

PRACOWNIA PROJEKTOWA INŻ. JAN ORCAYKOWSKI

ul. Wąska 16, 78-100 Kołobrzeg, tel. 94 3545917

Rodzaj opracowania

Projekt zagospodarowania terenu

Obiekt i temat opracowania

Budowa siłowni zewnętrznych w Dźwirzynie
(budowa obiektów małej architektury)

Lokalizacja

- 1) Gm. Kołobrzeg, obr. Dźwirzyno, ul. Wyzwolenia, dz. nr 43/5 i 43/9**
- 2) Gm. Kołobrzeg, obr. Dźwirzyno, ul. Hanki Sawickiej, dz. nr 200/13**

Inwestor

Gmina Kołobrzeg

Urząd Gminy Kołobrzeg, ul. Trzebiatowska 48A, 78-100 Kołobrzeg

Opracował

inż. Jan Orczykowski

(upr. w spec. konstr.-bud. nr A/PNB/8300/205/81)

KOŁOBRZEG, luty 2015 r.

SPIS ZAWARTOŚCI OPRACOWANIA:

STRONA TYTUŁOWA:

- Strona informacyjno-tytułowa.....
- Spis zawartości.....

PROJEKT ZAGOSPODAROWANIA TERENU:

- Opis techniczny
- Plan zagospodarowania terenu – działki nr 43/5 i 43/9 (rys. 1).....
- Plan zagospodarowania terenu – działka nr 200/13 (rys. 2)

ZAŁĄCZNIKI:

- Zestawienie urządzeń i elementów wyposażenia
- Informacja dotycząca bezpieczeństwa i ochrony zdrowia na budowie
- Oświadczenie o sporządzeniu projektu.....

DOKUMENTY FORMALNO-PRAWNE (kopie):

- Uprawnienia projektowe i aktualne zaświadczenia o przynależności do Polskiej Izby Inżynierów Budownictwa autora opracowania

OPIS TECHNICZNY

do projektu zagospodarowania terenu

Budowa siłowni zewnętrznych w Dźwirzynie

1) Gmina Kołobrzeg, obręb Dźwirzyno, ul. Wyzwolenia, działki nr 43/5 i 43/9

2) Gmina Kołobrzeg, obręb Dźwirzyno, ul. Hanki Sawickiej, działka nr 200/13

1. PODSTAWA OPRACOWANIA

- Inwentaryzacja własna terenu
- Uwagi i wytyczne Inwestora
- Mapa sytuacyjno-wysokościowa
- Obowiązujące przepisy i normy

2. CHARAKTERYSTYKA INWESTYCJI

Przedmiotem opracowania jest projekt zagospodarowania części terenów działek nr 43/5 i 43/9 wzdłuż istniejącej leśnej ścieżki zdrowia (ul. Wyzwolenia) oraz działki nr 200/13 przy Gminnym Centrum Sportu i Rekreacji (ul. Hanki Sawickiej) w Dźwirzynie.

Inwestycja realizowana jest ramach operacji „Rozwój infrastruktury turystyczno – rekreacyjnej poprzez budowę siłowni zewnętrznych w Dźwirzynie” i jej celem jest stworzenie ogólnodostępnego, atrakcyjnego i bezpiecznego miejsca amatorskiego uprawiania siłowych ćwiczeń sportowych-rekreacyjnych.

3. STAN ISTNIEJĄCY

Siłownia zewnętrzna nr 1 (ul. Wyzwolenia, działki nr 43/5 i 43/9):

Teren w miejscu lokalizacji inwestycji:

- działka w naturalnym kompleksie leśnym z wytyczoną ścieżką zdrowia,
- teren w miejscu inwestycji: nieogrodzony, częściowo pagórkowaty, nieutwardzony,
- zieleń niska (utwardzone runo leśne) i wysoka (drzewostan leśny).

Siłownia zewnętrzna nr 2 (ul. Hanki Sawickiej, działka nr 200/13):

Teren w miejscu lokalizacji inwestycji:

- działka stanowi wewnętrzny teren Gminnego Centrum Sportu i Rekreacji,
- teren w miejscu inwestycji: ogrodzony, płaski, nieutwardzony,
- zieleń niska (trawniki).

4. ROZWIĄZANIA OGÓLNE

Siłownia zewnętrzna nr 1 (ul. Wyzwolenia, działki nr 43/5 i 43/9):

Wzdłuż istniejącego w południowej części działek ciągu leśnej ścieżki zdrowia –

zamontować 15 gotowych zestawów urządzeń siłowych wraz z tablicami instruktażowymi. Dodatkowo na początku trasy (przy granicy z działką nr 44/2) zamontować tablicę informacyjną z opisem i planem trasy ścieżki zdrowia.

Siłownia zewnętrzna nr 2 (ul. Hanki Sawickiej, działka nr 200/13):

Na części działki stanowiącej wewnętrzny teren Gminnego Centrum Sportu i Rekreacji zamontować 5 gotowych zestawów urządzeń siłowych wraz z tablicami instruktażowymi.

Ze względu na specyfikę terenu – szczegółowe miejsca lokalizacji poszczególnych urządzeń siłowych oraz ich ustawienie – zostaną ustalone w terenie podczas realizacji inwestycji.

5. ROZWIĄZANIA SZCZEGÓŁOWE

Teren pod siłownię:

Przygotować miejsca pod montaż poszczególnych urządzeń sportowych. Wybrać warstwę ziemi z humusem i wykonać wykopy głębokości około 120 cm pod posadowienie podstaw montażowych – zgodnie z wytycznymi producenta (dostawcy) elementów wyposażenia wykonać żelbetowe fundamenty blokowe, następnie zamontować urządzenia, uszkodzoną powierzchnię gruntu poddać rekultywacji.

Nawierzchnie trawiaste (dotyczy działki nr 200/13):

Trawniki wykonać jako naprawę uszkodzonej nawierzchni podczas prac budowlanych przewidując miejscową wymianę (uzupełnienie) darni. Projektuje się nowe trawniki z trawy gotowej z rolki. Przygotowanie podłoża, wykonanie i pielęgnacja – według wytycznych producenta trawy.

6. ZESTAWIENIE ELEMENTÓW WYPOSAŻENIA

Siłownia zewnętrzna nr 1 (ul. Wyzwolenia, działki nr 43/5 i 43/9):

Lp.	Nazwa urządzenia / zestawu	Ilość
1	Tablica duża informacyjno-regulaminowa (200 x 150 cm) (T)	1
2	Zestaw (1): podciągacz + wypychacz + słup nośny duży	1
3	Zestaw (2): prasa nożna + kręciołek + słup nośny duży	1
4	Urządzenie (3): wioślarz + słup nośny mały	1
5	Urządzenie (4): orbitrek + słup nośny mały	1
6	Urządzenie (5): narciarz + słup nośny mały	1
7	Urządzenie (6): jeździec + słup nośny mały	1
8	Zestaw (7): biegacz + stepper + słup nośny mały	1
9	Urządzenie (8): drabinka z podciąganiem + słup nośny duży	1

10	Zestaw (9): twister + wahadło + słup nośny mały	1
11	Zestaw (10): poręczce + ławka do brzusków + słup nośny mały	1
12	Zestaw (11): koła Tai Chi małe + koła Tai Chi duże + słup nośny mały	1
13	Urządzenie (12): rowerek klasyczny + słup nośny mały	1
14	Urządzenie (13): prostownik pleców + słup nośny mały	1
15	Urządzenie (14): drabinki wolnostojące	1
16	Urządzenie (15): ławka z rowerkiem dla 2 osób	1
17	Tablica instruktażowa (180 x 50 cm), 3-językowa	15

Siłownia zewnętrzna nr 2 (ul. Hanki Sawickiej, działka nr 200/13):

Lp.	Nazwa urządzenia / zestawu	Ilość
1	Zestaw (16): podciągacz + wypychacz + słup nośny duży	1
2	Zestaw (17): orbitrek + wioślarz + słup nośny mały	1
3	Zestaw (18): biegacz + stepper + słup nośny mały	1
4	Zestaw (19): twister + wahadło + słup nośny mały	1
5	Zestaw (20): prasa nożna + drabinka z podciąganiem + słup nośny duży	1
6	Tablica instruktażowa (180 x 50 cm), 3-językowa	5

Urządzenia o maksymalnej wysokości upadkowej do 1,00 m; kompletne, z systemowym sposobem montażu (do gruntu) – na monolitycznych stopach betonowych ze zbrojeniem.

Konstrukcja: urządzenia wykonane ze stali ocynkowanej ogniowo lub zabezpieczone przez kataforezę, malowane dekoracyjne lakierem (proszkowo).

Budowa, funkcja i wyposażenie urządzeń według załączonych kart zestawienia urządzeń i elementów wyposażenia. Kolorystyka urządzeń – do szczegółowego ustalenia na etapie realizacji inwestycji.

Szczegółowy sposób rozmieszczenia urządzeń (zestawów), uwzględniający wymagane strefy bezpieczeństwa oraz układ w terenie – zostaną ustalone na budowie, na podstawie tyczenia geodezyjnego i według wytycznych producenta.

7. DOSTĘP DLA OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

Miejsca lokalizacji urządzeń siłowych, posiadają ograniczony (z pomocą opiekuna) dostęp dla osób niepełnosprawnych, w tym poruszających się na wózkach inwalidzkich.

Większość projektowanych urządzeń może być użytkowana przez osoby niepełnosprawne – pod opieką (z pomocą) opiekuna.

8. UWAGI KOŃCOWE:

- Dopuszcza się stosowanie urządzeń dowolnego producenta przy zachowaniu zbliżonych właściwości użytkowych i o podobnym wyglądzie.
- Wszystkie zmiany wyłącznie na wniosek Inwestora, za zgodą autora projektu.
- Stosować urządzenia, materiały i technologie posiadające odpowiednie atesty i certyfikaty.

Kołobrzeg, luty 2015 r.

