej do dokumentacji obiektu.

3.2.3.PRASA NOŻNA



Normy bezpieczeństwa: PN-EN 1176-1:2009, PN-EN 957, PN-EN 913

Przeznaczenie: Urządzenia do dwiczeń przeznaczone do użytku dla dorosłych i dzieci powyżej 10 roku życia, dzieci poniżej 14 roku życia powinny korzystać z urządzeń pod opieką osób dorosłych.

Urządzenia przeznaczone do montażu i użytkowania na zewnątrz.

INSTRUKCJA UŻYTKOWANIA:

Usiądź wygodnie na siedzisku, oprzyj nogi o podesty. Prostując nogi zdecydowanym ruchem odepchnij się od urządzenia. Powoli wróć do pozycji wyjściowej.

DANE TECHNICZNE:

- Wymiary: 1935 x 450 x 1480 [mm]
- Kolorystyka: zielono-szara

Zastosowane materiały:

- Konstrukcja nośna urządzeń wykonana ze stalowych rur o średnicy 140 [mm] i grubości 3 [mm], pozostałe elementy rurowe przekrój 33 [mm] i grubość 3 [mm]. Rury zakończone stalowymi kapslami zaślepiającymi.
- Platformy i pedały wykonane ze stali
- Siedziska i oparcia wykonane z blachy perforowanej o grubości 2 [mm]
- Elementy stalowe malowane proszkowo z podkładem cynkowym

- Uchwyty wykonane z PVC
- Zakooczenia śrub osłonięte zaślepkami z tworzywa sztucznego
- Urządzenia posiadają tabliczki z instrukcją obsługi urządzeń

Instrukcja dotycząca montażu urządzenia siłowni zewnętrznej w podłożu:

Montaż do kotew zalewanych betonem klasy B25, wymiary fundamentu 50 x 50 x 55 [cm].

Informacja dla zarządców siłowni zewnętrznych:

Zarządca powinien stosować się do instrukcji konserwacji i eksploatacji dołączonej do dokumentacji obiektu.

3.2.4. ORBITREK



Urządzenie do ćwiczeń na powietrzu – ORBITEK

Normy bezpieczeństwa: PN-EN 1176-1:2009, PN-EN 957, PN-EN 913

Przeznaczenie: Urządzenia do ćwiczeń przeznaczone do użytku dla dorosłych i dzieci powyżej 10 roku życia, dzieci poniżej 14 roku życia powinny korzystać z urządzeń pod opieką osób dorosłych.

Urządzenia przeznaczone do montażu i użytkowania na zewnątrz.

INSTRUKCJA UŻYTKOWANIA:

Łąp rękami za uchwyty, stań na pedałach. Pchaj i ciągnij drążki rękami, równocześnie poruszaj nogami w przód i w tył, na zmianę.

DANE TECHNICZNE:

- Wymiary: 1005 x 576 x 1615 [mm]
 - Kolorystyka: zielono-szara
- Zastosowane materiały:

- Konstrukcja nośna urządzeń wykonana ze stalowych rur o średnicy 140 [mm] i grubości 3 [mm], pozostałe elementy rurowe przekrój 33 [mm] i grubość 3 [mm]. Rury zakończone stalowymi kapslami zaślepiającymi.
- Platformy i pedały wykonane ze stali
- Siedziska i oparcia wykonane z blachy perforowanej o grubości 2 [mm]
- Elementy stalowe malowane proszkowo z podkładem cynkowym
- Uchwyty wykonane z PVC
- Zakooczenia śrub osłonięte zaślepkami z tworzywa sztucznego
- Urządzenia posiadają tabliczki z instrukcją obsługi urządzeń

Instrukcja dotycząca montażu urządzenia siłowni zewnętrznej w podłożu:

Montaż do kotew zalewanych betonem klasy B25, wymiary fundamentu 50 x 50 x 55 [cm].

Informacja dla zarządców siłowni zewnętrznych:

Zarządca powinien stosować się do instrukcji konserwacji i eksploatacji dołączonej do dokumentacji obiektu.