Opracował:

STAROSTA KOŁOBRZESKI

Poświadczam zgodność niniejszej kopii z treścią materiału państwowego zasobu geodezyjnego i kartograficznego

P.3208

6642 85.2015

85.2015

22 STY. 2015

Data poświadczenia

INSPEKTOR

Zbigniew Woźtaszek

Morze Bałtyckie

Mapa nieaktualna nie może służyć do celów projektowych

MAPA ZASADNICZA

SKALA 1:2000

Układ wsp. płaskich: 2000 strefa 5 (15'), układ odn.: Kronsztadt 86

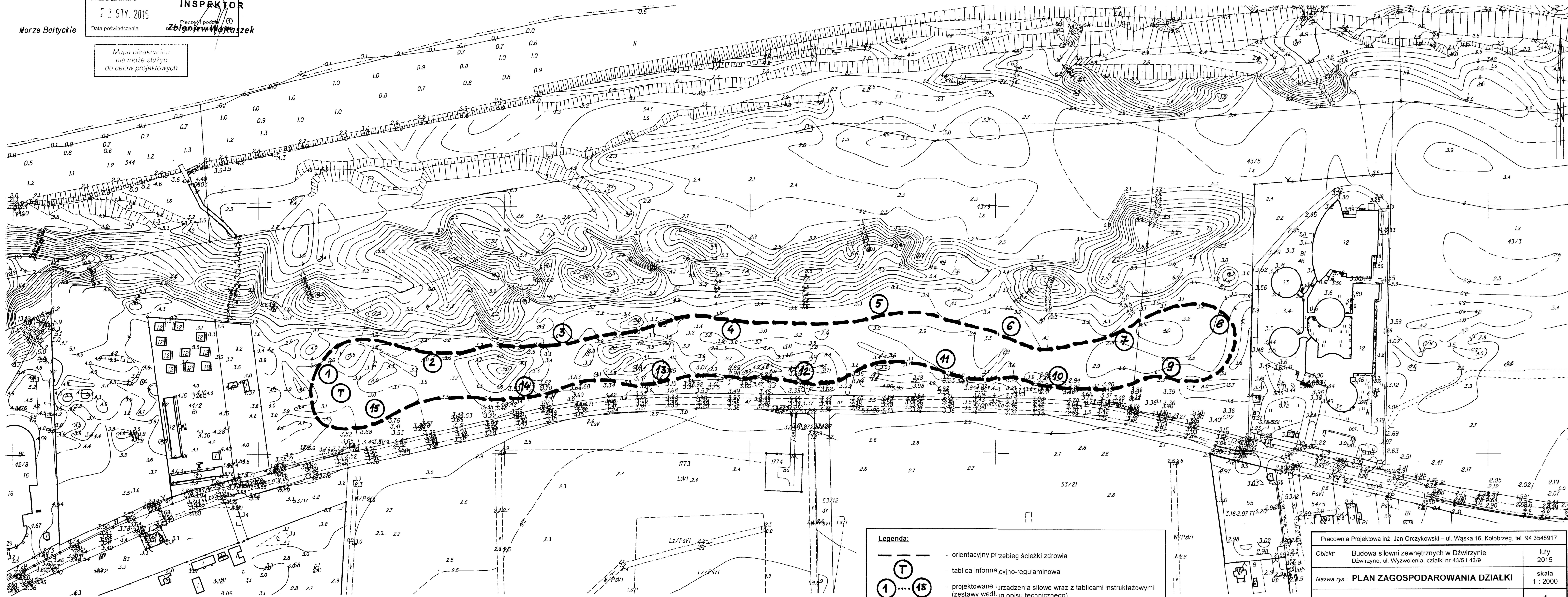
Województwo: zachodniopomorskie

Powiat: kołobrzeski

Jednostka ewidencyjna: Kołobrzeg (gm. wiejska) 320804_2

Obręb: Dźwirzyno 0001

Działka: 43/5, 43/9



Legenda:

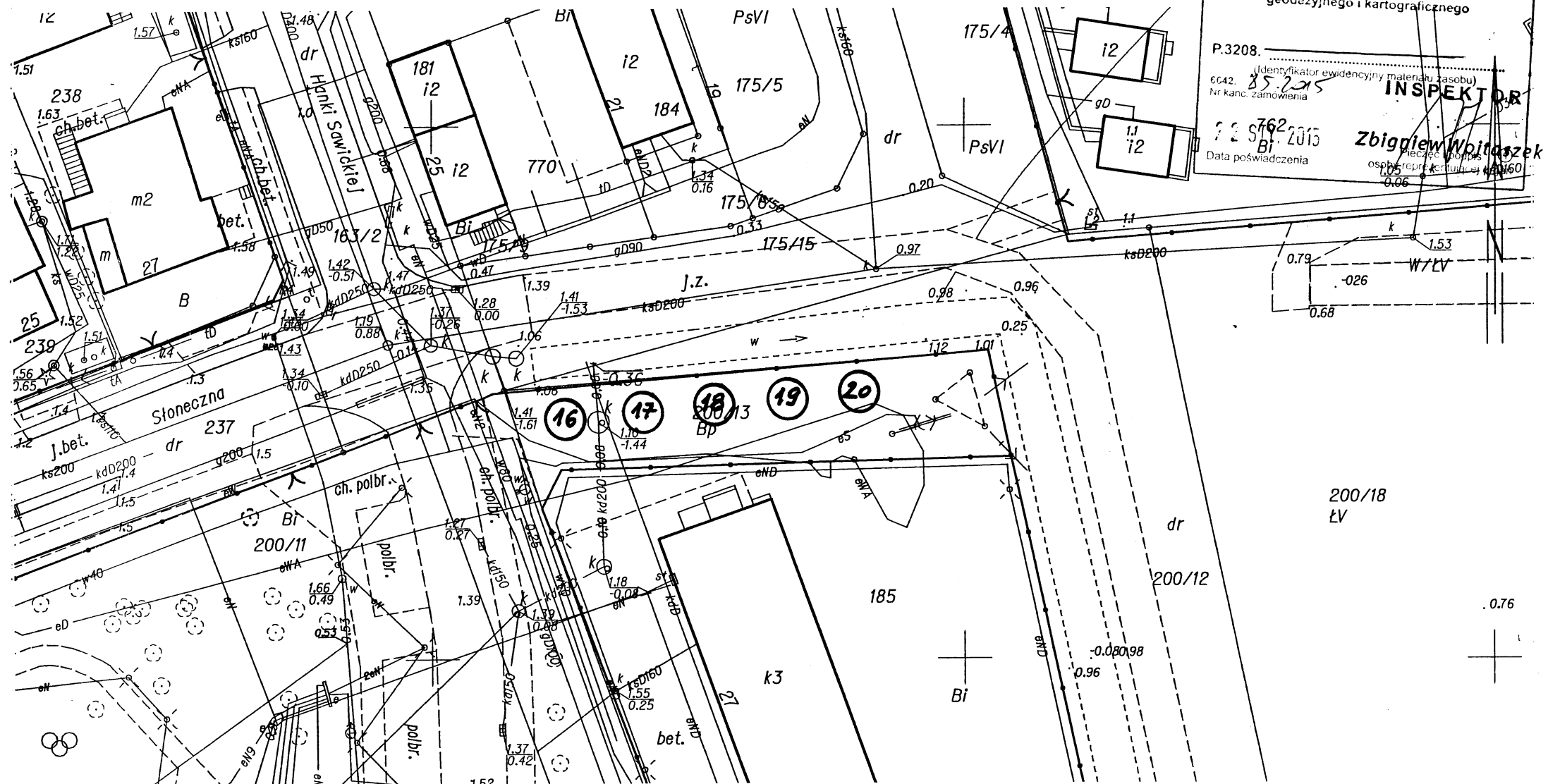
- orientacyjny przebieg ścieżki zdrowia
- tablica informacyjno-regulaminowa
- projektowane urządzenia siłowe wraz z tablicami instruktażowymi (zestawy według opisu technicznego)

Pracownia Projektowa inż. Jan Orczykowski – ul. Wąska 16, Kołobrzeg, tel. 94 3545917	
Objekt: Budowa siłowni zewnętrznych w Dźwirzynie, Dźwirzyno, ul. Wyzwolenia, działka nr 43/5 i 43/9	luty 2015
Nazwa rys.: PLAN ZAGOSPODAROWANIA DZIAŁKI	skala 1:2000
Opracował: inż. Jan Orczykowski	1

Województwo: zachodniopomorskie
 Powiat: kołobrzeski
 Jednostka ewidencyjna: Kołobrzeg (gm. wiejska) 320804_2
 Obręb: Dźwirzyno 0001
 Działka: 200/13

MAPA ZASADNICZA
 SKALA 1:500

Układ wsp. płaskich: 2000 strefa 5 (15'), układ odn.: Kronsztadt 86



STAROSTA KOŁOBRZESKI
 Poświadczam zgodność niniejszej kopii z treścią materiału państwowego zasobu geodezyjnego i kartograficznego
 P.3208.
 (Identyfikator ewidencyjny materiału zasobu)
 6642. 85.2015
 Nr kanc. Zamówienia
INSPEKTOR
 72 5762-2015
 Data poświadczenia
Zbigniew Wojtaszek
 (osoba upoważniona do poświadczania)

Kołobrzeg dn. 2015-01-22
 Sporządził(a) wydruk: Zbigniew Wojtaszek

Mapa nieaktualna
 nie może służyć
 do celów projektowych

Legenda:
 (16) (20) - projektowane urządzenia siłowe wraz z tablicami instruktażowymi (zestawy według opisu technicznego)

Pracownia Projektowa inż. Jan Orczykowski – ul. Wąska 16, Kołobrzeg, tel. 94 3545917		
Obiekt:	Budowa siłowni zewnętrznych w Dźwirzynie Dźwirzyno, ul. Hanki Sawickiej, działka nr 200/13	luty 2015
Nazwa rys.:	PLAN ZAGOSPODAROWANIA DZIAŁKI	skala 1 : 2000
Opracował:	inż. Jan Orczykowski	2

(1) i (16)

Podciągacz



PRZEZNACZENIE

Do ćwiczeń rekreacyjnych na świeżym powietrzu dla osób dorosłych i dzieci powyżej 14 roku życia.

SPOSÓB ĆWICZEŃ

Usiądź wygodnie. Umieść nogi na platformach. Złap rękoma oba uchwyty. Przyciągnij je do siebie płynnym ruchem, uginając ręce.

EFEKT ĆWICZEŃ

Wzmacnia mięśnie ramion, klatki piersiowej i pleców.

DANE TECHNICZNE

WYMIARY ZE SŁUPEM długość: 1476 mm x szerokość: 840 mm x wysokość: 2020 mm
wysokość słupa nad poziom gruntu: 2020 mm

ILOŚĆ ĆWICZĄCYCH jednocześnie 1 osoba

KOLORYSTYKA active blue (niebieski),

OBCIĄŻENIE max 155 kg

NORMA BEZPIECZEŃSTWA DIN 79000:2012-05

SPOSÓB OSADZENIA fundament żelbetowy

GŁĘBOKOŚĆ POSADOWIENIA 1,2 m

MATERIAŁY Słup ze stali konstrukcyjnej o wzmocnionej wytrzymałości S355J2G3 – \varnothing 193,7 x 4,0 mm. Konstrukcja nośna ze stalowych rur \varnothing 60,3 x 3,2 mm. Uchwyty i pozostałe elementy rurowe z rur \varnothing 31,8 x 3,6 mm, oraz \varnothing 48,3 x 3,2 mm. Siedziska i oparcia ze stali nierdzewnej 1.4301 (X5CrNi18-10). Gumowe części amortyzujące (odbojniki) przykręcane za pomocą śruby z gwintem metrycznym. Śruby ze stali nierdzewnej A2. Nakrętki kołpakowe ocynkowane oraz nakrętki samo kontrolujące zabezpieczone przed odkręceniem i nakładki z tworzywa sztucznego na te nakrętki. Zabezpieczenie antykorozyjne poprzez kataforezę. Powłoka zewnętrzna – farby proszkowe poliestrowe. Wszystkie ruchome połączenia urządzeń wyposażone są w łożyska kryte typu 2RS.

(1) i (16)

Wypychacz



PRZEZNACZENIE

Do ćwiczeń rekreacyjnych na świeżym powietrzu dla osób dorosłych i dzieci powyżej 14 roku życia.

SPOSÓB ĆWICZEŃ

Usiądź wygodnie. Umieść nogi na platformach. Złap rękoma oba uchwyty. Odepchnij je od siebie zdecydowanym, ale płynnym ruchem, prostując ręce.

EFEKT ĆWICZEŃ

Wzmacnia mięśnie ramion, klatki piersiowej i pleców.



DANE TECHNICZNE

WYMIARY ZE SŁUPEM

długość: 1415 mm x szerokość: 836 mm x wysokość: 2020 mm
wysokość słupa nad poziom gruntu: 2020 mm

ILOŚĆ ĆWICZĄCYCH jednocześnie 1 osoba

KOLORYSTYKA active blue (niebieski)

OBCIĄŻENIE max 155 kg

NORMA BEZPIECZEŃSTWA DIN 79000:2012-05

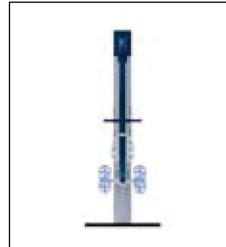
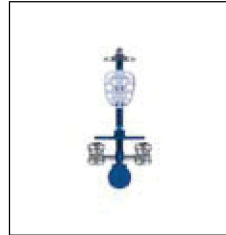
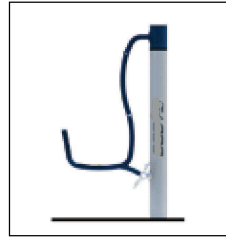
SPOSÓB OSADZENIA fundament żelbetowy

GŁĘBOKOŚĆ POSADOWIENIA 1,2 m

MATERIAŁY

Słup ze stali konstrukcyjnej o wzmocnionej wytrzymałości S355J2G3 – \varnothing 193,7 x 4,0 mm. Konstrukcja nośna ze stalowych rur \varnothing 60,3 x 3,2 mm. Uchwyty i pozostałe elementy rurowe z rur \varnothing 31,8 x 3,6 mm, oraz \varnothing 48,3 x 3,2 mm. Siedziska i oparcia ze stali nierdzewnej 1.4301 (X5CrNi18-10). Gumowe części amortyzujące (odbojniki) przykręcane za pomocą śruby z gwintem metrycznym. Śruby ze stali nierdzewnej A2. Nakrętki kołpakowe ocynkowane oraz nakrętki samo kontrolujące zabezpieczone przed odkręceniem i nakładki z tworzywa sztucznego na te nakrętki. Zabezpieczenie antykorozyjne poprzez kataforezę. Powłoka zewnętrzna – farby proszkowe poliestrowe. Wszystkie ruchome połączenia urządzeń wyposażone są w łożyska kryte typu 2RS.

Prasa nożna



PRZEZNACZENIE

Do ćwiczeń rekreacyjnych na świeżym powietrzu dla osób dorosłych i dzieci powyżej 14 roku życia.

SPOSÓB ĆWICZEŃ

Usiądź wygodnie na siedzeniu. Umieść nogi na platformach. Prostując nogi, płynnym ruchem, odepchnij się od urządzenia.

EFEKT ĆWICZEŃ

Wzmacnia mięśnie brzucha i kończyn dolnych, rozbudowuje mięsień czworogłowy uda, poprawia pracę stawów i krążenie.

DANE TECHNICZNE

WYMIARY ZE SŁUPEM

długość: 1128 mm x szerokość: 512 mm x wysokość: 2020 mm
wysokość słupa nad poziom gruntu: 2020 mm

ILOŚĆ ĆWICZĄCYCH jednocześnie 1 osoba

KOLORYSTYKA active blue (niebieski)

OBCIĄŻENIE max 155 kg

NORMA BEZPIECZEŃSTWA DIN 79000:2012-05

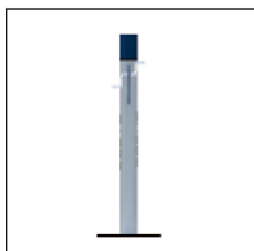
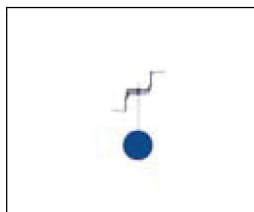
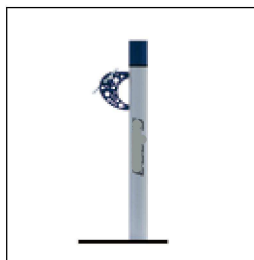
SPOSÓB OSADZENIA fundament żelbetowy

GŁĘBOKOŚĆ POSADOWIENIA 1,2 m

MATERIAŁY

Słup ze stali konstrukcyjnej o wzmocnionej wytrzymałości S355J2G3 – \varnothing 193,7 x 4,0 mm. Konstrukcja nośna ze stalowych rur \varnothing 60,3 x 3,2 mm. Uchwyty i pozostałe elementy rurowe z rur \varnothing 31,8 x 3,6 mm, oraz \varnothing 48,3 x 3,2 mm. Siedziska i oparcia ze stali nierdzewnej 1.4301 (X5CrNi18-10). Gumowe części amortyzujące (odbojniki) przykręcane za pomocą śruby z gwintem metrycznym. Śruby ze stali nierdzewnej A2. Nakrętki kołpakowe ocynkowane oraz nakrętki samo kontrolujące zabezpieczone przed odkręceniem i nakładki z tworzywa sztucznego na te nakrętki. Zabezpieczenie antykorozyjne poprzez kataforezę. Powłoka zewnętrzna – farby proszkowe poliestrowe. Wszystkie ruchome połączenia urządzeń wyposażone są w łożyska kryte typu 2RS.

Kręciotek



PRZEZNACZENIE

Do ćwiczeń rekreacyjnych na świeżym powietrzu dla osób dorosłych i dzieci powyżej 14 roku życia.

SPOSÓB ĆWICZEŃ

Stań wygodnie przed urządzeniem. Rękoma złap za uchwyty i zacznij kręcić.

EFEKT ĆWICZEŃ

Wzmacnia i buduje mięśnie rąk oraz barków i poprawia krążenie.

DANE TECHNICZNE

WYMIARY ZE SŁUPEM

długość: 614 mm x szerokość: 367 mm x wysokość: 2020 mm
wysokość słupa nad poziom gruntu: 2020 mm

ILOŚĆ ĆWICZĄCYCH

jednocześnie 1 osoba

KOLORYSTYKA

active blue (niebieski),

OBCIĄŻENIE

max 155 kg

NORMA BEZPIECZEŃSTWA

DIN 79000:2012-05

SPOSÓB OSADZENIA

fundament żelbetowy

GŁĘBOKOŚĆ POSADOWIENIA

1,2 m

MATERIAŁY

Słup ze stali konstrukcyjnej o wzmocnionej wytrzymałości S355J2G3 – \varnothing 193,7 x 4,0 mm. Konstrukcja nośna ze stalowych rur \varnothing 60,3 x 3,2 mm. Uchwyty i pozostałe elementy rurowe z rur \varnothing 31,8 x 3,6 mm, oraz \varnothing 48,3 x 3,2 mm. Śruby ze stali nierdzewnej A2. Nakrętki kołpakowe ocynkowane oraz nakrętki samo kontrolujące zabezpieczone przed odkręceniem i nakładki z tworzywa sztucznego na te nakrętki. Zabezpieczenie antykorozyjne poprzez kataforezę. Powłoka zewnętrzna – farby proszkowe poliestrowe.

(3) i (17)

Wioślarz



PRZEZNACZENIE

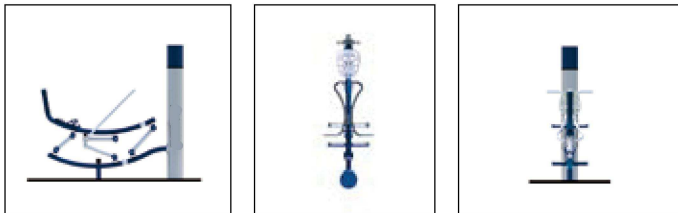
Do ćwiczeń rekreacyjnych na świeżym powietrzu dla osób dorosłych i dzieci powyżej 14 roku życia.

SPOSÓB ĆWICZEŃ

Usiądź na siedzisko, złap rękoma za uchwyt, umieść nogi na platformach. Wyprostuj ciało jednocześnie przyciągając do siebie uchwyty. Wróć do pozycji wyjściowej.

EFEKT ĆWICZEŃ

Wzmacnia i buduje mięśnie górne i dolne kończyn, klatki piersiowej i brzucha. Uelastycznia odcinek lędźwiowy kręgosłupa.