3.2.5.BIEGACZ



Normy bezpieczeństwa: PN-EN 1176-1:2009, PN-EN 957, PN-EN 913

Przeznaczenie: Urządzenia do dwiczeo przeznaczone do użytku dla dorosłych i dzieci powyżej 10 roku życia, dzieci poniżej 14 roku życia powinny korzystać z urządzeń pod opieką osób dorosłych.

Urządzenia przeznaczone do montażu i użytkowania na zewnątrz.

INSTRUKCJA UŻYTKOWANIA:

Złap rękami za uchwyty, stań na platformach. Naprzemiennie poruszaj nogami w przód i w tył.

DANE TECHNICZNE:

- Wymiary: 1082 x 415 x 1466 [mm]

- Kolorystyka: zielono-szara

Zastosowane materiały:

- Konstrukcja nośna urządzeń wykonana ze stalowych rur o średnicy 140 [mm] i grubości 3 [mm], pozostałe elementy rurowe przekrój 33 [mm] i grubość 3 [mm]. Rury zakończone stalowymi kapslami zaślepiającymi
- Platformy i pedały wykonane ze stali
- Siedziska i oparcia wykonane z blachy perforowanej o grubości 2 [mm]
- Elementy stalowe malowane proszkowo z podkładem cynkowym
- Uchwyty wykonane z PVC
- Zakończenia śrub osłonięte zaślepkami z tworzywa sztucznego
- Urządzenia posiadają tabliczki z instrukcją obsługi urządzeń

Instrukcja dotycząca montażu urządzenia siłowni zewnętrznej w podłożu:

Montaż do kotew zalewanych betonem klasy B25, wymiary fundamentu 50 x 50 x 55 [cm].

Informacja dla zarządców siłowni zewnętrznych:

Zarządca powinien stosować się do instrukcji konserwacji i eksploatacji dołączonej do dokumentacji obiektu.

3.2.6. WAHADŁO



Urządzenie do ćwiczeń na powietrzu – WAHADŁO

Normy bezpieczeństwa: PN-EN 1176-1:2009, PN-EN 957, PN-EN 913

Przeznaczenie: Urządzenia do dwiczeń przeznaczone do użytku dla dorosłych i dzieci powyżej 10 roku życia, dzieci poniżej 14 roku życia powinny korzystać z urządzeń pod opieką osób dorosłych.

Urządzenia przeznaczone do montażu i użytkowania na zewnątrz.

INSTRUKCJA UŻYTKOWANIA:

Złap rękami za uchwyty, wejdź na podest. Używając mięśni bioder i brzucha wpraw urządzenie w ruch wahadłowy.

DANE TECHNICZNE:

- Wymiary: 1224 x 900 x 1593 [mm]
- Kolorystyka: zielono-szara

Zastosowane materiały:

- Konstrukcja nośna urządzeń wykonana ze stalowych rur o średnicy 140 [mm] i grubości 3 [mm], pozostałe elementy rurowe przekrój 33 [mm] i grubość 3 [mm]. Rury zakooczone stalowymi kapslami zaślepiającymi.
- Platformy i pedały wykonane ze stali
- Siedziska i oparcia wykonane z blachy perforowanej o grubości 2 [mm]
- Elementy stalowe malowane proszkowo z podkładem cynkowym
- Uchwyty wykonane z PVC
- Zakooczenia śrub osłonięte zaślepkami z tworzywa sztucznego
- Urządzenia posiadają tabliczki z instrukcją obsługi urządzeń

Instrukcja dotycząca montażu urządzenia siłowni zewnętrznej w podłożu:

Montaż do kotew zalewanych betonem klasy B25, wymiary fundamentu 50 x 50 x 55 [cm].

Informacja dla zarządców siłowni zewnętrznych:

Zarządca powinien stosować się do instrukcji konserwacji i eksploatacji dołączonej do dokumentacji obiektu.