DANE TECHNICZNE

WYMIARY ZE SŁUPEM

długość: 1638 mm x szerokość: 636 mm x wysokość: 1520 mm
wysokość słupa nad poziom gruntu: 1520 mm

ILOŚĆ ĆWICZĄCYCH

jednocześnie 1 osoba

KOLORYSTYKA

active blue (niebieski),

OBCIĄŻENIE

max 155 kg

NORMA BEZPIECZEŃSTWA

DIN 79000:2012-05

SPOSÓB OSADZENIA

fundament żelbetowy

GŁĘBOKOŚĆ POSADOWIENIA

1,2 m

MATERIAŁY

Słup ze stali konstrukcyjnej o wzmocnionej wytrzymałości S355J2G3 – \varnothing 193,7 x 4,0 mm. Konstrukcja nośna ze stalowych rur \varnothing 60,3 x 3,2 mm. Uchwyty i pozostałe elementy rurowe z rur \varnothing 31,8 x 3,6 mm, oraz \varnothing 48,3 x 3,2 mm. Siedziska i oparcia ze stali nierdzewnej 1.4301 (X5CrNi18-10). Gumowe części amortyzujące (odbojniki) przykręcane za pomocą śruby z gwintem metrycznym. Śruby ze stali nierdzewnej A2. Nakrętki kołpakowe ocynkowane oraz nakrętki samo kontrolujące zabezpieczone przed odkręceniem i nakładki z tworzywa sztucznego na te nakrętki. Zabezpieczenie antykorozyjne poprzez kataforezę. Powłoka zewnętrzna – farby proszkowe poliestrowe. Wszystkie ruchome połączenia urządzeń wyposażone są w łożyska kryte typu 2RS.

Orbitrek



PRZEZNACZENIE

Do ćwiczeń rekreacyjnych na świeżym powietrzu dla osób dorosłych i dzieci powyżej 14 roku życia.

SPOSÓB ĆWICZEŃ

Złap rękoma za uchwyty. Umieść nogi na platformach. Wyprostuj plecy i wykonuj naprzemienne ruchy nogami w przód i tył.

EFEKT ĆWICZEŃ

Wzmacnia mięśnie nóg, ramion i tułowia. Korzystnie wpływa na układ krążeniowo-oddechowy. Poprawia koordynację ruchową.



DANE TECHNICZNE

WYMIARY ZE SŁUPEM

długość: 1510 mm x szerokość: 568 mm x wysokość: 1674 mm
wysokość słupa nad poziom gruntu: 1520 mm

ILOŚĆ ĆWICZĄCYCH

jednocześnie 1 osoba

KOLORYSTYKA

active blue (niebieski),

OBCIĄŻENIE

max 155 kg

NORMA BEZPIECZEŃSTWA

DIN 79000:2012-05

SPOSÓB OSADZENIA

fundament żelbetowy

GŁĘBOKOŚĆ POSADOWIENIA

1,2 m

MATERIAŁY

Słup ze stali konstrukcyjnej o wzmocnionej wytrzymałości S355J2G3 – \varnothing 193,7 x 4,0 mm. Konstrukcja nośna ze stalowych rur \varnothing 60,3 x 3,2 mm. Uchwyty i pozostałe elementy rurowe z rur \varnothing 31,8 x 3,6 mm, oraz \varnothing 48,3 x 3,2 mm. Gumowe części amortyzujące (odbojniki) przykręcane za pomocą śruby z gwintem metrycznym. Śruby ze stali nierdzewnej A2. Nakrętki kołpakowe ocynkowane oraz nakrętki samo-kontruujące zabezpieczone przed odkręceniem i nakładki z tworzywa sztucznego na te nakrętki. Zabezpieczenie antykorozyjne poprzez katalforezę. Powłoka zewnętrzna – farby proszkowe poliestrowe. Wszystkie ruchome połączenia urządzeń wyposażone są w łożyska kryte typu 2RS.

Narciarz



PRZEZNACZENIE

Do ćwiczeń rekreacyjnych na świeżym powietrzu dla osób dorosłych i dzieci powyżej 14 roku życia.

SPOSÓB ĆWICZEŃ

Złap rękoma za uchwyt. Umieść nogi na platformach. Wyprostuj plecy i wykonuj naprzemienne ruchy nogami w przód i tył.

EFEKT ĆWICZEŃ

Wzmacnia mięśnie nóg, ramion i tułowia. Korzystnie wpływa na układ krążeniowo-oddechowy. Poprawia koordynację ruchową.

DANE TECHNICZNE

WYMIARY ZE SŁUPEM

długość: 1441 mm x szerokość: 664 mm x wysokość: 1595 mm
wysokość słupa nad poziom gruntu: 1520 mm

ILOŚĆ ĆWICZĄCYCH

jednocześnie 1 osoba

KOLORYSTYKA

active blue (niebieski),

OBCIĄŻENIE

max 155 kg

NORMA BEZPIECZEŃSTWA

DIN 79000:2012-05

SPOSÓB OSADZENIA

fundament żelbetowy

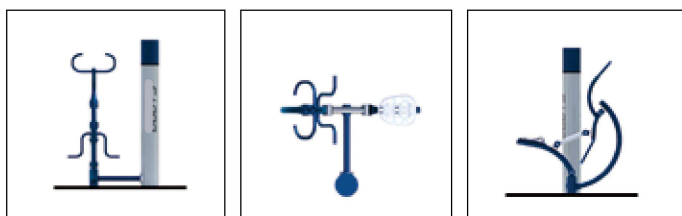
GŁĘBOKOŚĆ POSADOWIENIA

1,2 m

MATERIAŁY

Słup ze stali konstrukcyjnej o wzmocnionej wytrzymałości S355J2G3 – \varnothing 193,7 x 4,0 mm. Konstrukcja nośna ze stalowych rur \varnothing 60,3 x 3,2 mm. Uchwyty i pozostałe elementy rurowe z rur \varnothing 31,8 x 3,6 mm, oraz \varnothing 48,3 x 3,2 mm. Gumowe części amortyzujące (odbojniki) przykręcane za pomocą śruby z gwintem metrycznym. Śruby ze stali nierdzewnej A2. Nakrętki kołpakowe ocynkowane oraz nakrętki samo-kontruujące zabezpieczone przed odkręceniem i nakładki z tworzywa sztucznego na te nakrętki. Zabezpieczenie antykorozyjne poprzez kateforezę. Powłoka zewnętrzna – farby proszkowe poliestrowe. Wszystkie ruchome połączenia urządzeń wyposażone są w łożyska kryte typu 2RS.

Jeździec



PRZEZNACZENIE

Do ćwiczeń rekreacyjnych na świeżym powietrzu dla osób dorosłych i dzieci powyżej 14 roku życia.

SPOSÓB ĆWICZEŃ

Usiądź na siedzisku, złap rękami za uchwyty, umieść stopy na platformach. Prostuj nogi, jednocześnie przyciągaj do siebie uchwyty. Wróć do pozycji wyjściowej.

EFEKT ĆWICZEŃ

Wzmacnia mięśnie ramion, brzucha i nóg. Poprawia ogólną kondycję oraz krążenie krwi.

DANE TECHNICZNE

WYMIARY ZE SŁUPEM

długość: 1132 mm x szerokość: 972 mm x wysokość: 1520 mm
wysokość słupa nad poziom gruntu: 1520 mm

ILOŚĆ ĆWICZĄCYCH

jednocześnie 1 osoba

KOLORYSTYKA

active blue (niebieski),

OBCIĄŻENIE

max 155 kg

NORMA BEZPIECZEŃSTWA

DIN 79000:2012-05

SPOSÓB OSADZENIA

fundament żelbetowy

GŁĘBOKOŚĆ POSADOWIENIA

1,2 m

MATERIAŁY

Słup ze stali konstrukcyjnej o wzmocnionej wytrzymałości S355J2G3 – \varnothing 193,7 x 4,0 mm. Konstrukcja nośna ze stalowych rur \varnothing 60,3 x 3,2 mm. Uchwyty i pozostałe elementy rurowe z rur \varnothing 31,8 x 3,6 mm, oraz \varnothing 48,3 x 3,2 mm. Siedziska i oparcia ze stali nierdzewnej 1.4301 (X5CrNi18-10). Gumowe części amortyzujące (odbojniki) przykręcane za pomocą śruby z gwintem metrycznym. Śruby ze stali nierdzewnej A2. Nakrętki kołpakowe ocynkowane oraz nakrętki samo kontrolujące zabezpieczone przed odkręceniem i nakładki z tworzywa sztucznego na te nakrętki. Zabezpieczenie antykorozyjne poprzez kataforezę. Powłoka zewnętrzna – farby proszkowe poliestrowe. Wszystkie ruchome połączenia urządzeń wyposażone są w łożyska kryte typu 2RS.

Biegacz

(7) i (18)



PRZEZNACZENIE

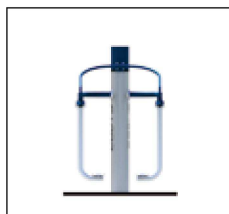
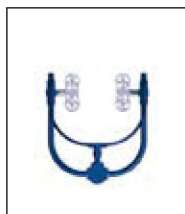
Do ćwiczeń rekreacyjnych na świeżym powietrzu dla osób dorosłych i dzieci powyżej 14 roku życia.

SPOSÓB ĆWICZEŃ

Złap rękoma za uchwyt. Umieść nogi na platformach. Wyprostuj plecy i poruszaj nogami w przód i tył.

EFEKT ĆWICZEŃ

Wzmacnia mięśnie nóg i brzucha. Korzystnie wpływa na układ krążeniowo-oddechowy. Poprawia koordynację ruchową.



DANE TECHNICZNE

WYMIARY ZE SŁUPEM

długość: 1017 mm x szerokość: 902 mm x wysokość: 1520 mm
wysokość słupa nad poziom gruntu: 1520 mm

ILOŚĆ ĆWICZĄCYCH

jednocześnie 1 osoba

KOLORYSTYKA

active blue (niebieski),

OBCIĄŻENIE

max 155 kg

NORMA BEZPIECZEŃSTWA

DIN 79000:2012-05

SPOSÓB OSADZENIA

fundament żelbetowy

GŁĘBOKOŚĆ POSADOWIENIA

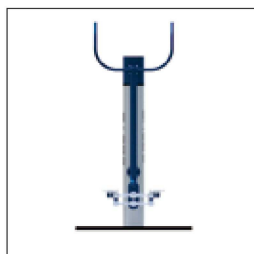
1,2 m

MATERIAŁY

Słup ze stali konstrukcyjnej o wzmocnionej wytrzymałości S355J2G3 – \varnothing 193,7 x 4,0 mm. Konstrukcja nośna ze stalowych rur \varnothing 60,3 x 3,2 mm. Uchwyty i pozostałe elementy rurowe z rur \varnothing 31,8 x 3,6 mm, oraz \varnothing 48,3 x 3,2 mm. Gumowe części amortyzujące (odbojniki) przykręcane za pomocą śruby z gwintem metrycznym. Śruby ze stali nierdzewnej A2. Nakrętki kołpakowe ocynkowane oraz nakrętki samo-kontruujące zabezpieczone przed odkręceniem i nakładki z tworzywa sztucznego na te nakrętki. Zabezpieczenie antykorozyjne poprzez kateforezę. Powłoka zewnętrzna – farby proszkowe poliestrowe. Wszystkie ruchome połączenia urządzeń wyposażone są w łożyska kryte typu 2RS.

Stepper

(7) i (18)



PRZEZNACZENIE

Do ćwiczeń rekreacyjnych na świeżym powietrzu dla osób dorosłych i dzieci powyżej 14 roku życia.

SPOSÓB ĆWICZEŃ

Postaw stopy na podstopnicach. Ugnij lekko kolana i wykonuj ruch naprzemienny naśladujący wchodzenie po schodach. Stopy muszą przylegać do podłoża. Sylwetka powinna być wyprostowana a mięśnie brzucha napięte.

EFEKT ĆWICZEŃ

Wyszczupla pośladki, zwiększa siłę mięśni nóg i ogólną wydolność organizmu i układu sercowo-naczyniowego.

DANE TECHNICZNE

WYMIARY ZE SŁUPEM

długość: 930 mm x szerokość: 561 mm x wysokość: 1520 mm
wysokość słupa nad poziom gruntu: 1520 mm

ILOŚĆ ĆWICZĄCYCH

jednocześnie 1 osoba

KOLORYSTYKA

active blue (niebieski),

OBCIĄŻENIE

max 155 kg

NORMA BEZPIECZEŃSTWA

DIN 79000:2012-05

SPOSÓB OSADZENIA

fundament żelbetowy

GŁĘBOKOŚĆ POSADOWIENIA

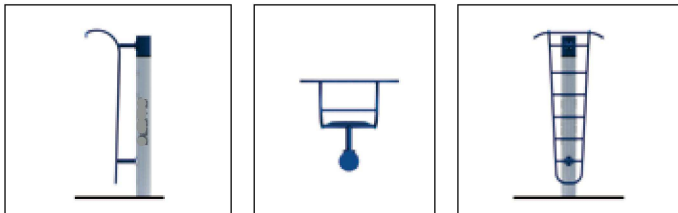
1,2 m

MATERIAŁY

Słup ze stali konstrukcyjnej o wzmocnionej wytrzymałości S355J2G3 – \varnothing 193,7 x 4,0 mm. Konstrukcja nośna ze stalowych rur \varnothing 60,3 x 3,2 mm. Uchwyty i pozostałe elementy rurowe z rur \varnothing 31,8 x 3,6 mm, oraz \varnothing 48,3 x 3,2 mm. Gumowe części amortyzujące (odbojniki) przykręcane za pomocą śruby z gwintem metrycznym. Śruby ze stali nierdzewnej A2. Nakrętki kołpakowe ocynkowane oraz nakrętki samo kontrolujące zabezpieczone przed odkręceniem i nakładki z tworzywa sztucznego na te nakrętki. Zabezpieczenie antykorozyjne poprzez katalforezę. Powłoka zewnętrzna – farby proszkowe poliestrowe. Wszystkie ruchome połączenia urządzeń wyposażone są w łożyska kryte typu 2RS lub sprzęgła Rosta.

(8) i (20)

Drabinka z podciąganiem



PRZEZNACZENIE

Do ćwiczeń rekreacyjnych na świeżym powietrzu dla osób dorosłych i dzieci powyżej 14 roku życia.

SPOSÓB ĆWICZEŃ

Złap rękoma za uchwyt drążka i unikając ruchu wahadłowego podciągnij nogi do wysokości piersi. Następnie równomiernie je opuść. Wróć do pozycji wyjściowej.

lub

Oprzyj stopę o szczebel na wysokości pasa. Wykonuj skłony tułowia do stopy na szczeblu i stopy na ziemi.

EFEKT ĆWICZEŃ

Wzmacnia mięśnie ramion, brzucha i pleców lub działa rozciągająco.

DANE TECHNICZNE

WYMIARY ZE SŁUPEM

długość: 855 mm x szerokość: 887 mm x wysokość: 2172 mm
wysokość słupa nad poziom gruntu: 2020 mm

ILOŚĆ ĆWICZĄCYCH jednocześnie 1 osoba

KOLORYSTYKA active blue (niebieski),

OBCIĄŻENIE max 155 kg

NORMA BEZPIECZEŃSTWA DIN 79000:2012-05

SPOSÓB OSADZENIA fundament żelbetowy

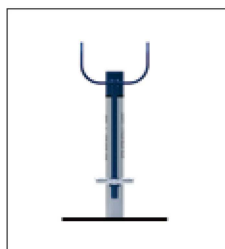
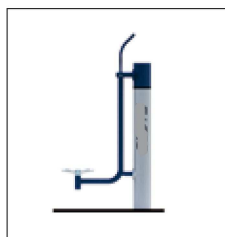
GŁĘBOKOŚĆ POSADOWIENIA 1,2 m

MATERIAŁY

Słup ze stali konstrukcyjnej o wzmocnionej wytrzymałości S355J2G3 – \varnothing 193,7 x 4,0 mm. Konstrukcja nośna ze stalowych rur \varnothing 60,3 x 3,2 mm. Uchwyty i pozostałe elementy rurowe z rur \varnothing 31,8 x 3,6 mm, oraz \varnothing 48,3 x 3,2 mm. Śruby ze stali nierdzewnej A2. Nakrętki kołpakowe ocynkowane oraz nakrętki samo kontrolujące zabezpieczone przed odkręceniem i nakładki z tworzywa sztucznego na te nakrętki. Zabezpieczenie antykorozyjne poprzez kataforezę. Powłoka zewnętrzna – farby proszkowe poliestrowe.

Twister

(9) i (19)



PRZEZNACZENIE

Do ćwiczeń rekreacyjnych na świeżym powietrzu dla osób dorosłych i dzieci powyżej 14 roku życia.

SPOSÓB ĆWICZEŃ

Złap rękoma za uchwyt. Umieść nogi na platformach. Używając mięśni bioder i brzucha wpraw platformy w ruch skrętny.

EFEKT ĆWICZEŃ

Wzmacnia mięśnie brzucha, aktywuje pracę stawów biodrowych, poprawia koordynację ruchową.

DANE TECHNICZNE

WYMIARY ZE SŁUPEM

długość: 1133 mm x szerokość: 732 mm x wysokość: 1830 mm
wysokość słupa nad poziom gruntu: 1520 mm

ILOŚĆ ĆWICZĄCYCH

jednocześnie 1 osoba

KOLORYSTYKA

active blue (niebieski),

OBCIĄŻENIE

max 155 kg

NORMA BEZPIECZEŃSTWA

DIN 79000:2012-05

SPOSÓB OSADZENIA

fundament żelbetowy

GŁĘBOKOŚĆ POSADOWIENIA

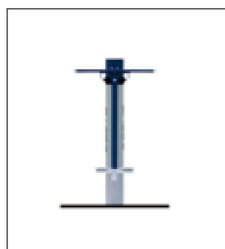
1,2 m

MATERIAŁY

Słup ze stali konstrukcyjnej o wzmocnionej wytrzymałości S355J2G3 – \varnothing 193,7 x 4,0 mm. Konstrukcja nośna ze stalowych rur \varnothing 60,3 x 3,2 mm. Uchwyty i pozostałe elementy rurowe z rur \varnothing 31,8 x 3,6 mm, oraz \varnothing 48,3 x 3,2 mm. Gumowe części amortyzujące (odbojniki) przykręcane za pomocą śruby z gwintem metrycznym. Śruby ze stali nierdzewnej A2. Nakrętki kołpakowe ocynkowane oraz nakrętki samo kontrolujące zabezpieczone przed odkręceniem i nakładki z tworzywa sztucznego na te nakrętki. Zabezpieczenie antykorozyjne poprzez kateforezę. Powłoka zewnętrzna – farby proszkowe poliestrowe. Wszystkie ruchome połączenia urządzeń wyposażone są w łożyska kryte typu 2RS.

Wahadło

(9) i (19)



PRZEZNACZENIE

Do ćwiczeń rekreacyjnych na świeżym powietrzu dla osób dorosłych i dzieci powyżej 14 roku życia.

SPOSÓB ĆWICZEŃ

Złap rękoma za uchwyt. Umieść nogi na platformach. Wpraw urządzenie w ruch wahadłowy prawo-lewo.

EFEKT ĆWICZEŃ

Wzmacnia mięśnie pasa biodrowego.

DANE TECHNICZNE

WYMIARY ZE SŁUPEM

długość: 897 mm x szerokość: 882 mm x wysokość: 1520 mm
wysokość słupa nad poziom gruntu: 1520 mm

ILOŚĆ ĆWICZĄCYCH

jednocześnie 1 osoba

KOLORYSTYKA

active blue (niebieski),

OBCIĄŻENIE

max 155 kg

NORMA BEZPIECZEŃSTWA

DIN 79000:2012-05

SPOSÓB OSADZENIA

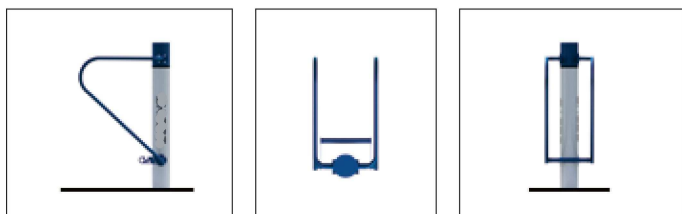
fundament żelbetowy

GŁĘBOKOŚĆ POSADOWIENIA

1,2 m

MATERIAŁY

Słup ze stali konstrukcyjnej o wzmocnionej wytrzymałości S355J2G3 – \varnothing 193,7 x 4,0 mm. Konstrukcja nośna ze stalowych rur \varnothing 60,3 x 3,2 mm. Uchwyty i pozostałe elementy rurowe z rur \varnothing 31,8 x 3,6 mm, oraz \varnothing 48,3 x 3,2 mm. Gumowe części amortyzujące (odbojniki) przykręcane za pomocą śruby z gwintem metrycznym. Śruby ze stali nierdzewnej A2. Nakrętki kołpakowe ocynkowane oraz nakrętki samo kontrolujące zabezpieczone przed odkręceniem i nakładki z tworzywa sztucznego na te nakrętki. Zabezpieczenie antykorozyjne poprzez kataforezę. Powłoka zewnętrzna – farby proszkowe poliestrowe. Wszystkie ruchome połączenia urządzeń wyposażone są w łożyska kryte typu 2RS.