3.2.7.TWISTER



Urządzenie do ćwiczeń na powietrzu – **TWISTER**

Normy bezpieczeństwa: PN-EN 1176-1:2009, PN-EN 957, PN-EN 913

Przeznaczenie: Urządzenia do ćwiczeń przeznaczone do użytku dla dorosłych i dzieci powyżej 10 roku życia, dzieci poniżej 14 roku życia powinny korzystać z urządzeń pod opieką osób dorosłych.

Urządzenia przeznaczone do montażu i użytkowania na zewnątrz.

INSTRUKCJA UŻYTKOWANIA:

Usiądź na siedzisku, złap rękami za uchwyty, umieść stopy na pedałach. Poruszaj nogami jak na rowerze.

DANE TECHNICZNE:

- Wymiary: \varnothing 1790 x 1316 [mm]
- Kolorystyka: zielono-szara

Zastosowane materiały:

- Konstrukcja nośna urządzeń wykonana ze stalowych rur o średnicy 140 [mm] i grubości 3 [mm], pozostałe elementy rurowe przekrój 33 [mm] i grubość 3 [mm]. Rury zakończone stalowymi kapslami zaślepiającymi.
- Platformy i pedały wykonane ze stali
- Siedziska i oparcia wykonane z blachy perforowanej o grubości 2 [mm]
- Elementy stalowe malowane proszkowo z podkładem cynkowym
- Uchwyty wykonane z PVC
- Zakooczenia śrub osłonięte zaślepkami z tworzywa sztucznego
- Urządzenia posiadają tabliczki z instrukcją obsługi urządzeń

Instrukcja dotycząca montażu urządzenia siłowni zewnętrznej w podłożu:

Montaż do kotew zalewanych betonem klasy B25, wymiary fundamentu 50 x 50 x 55 [cm].

Informacja dla zarządców siłowni zewnętrznych:

Zarządca powinien stosować się do instrukcji konserwacji i eksploatacji dołączonej do dokumentacji obiektu.

3.2.8. WIOŚLARZ



Urządzenie do ćwiczeń na powietrzu – **WIOŚLARZ**

Normy bezpieczeństwa: PN-EN 1176-1:2009, PN-EN 957, PN-EN 913

Przeznaczenie: Urządzenia do ćwiczeń przeznaczone do użytku dla dorosłych i dzieci powyżej 10 roku życia, dzieci poniżej 14 roku życia powinny korzystać z urządzeń pod opieką osób dorosłych.

Urządzenia przeznaczone do montażu i użytkowania na zewnątrz.

INSTRUKCJA UŻYTKOWANIA:

Usiądź na siedzisku, złap rękami za uchwyty, umieść stopy na platformach. Wyprostuj ciało, jednocześnie przyciągając do siebie uchwyty. Wróć do pozycji wyjściowej.

DANE TECHNICZNE:

- Wymiary: 1640 x 925 x 1045 [mm]
- Kolorystyka: zielono-szara

Zastosowane materiały:

- Konstrukcja nośna urządzeń wykonana ze stalowych rur o średnicy 140 [mm] i grubości 3 [mm], pozostałe elementy rurowe przekrój 33 [mm] i grubość 3 [mm]. Rury zakończone stalowymi kapslami zaślepiającymi.
- Platformy i pedały wykonane ze stali
- Siedziska i oparcia wykonane z blachy perforowanej o grubości 2 [mm]
- Elementy stalowe malowane proszkowo z podkładem cynkowym
- Uchwyty wykonane z PVC
- Zakończenia śrub osłonięte zaślepkami z tworzywa sztucznego

- Urządzenia posiadają tabliczki z instrukcją obsługi urządzeń

Instrukcja dotycząca montażu urządzenia siłowni zewnętrznej w podłożu:

Montaż do kotew zalewanych betonem klasy B25, wymiary fundamentu 50 x 50 x 55 [cm].

Informacja dla zarządców siłowni zewnętrznych:

Zarządca powinien stosować się do instrukcji konserwacji i eksploatacji dołączonej do dokumentacji obiektu.