PRZEZNACZENIE

Do ćwiczeń rekreacyjnych na świeżym powietrzu dla osób dorosłych i dzieci powyżej 14 roku życia.

SPOSÓB ĆWICZEŃ

Ustaw się tyłem do urządzenia, ręce zgięte w łokciach oprzyj na drążkach. Oderwij stopy od ziemi i podciągnij do góry, tworząc kąt prosty. Ustaw się przodem do urządzenia, złap dłońmi poręcz. Zginając ręce w łokciach do kąta prostego wykonuj pompki. Wróć do pozycji wyjściowej.

EFEKT ĆWICZEŃ

Wzmacnia mięśnie ramion, brzucha i poprawia koordynację barkową.

DANE TECHNICZNE

WYMIARY ZE SŁUPEM

długość: 1149 mm x szerokość: 524 mm x wysokość: 1520 mm
wysokość słupa nad poziom gruntu: 1520 mm

ILOŚĆ ĆWICZĄCYCH

jednocześnie 1 osoba

KOLORYSTYKA

active blue (niebieski),

OBCIĄŻENIE

max 155 kg

NORMA BEZPIECZEŃSTWA

DIN 79000:2012-05

SPOSÓB OSADZENIA

fundament żelbetowy

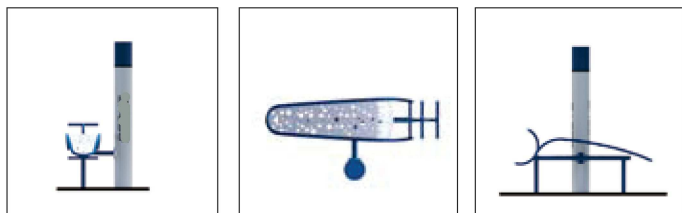
GŁĘBOKOŚĆ POSADOWIENIA

1,2 m

MATERIAŁY

Słup ze stali konstrukcyjnej o wzmocnionej wytrzymałości S355J2G3 – \varnothing 193,7 x 4,0 mm. Konstrukcja nośna ze stalowych rur \varnothing 60,3 x 3,2 mm. Uchwyty i pozostałe elementy rurowe z rur \varnothing 31,8 x 3,6 mm, oraz \varnothing 48,3 x 3,2 mm. Śruby ze stali nierdzewnej A2. Nakrętki kołpakowe ocynkowane oraz nakrętki samo kontrolujące zabezpieczone przed odkręceniem i nakładki z tworzywa sztucznego na te nakrętki. Zabezpieczenie antykorozyjne poprzez kataforezę. Powłoka zewnętrzna – farby proszkowe poliestrowe.

Ławka do brzusków



PRZEZNACZENIE

Do ćwiczeń rekreacyjnych na świeżym powietrzu dla osób dorosłych i dzieci powyżej 14 roku życia.

SPOSÓB ĆWICZEŃ

Położ się na ławce, nogi umieść pod drążkami, ręce spleć za głową. Unieś lekko tułów napinając mięśnie brzucha. Opuść ciało do pozycji wyjściowej, powtórz ćwiczenie.

EFEKT ĆWICZEŃ

Wzmacnia i buduje mięśnie brzucha.

DANE TECHNICZNE

WYMIARY ZE SŁUPEM

długość: 683 mm x szerokość: 1498 mm x wysokość: 1520 mm
wysokość słupa nad poziom gruntu: 1520 mm

ILOŚĆ ĆWICZĄCYCH

jednocześnie 1 osoba

KOLORYSTYKA

active blue (niebieski),

OBCIĄŻENIE

max 155 kg

NORMA BEZPIECZEŃSTWA

DIN 79000:2012-05

SPOSÓB OSADZENIA

fundament żelbetowy

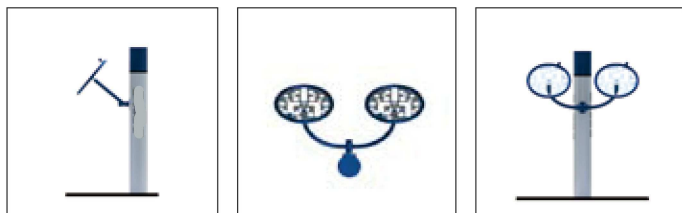
GŁĘBOKOŚĆ POSADOWIENIA

1,2 m

MATERIAŁY

Słup ze stali konstrukcyjnej o wzmocnionej wytrzymałości S355J2G3 – \varnothing 193,7 x 4,0 mm. Konstrukcja nośna ze stalowych rur \varnothing 60,3 x 3,2 mm. Uchwyty i pozostałe elementy rurowe z rur \varnothing 31,8 x 3,6 mm, oraz \varnothing 48,3 x 3,2 mm. Siedziska i oparcia ze stali nierdzewnej 1.4301 (X5CrNi18-10). Śruby ze stali nierdzewnej A2. Nakrętki kołpakowe ocynkowane oraz nakrętki samo kontruujące zabezpieczone przed odkręceniem i nakładki z tworzywa sztucznego na te nakrętki. Zabezpieczenie antykorozyjne poprzez katalforezę. Powłoka zewnętrzna – farby proszkowe poliestrowe.

Koła Tai Chi małe



PRZEZNACZENIE

Do ćwiczeń rekreacyjnych na świeżym powietrzu dla osób dorosłych i dzieci powyżej 14 roku życia.

SPOSÓB ĆWICZEŃ

Stań przodem do urządzenia. Złap rękoma za uchwyty i obracaj kołem w prawo a następnie w lewo.

EFEKT ĆWICZEŃ

Wzmacnia i aktywuje pracę nadgarstków, łokci i ramion.

DANE TECHNICZNE

WYMIARY ZE SŁUPEM

długość: 774 mm x szerokość: 1200 mm x wysokość: 1520 mm
wysokość słupa nad poziom gruntu: 1520 mm

ILOŚĆ ĆWICZĄCYCH

jednocześnie 1 osoba

KOLORYSTYKA

active blue (niebieski),

OBCIĄŻENIE

max 155 kg

NORMA BEZPIECZEŃSTWA

DIN 79000:2012-05

SPOSÓB OSADZENIA

fundament żelbetowy

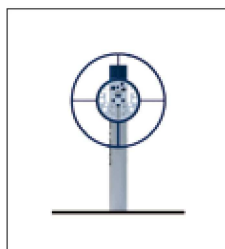
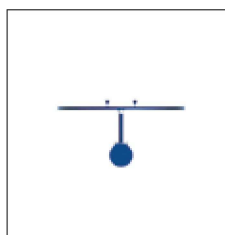
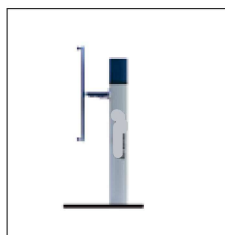
GŁĘBOKOŚĆ POSADOWIENIA

1,2 m

MATERIAŁY

Słup ze stali konstrukcyjnej o wzmocnionej wytrzymałości S355J2G3 – \varnothing 193,7 x 4,0 mm. Konstrukcja nośna ze stalowych rur \varnothing 60,3 x 3,2 mm. Uchwyty i pozostałe elementy rurowe z rur \varnothing 31,8 x 3,6 mm, oraz \varnothing 48,3 x 3,2 mm. Śruby ze stali nierdzewnej A2. Nakrętki kołpakowe ocynkowane oraz nakrętki samo kontrolujące zabezpieczone przed odkręceniem i nakładki z tworzywa sztucznego na te nakrętki. Zabezpieczenie antykorozyjne poprzez kataforezę. Powłoka zewnętrzna – farby proszkowe poliestrowe. Wszystkie ruchome połączenia urządzeń wyposażone są w łożyska kryte typu 2RS.

Koła Tai Chi duże



PRZEZNACZENIE

Do ćwiczeń rekreacyjnych na świeżym powietrzu dla osób dorosłych i dzieci powyżej 14 roku życia.

SPOSÓB ĆWICZEŃ

Stań przodem do urządzenia. Złap rękoma za uchwyty i obracaj kołem w prawo a następnie w lewo.

EFEKT ĆWICZEŃ

Wzmacnia i poprawia pracę nadgarstków, łokci, ramion oraz bioder.

DANE TECHNICZNE

WYMIARY ZE SŁUPEM

długość: 563 mm x szerokość: 1030 mm x wysokość: 2010 mm
wysokość słupa nad poziom gruntu: 1520 mm

ILOŚĆ ĆWICZĄCYCH

jednocześnie 1 osoba

KOLORYSTYKA

active blue (niebieski),

OBCIĄŻENIE

max 155 kg

NORMA BEZPIECZEŃSTWA

DIN 79000:2012-05

SPOSÓB OSADZENIA

fundament żelbetowy

GŁĘBOKOŚĆ POSADOWIENIA

1,2 m

MATERIAŁY

Słup ze stali konstrukcyjnej o wzmocnionej wytrzymałości S355J2G3 – \varnothing 193,7 x 4,0 mm. Konstrukcja nośna ze stalowych rur \varnothing 60,3 x 3,2 mm. Uchwyty i pozostałe elementy rurowe z rur \varnothing 31,8 x 3,6 mm, oraz \varnothing 48,3 x 3,2 mm. Śruby ze stali nierdzewnej A2. Nakrętki kołpakowe ocynkowane oraz nakrętki samo kontrolujące zabezpieczone przed odkręceniem i nakładki z tworzywa sztucznego na te nakrętki. Zabezpieczenie antykorozyjne poprzez kataforezę. Powłoka zewnętrzna – farby proszkowe poliestrowe. Wszystkie ruchome połączenia urządzeń wyposażone są w łożyska kryte typu 2RS.

Rowerek klasyczny



PRZEZNACZENIE

Do ćwiczeń rekreacyjnych na świeżym powietrzu dla osób dorosłych i dzieci powyżej 14 roku życia.

SPOSÓB ĆWICZEŃ

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

EFEKT ĆWICZEŃ

Wzmacnia mięśnie kończyn dolnych oraz poprawia krążenie.

DANE TECHNICZNE

WYMIARY ZE SŁUPEM

długość: 1651 mm x szerokość: 518 mm x wysokość: 1520 mm
wysokość słupa nad poziom gruntu: 1520 mm

ILOŚĆ ĆWICZĄCYCH

jednocześnie 1 osoba

KOLORYSTYKA

active blue (niebieski),

OBCIĄŻENIE

max 155 kg

NORMA BEZPIECZEŃSTWA

DIN 79000:2012-05

SPOSÓB OSADZENIA

fundament żelbetowy

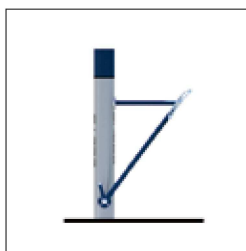
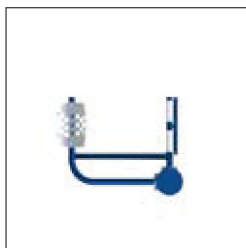
GŁĘBOKOŚĆ POSADOWIENIA

1,2 m

MATERIAŁY

Słup ze stali konstrukcyjnej o wzmocnionej wytrzymałości S355J2G3 – \varnothing 193,7 x 4,0 mm. Konstrukcja nośna ze stalowych rur \varnothing 60,3 x 3,2 mm. Uchwyty i pozostałe elementy rurowe z rur \varnothing 31,8 x 3,6 mm, oraz \varnothing 48,3 x 3,2 mm. Siedziska i oparcia ze stali nierdzewnej 1.4301 (X5CrNi18-10). Śruby ze stali nierdzewnej A2. Nakrętki kołpakowe ocynkowane oraz nakrętki samo kontruujące zabezpieczone przed odkręceniem i nakładki z tworzywa sztucznego na te nakrętki. Zabezpieczenie antykorozyjne poprzez kataforezę. Powłoka zewnętrzna – farby proszkowe poliestrowe.

Prostownik pleców



PRZEZNACZENIE

Do ćwiczeń rekreacyjnych na świeżym powietrzu dla osób dorosłych i dzieci powyżej 14 roku życia.

SPOSÓB ĆWICZEŃ

Stań na podnóżkach, oprzyj ciało na ławeczce, twarzą skierowaną w dół. Złap się rękoma za głowę. Powoli, płynnymi ruchami, podnoś i opuszczaj ciało.

EFEKT ĆWICZEŃ

Wzmacnia mięśnie pleców w odcinku krzyżowo-lędźwiowym oraz mięśnie brzucha.

DANE TECHNICZNE

WYMIARY ZE SŁUPEM

długość: 925 mm x szerokość: 485 mm x wysokość: 1520 mm
wysokość słupa nad poziom gruntu: 1520 mm

ILOŚĆ ĆWICZĄCYCH

jednocześnie 1 osoba

KOLORYSTYKA

active blue (niebieski),

OBCIĄŻENIE

max 155 kg

NORMA BEZPIECZEŃSTWA

DIN 79000:2012-05

SPOSÓB OSADZENIA

fundament żelbetowy

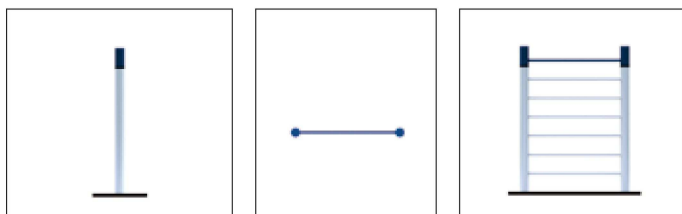
GŁĘBOKOŚĆ POSADOWIENIA

1,2 m

MATERIAŁY

Słup ze stali konstrukcyjnej o wzmocnionej wytrzymałości S355J2G3 – \varnothing 193,7 x 4,0 mm. Konstrukcja nośna ze stalowych rur \varnothing 60,3 x 3,2 mm. Uchwyty i pozostałe elementy rurowe z rur \varnothing 31,8 x 3,6 mm, oraz \varnothing 48,3 x 3,2 mm. Siedziska i oparcia ze stali nierdzewnej 1.4301 (X5CrNi18-10). Śruby ze stali nierdzewnej A2. Nakrętki kołpakowe ocynkowane oraz nakrętki samo kontrolujące zabezpieczone przed odkręceniem i nakładki z tworzywa sztucznego na te nakrętki. Zabezpieczenie antykorozyjne poprzez kataforezę. Powłoka zewnętrzna – farby proszkowe poliestrowe.

Drabinki



PRZEZNACZENIE

Do ćwiczeń rekreacyjnych na świeżym powietrzu dla osób dorosłych i dzieci powyżej 14 roku życia.

SPOSÓB ĆWICZEŃ

Stań tyłem do urządzenia. Wyciągnij ręce do góry, złap za szczebel i zacznij podciągać nogi do góry.

EFEKT ĆWICZEŃ

Wzmacnia i buduje mięśnie brzucha, pleców i ramion.

DANE TECHNICZNE

WYMIARY

długość: 1172 mm x szerokość: 100 mm x wysokość: 2020 mm

ILOŚĆ ĆWICZĄCYCH

jednocześnie 1 osoba

KOLORYSTYKA

active blue (niebieski),

OBCIĄŻENIE

max 155 kg

NORMA BEZPIECZEŃSTWA

DIN 79000:2012-05

SPOSÓB OSADZENIA

fundament żelbetowy

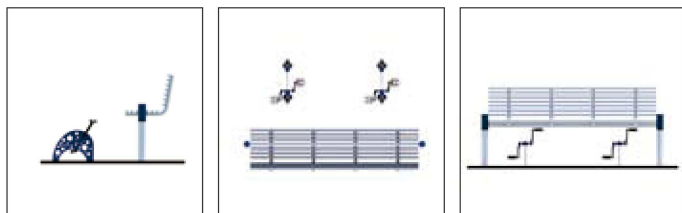
GŁĘBOKOŚĆ POSADOWIENIA

1,2 m

MATERIAŁY

Słup ze stali konstrukcyjnej o wzmocnionej wytrzymałości S355J2G3 – \varnothing 193,7 x 4,0 mm. Konstrukcja nośna ze stalowych rur \varnothing 60,3 x 3,2 mm. Uchwyty i pozostałe elementy rurowe z rur \varnothing 31,8 x 3,6 mm, oraz \varnothing 48,3 x 3,2 mm. Zabezpieczenie antykorozyjne poprzez katalforezę. Powłoka zewnętrzna – farby proszkowe poliestrowe.

Ławka z rowerkiem



PRZEZNACZENIE

Do ćwiczeń rekreacyjnych na świeżym powietrzu dla osób dorosłych i dzieci powyżej 14 roku życia.

SPOSÓB ĆWICZEŃ

Usiądź wygodnie na ławce. Stopy oprzyj na pedałach i zacznij kręcić.

EFEKT ĆWICZEŃ

Wzmacnia i buduje mięśnie nóg, poprawia krążenie.

DANE TECHNICZNE

WYMIARY

długość ławki: 1952 mm, wysokość ławki: 842 mm, wysokość siedziska: 514 mm, odległość pedałów od ławki: 566 mm, rozstaw pedałów: 1010 mm

ILOŚĆ ĆWICZĄCYCH

jednocześnie 2 osoby

KOLORYSTYKA

active blue (niebieski),

OBCIĄŻENIE

max 155 kg

NORMA BEZPIECZEŃSTWA

DIN 79000:2012-05

SPOSÓB OSADZENIA

fundament żelbetowy

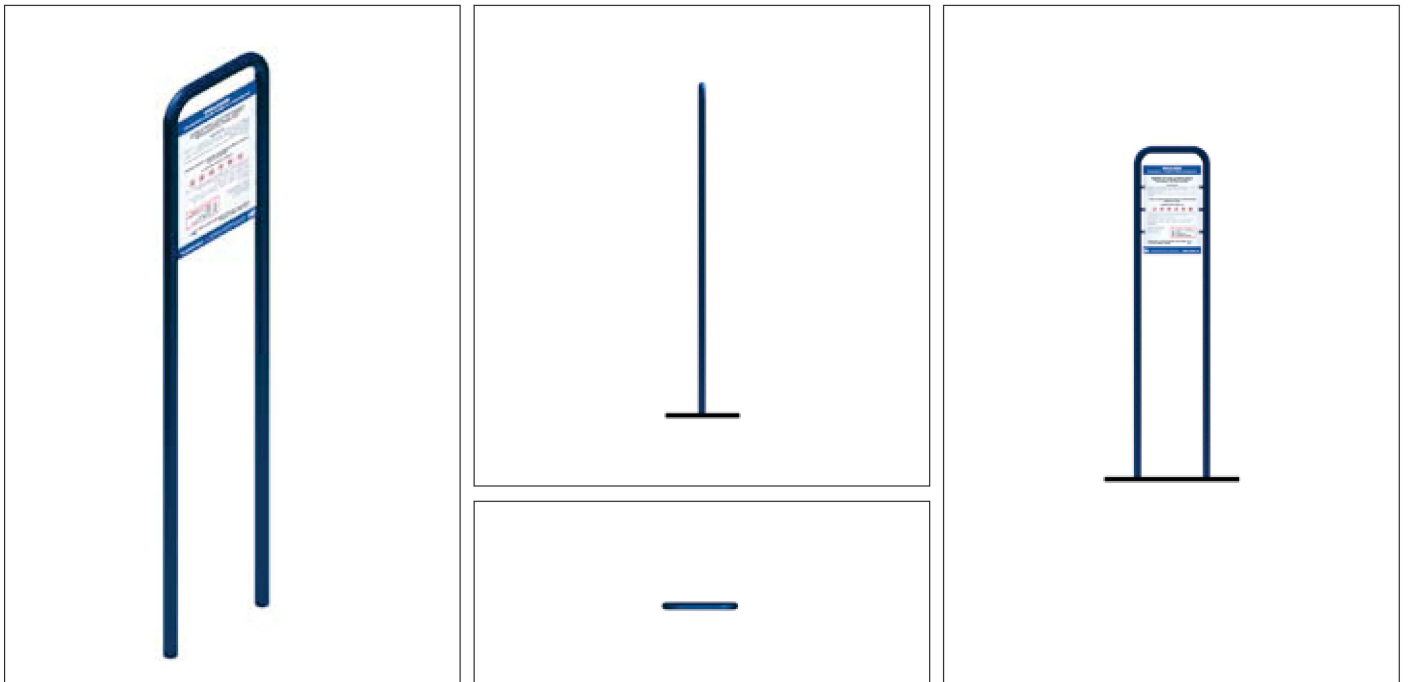
GŁĘBOKOŚĆ POSADOWIENIA

1,2 m

MATERIAŁY

Słup ze stali konstrukcyjnej o wzmocnionej wytrzymałości S355J2G3 – \varnothing 193,7 x 4,0 mm. Konstrukcja nośna ze stalowych rur \varnothing 60,3 x 3,2 mm. Uchwyty i pozostałe elementy rurowe z rur \varnothing 31,8 x 3,6 mm, oraz \varnothing 48,3 x 3,2 mm. Śruby ze stali nierdzewnej A2. Nakrętki kołpakowe ocynkowane oraz nakrętki samo kontrolujące zabezpieczone przed odkręceniem i nakładki z tworzywa sztucznego na te nakrętki. Zabezpieczenie antykorozyjne poprzez katalforezę. Powłoka zewnętrzna – farby proszkowe poliestrowe.