3.2.9. PODNOSICIEL NÓG



Urządzenie do ćwiczeń na powietrzu – **PODNOŚCIEL NÓG**

Normy bezpieczeństwa: PN-EN 1176-1:2009, PN-EN 957, PN-EN 913

Przeznaczenie: Urządzenia do ćwiczeń przeznaczone do użytku dla dorosłych i dzieci powyżej 10 roku życia, dzieci poniżej 14 roku życia powinny korzystać z urządzeń pod opieką osób dorosłych.

Urządzenia przeznaczone do montażu i użytkowania na zewnątrz.

INSTRUKCJA UŻYTKOWANIA:

Usiądź wygodnie, umieść nogi pod platformami. Złap rękami za uchwyty. Prostuj nogi zdecydowanym, ale powolnym ruchem. Wróć do pozycji wyjściowej.

DANE TECHNICZNE:

- Wymiary: 800 x 698 x 1005 [mm]
- Kolorystyka: zielono-szara

Zastosowane materiały:

- Konstrukcja nośna urządzeń wykonana ze stalowych rur o średnicy 140 [mm] i grubości 3 [mm], pozostałe elementy rurowe przekrój 33 [mm] i grubości 3 [mm]. Rury zakończone stalowymi kapslami zaślepiającymi.
- Platformy i pedały wykonane ze stali
- Siedziska i oparcia wykonane z blachy perforowanej o grubości 2 [mm]

- Elementy stalowe malowane proszkowo z podkładem cynkowym
- Uchwyty wykonane z PVC
- Zakończenia śrub osłonięte zaślepkami z tworzywa sztucznego
- Urządzenia posiadają tabliczki z instrukcją obsługi urządzeń

Instrukcja dotycząca montażu urządzenia siłowni zewnętrznej w podłożu:

Montaż do kotew zalewanych betonem klasy B25, wymiary fundamentu 50 x 50 x 55 [cm].

Informacja dla zarządców siłowni zewnętrznych:

Zarządca powinien stosować się do instrukcji konserwacji i eksploatacji dołączonej do dokumentacji obiektu.

3.2.10. PORECZE



Urządzenie do ćwiczeń na powietrzu – **PORECZE**

Normy bezpieczeństwa: PN-EN 1176-1:2009, PN-EN 957, PN-EN 913

Przeznaczenie: Urządzenia do ćwiczeń przeznaczone do użytku dla dorosłych i dzieci powyżej 10 roku życia, dzieci poniżej 14 roku życia powinny korzystać z urządzeń pod opieką osób dorosłych.

Urządzenia przeznaczone do montażu i użytkowania na zewnątrz.

INSTRUKCJA UŻYTKOWANIA:

Stań tyłem do urządzenia, oprzyj obie ręce na drążkach. Zginając ręce w łokciach do kąta prostego wykonuj pompki. Wróć do pozycji wyjściowej.

DANE TECHNICZNE:

- Wymiary: 1201 x 612 x 1650 [mm]
- Kolorystyka: zielono-szara

Zastosowane materiały:

- Konstrukcja nośna urządzeń wykonana ze stalowych rur o średnicy 140 [mm] i grubości 3 [mm], pozostałe elementy rurowe przekrój 33 [mm] i grubość 3 [mm]. Rury zakończone stalowymi kapslami zaślepiającymi.
- Platformy i pedały wykonane ze stali
- Siedziska i oparcia wykonane z blachy perforowanej o grubości 2 [mm]
- Elementy stalowe malowane proszkowo z podkładem cynkowym
- Uchwyty wykonane z PVC
- Zakłócenia śrub osłonięte zaślepkami z tworzywa sztucznego
- Urządzenia posiadają tabliczki z instrukcją obsługi urządzeń

Instrukcja dotycząca montażu urządzenia siłowni zewnętrznej w podłożu:

Montaż do kotew zalewanych betonem klasy B25, wymiary fundamentu 50 x 50 x 55 [cm].

Informacja dla zarządców siłowni zewnętrznych:

Zarządca powinien stosować się do instrukcji konserwacji i eksploatacji dołączonej do dokumentacji obiektu.

3.2.11.DRAŻEK



Urządzenie do ćwiczeń na powietrzu – **DRAŻEK**

Normy bezpieczeństwa: PN-EN 1176-1:2009, PN-EN 957, PN-EN 913

Przeznaczenie: Urządzenia do ćwiczeń przeznaczone do użytku dla dorosłych i dzieci powyżej 10 roku życia, dzieci poniżej 14 roku życia powinny korzystać z urządzeń pod opieką osób dorosłych.

Urządzenia przeznaczone do montażu i użytkowania na zewnątrz.

INSTRUKCJA UŻYTKOWANIA:

Łąp rękami za uchwyty, zginając ręce w łokciach podciągaj ciało do góry. Opuść ciało powolnym, płynnym ruchem.

DANE TECHNICZNE:

- Wymiary: 1698 x 1406 x 2109 [mm]
- Kolorystyka: zielono-szara

Zastosowane materiały:

- Konstrukcja nośna urządzeń wykonana ze stalowych rur o średnicy 140 [mm] i grubości 3 [mm], pozostałe elementy rurowe przekrój 33 [mm] i grubość 3 [mm]. Rury zakooczone stalowymi kapslami zaślepiającymi.
- Platformy i pedały wykonane ze stali
- Siedziska i oparcia wykonane z blachy perforowanej o grubości 2 [mm]
- Elementy stalowe malowane proszkowo z podkładem cynkowym
- Uchwyty wykonane z PVC
- Zakooczenia śrub osłonięte zaślepkami z tworzywa sztucznego
- Urządzenia posiadają tabliczki z instrukcją obsługi urządzeń

Instrukcja dotycząca montażu urządzenia siłowni zewnętrznej w podłożu:

Montaż do kotew zalewanych betonem klasy B25, wymiary fundamentu 50 x 50 x 55 [cm].

Informacja dla zarządców siłowni zewnętrznych:

Zarządca powinien stosować się do instrukcji konserwacji i eksploatacji dołączonej do dokumentacji obiektu.

3.2.12.MASAŻER



Urządzenie do ćwiczeń na powietrzu – **MASAŻER**

Normy bezpieczeństwa: PN-EN 1176-1:2009, PN-EN 957, PN-EN 913

Przeznaczenie: Urządzenia do ćwiczeń przeznaczone do użytku dla dorosłych i dzieci powyżej 10 roku życia, dzieci poniżej 14 roku życia powinny korzystać z urządzeń pod opieką osób dorosłych.

Urządzenia przeznaczone do montażu i użytkowania na zewnątrz.

INSTRUKCJA UŻYTKOWANIA:

Złap rękami za uchwyty. Stań tyłem do urządzenia, oprzyj się o nie. Poruszaj ciałem pionowo lub poziomo.

DANE TECHNICZNE:

- Wymiary: 750 x 1274 x 1426 [mm]
- Kolorystyka: zielono-szara

Zastosowane materiały:

- Konstrukcja nośna urządzeń wykonana ze stalowych rur o średnicy 140 [mm] i grubości 3 [mm], pozostałe elementy rurowe przekrój 33 [mm] i grubość 3 [mm]. Rury zakończone stalowymi kapslami zaślepiającymi.
- Platformy i pedały wykonane ze stali
- Siedziska i oparcia wykonane z blachy perforowanej o grubości 2 [mm]
- Elementy stalowe malowane proszkowo z podkładem cynkowym
- Uchwyty wykonane z PVC
- Zakooczenia śrub osłonięte zaślepkami z tworzywa sztucznego
- Urządzenia posiadają tabliczki z instrukcją obsługi urządzeń

Instrukcja dotycząca montażu urządzenia siłowni zewnętrznej w podłożu:

Montaż do kotew zalewanych betonem klasy B25, wymiary fundamentu 50 x 50 x 55 [cm].

Informacja dla zarządców siłowni zewnętrznych:

Zarządca powinien stosować się do instrukcji konserwacji i eksploatacji dołączonej do dokumentacji obiektu.

3.2.13. Stojak na rowery – 10 szt.

Opracował:
inż. Bogdan Motyliński