Tablica



PRZEZNACZENIE

Regulamin siłowni zewnętrznej

DANE TECHNICZNE

WYMIARY długość: 560 mm x szerokość: 60,3 mm x wysokość: 2010 mm

KOLORYSTYKA active blue (niebieski),

SPOSÓB OSADZENIA fundament żelbetowy

GŁĘBOKOŚĆ POSADOWIENIA 1,2 m

MATERIAŁY Konstrukcja nośna ze stalowych rur galwanizowanych, o przekroju min. 110 mm. o grubości ścianki min 3 mm. Konstrukcja dwustronna, umożliwiająca umieszczenie treści z dwóch stron, o wypełnieniu z blachy ocynkowanej o wym. nie mniej niż 170 cm x 40 cm. Śruby ze stali nierdzewnej A2. Zabezpieczenie antykorozyjne poprzez kataforezę. Powłoka zewnętrzna – farby proszkowe poliestrowe.

INFORMACJA
dotycząca
BEZPIECZEŃSTWA i OCHRONY ZDROWIA

do projektu zagospodarowania terenu

Nazwa i adres obiektu:

Budowa siłowni zewnętrznych w Dźwirzynie

- 1) Gm. Kołobrzeg, obr. Dźwirzyno, ul. Wyzwolenia, dz. nr 43/5 i 43/9
- 2) Gm. Kołobrzeg, obr. Dźwirzyno, ul. Hanki Sawickiej, dz. nr 200/13

Inwestor:

Gmina Kołobrzeg
Urząd Gminy Kołobrzeg, Kołobrzeg, ul. Trzebiatowska 48A

Opracował:

inż. Jan Orczykowski
zam.: Kołobrzeg, ul. Ogrodowa 27B/11

Jednostka projektowa:

Pracownia Projektowa inż. Jan Orczykowski
Kołobrzeg, ul. Wąska 16
tel.: 94 3545917

1. Zakres robót:

- przygotowanie miejsca budowy, zabezpieczenie terenu,
- wykopy punktowe i wykonanie fundamentów pod urządzenia,
- montaż elementów wyposażenia,
- rekultywacja terenu,
- uporządkowanie terenu po robotach budowlanych.

Zakres i kolejność realizacji robót może ulec zmianie, zgodnie z przyjętymi technologią, materiałami i harmonogramem robót.

2. Istniejące obiekty:

- w bezpośrednim miejscu inwestycji: brak,
- w bliskim sąsiedztwie znajduje się uzbrojenie terenu w postaci zewnętrznych instalacji kanalizacji deszczowej i kabli elektroenergetycznych.

3. Elementy zagospodarowania terenu mogące stwarzać zagrożenie dla bezpieczeństwa i zdrowia ludzi:

- istniejące: - brak,
- projektowane: - brak,
- występujące tymczasowo:
 - głębokie wykopy,
 - dźwig budowlany,
 - składowiska materiałów.

4. Przewidywane zagrożenia występujące podczas realizacji robót budowlanych:

- wypadki związane z użyciem urządzeń mechanicznych (elektrycznych) – podczas całego procesu budowy,
- przygniecenia, potrącenia, itp. – podczas całego procesu budowy,
- losowe zdarzenia medyczne (zastąpienia, omdlenia) – podczas całego procesu budowy.

5. Sposób prowadzenia instruktażu pracowników:

- pracowników należy szczegółowo zapoznać z całym procesem budowlanym przed jego rozpoczęciem,
- pracownicy powinni zapoznać się z obsługą stosowanych urządzeń (w razie potrzeby przeszkoleni),
- pracownicy powinni być przeszkoleni w zakresie udzielania pierwszej pomocy i postępowania w razie wypadku.

6. Środki techniczne i organizacyjne zapobiegające niebezpieczeństwom wynikającym z wykonywania robót budowlanych:

- przy pracach budowlanych mogą być zatrudnieni wyłącznie pracownicy posiadający odpowiednie kwalifikacje (przeszkolenie),
- należy stosować się do wskazówek producentów materiałów, technologii i urządzeń,
- miejsca składowania materiałów należy zabezpieczyć przed przypadkowym przewróceniem (rozsypaniem) składowanych materiałów,
- należy sprawdzić stan techniczny sprzętu mechanicznego i elektrycznego przed jego użyciem,
- teren budowy powinien być zabezpieczony przed dostępem osób niepowołanych i zwierząt,
- na placu budowy należy wyznaczyć drogi ewakuacyjne oraz zapewnić dostęp dla służb ratowniczych,
- na placu budowy powinien znajdować się podstawowy sprzęt ratunkowy (apteczka) oraz być zapewniony dostęp do środków komunikacji (telefon, radiotelefon).

Kołobrzeg, luty 2015 r.

Opracował:

Oświadczenie

Niniejszy projekt zagospodarowania terenu:

***Budowa siłowni zewnętrznych w Dźwirzynie
(budowa obiektów małej architektury)***

1) Gm. Kołobrzeg, obr. Dźwirzyno, ul. Wyzwolenia, dz. nr 43/5 i 43/9

2) Gm. Kołobrzeg, obr. Dźwirzyno, ul. Hanki Sawickiej, dz. nr 200/13

został sporządzony zgodnie z obowiązującymi przepisami oraz zasadami wiedzy technicznej.

Kołobrzeg, luty 2015 r.

Opracował

inż. Jan Orczykowski

(upr. w spec. konstr.-bud. nr A/PNB/8300/205/81)

A/ENB/8300/205/81

Nr

STWIERDZENIE PRZYGOTOWANIA ZAWODOWEGO do pełnienia samodzielnych funkcji technicznych w budownictwie

Na podstawie § 2 ust. 1 i § 13 ust. 1 pkt 2 rozporządzenia Ministra Gospodarki Terenowej i Ochrony Środowiska z dnia 20 lutego 1975 r. w sprawie samodzielnych funkcji technicznych w budownictwie (Dz. U. Nr 8, poz. 46) stwierdza się, że

Jan O R C Z Y K O W S K I

Obywatel

(wymienić imię - imiona i nazwisko)
inżynier budownictwa

urodzony dnia

19 kwietnia 1948 r. Choszczno

posiada przygotowanie zawodowe upoważniające do wykonywania samodzielnej funkcji

Projektanta

w specjalności

(określić rodzaj funkcji)
konstrukcyjno - budowlanej

(określić rodzaj specjalności techniczno-budowlanej lub specjalizacji zawodowej)

Jan O R C Z Y K O W S K I

Obywatel

jest upoważniony do:

(imię-imiona i nazwisko)

1/ sporządzania projektów w zakresie rozwiązań konstrukcyjno-budowlanych budynków oraz innych budowli, z wyłączeniem linii, węzłów i stacji kolejowych, dróg oraz lotniskowych dróg startowych i manipulacyjnych, mostów budowli hydrotechnicznych i melioracji wodnych,

2/ do sporządzania w budownictwie osób fizycznych projektów w zakresie rozwiązań architektonicznych:

- a/ budynków inwentarskich i gospodarczych, adaptacji projektów typowych i powtarzalnych innych budynków oraz sporządzania planów zagospodarowania działki związanych z realizacją tych budynków,
- b/ budowli nie będących budynkami,

3/ w budownictwie osób fizycznych - do kierowania, nadzorowania i kontrolowania wytwarzania konstrukcyjnych elementów budowlanych oraz oceniania i badania stanu technicznego obiektów budowlanych.

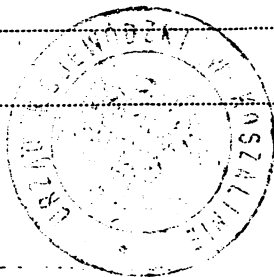
Otrzymuje:

1/ Jan Orczykowski

Kołobrzeg

ul. Bieruta 17/36

2/a/a



dyr. J. Kobyliński
Z-ca Głównego Architekta Województwa



Zaświadczenie

o numerze weryfikacyjnym:

ZAP-55H-CK6-4CX *

Pan Jan ORCZYKOWSKI o numerze ewidencyjnym ZAP/BO/2189/01
adres zamieszkania ul. Ogrodowa 27 B/11, 78-100 KOŁOBRZEG
jest członkiem Zachodniopomorskiej Okręgowej Izby Inżynierów Budownictwa i posiada
wymagane ubezpieczenie od odpowiedzialności cywilnej.
Niniejsze zaświadczenie jest ważne od 2015-01-01 do 2015-12-31.

Zaświadczenie zostało wygenerowane elektronicznie i opatrzone bezpiecznym podpisem elektronicznym weryfikowanym przy pomocy ważnego kwalifikowanego certyfikatu w dniu 2014-12-16 roku przez:

Zygmunt Meyer, Przewodniczący Rady Zachodniopomorskiej Okręgowej Izby Inżynierów Budownictwa.

(Zgodnie art. 5 ust 2 ustawy z dnia 18 września 2001 r. o podpisie elektronicznym (Dz. U. 2001 Nr 130 poz. 1450) dane w postaci elektronicznej opatrzone bezpiecznym podpisem elektronicznym weryfikowanym przy pomocy ważnego kwalifikowanego certyfikatu są równoważne pod względem skutków prawnych dokumentom opatrzonym podpisami własnoręcznymi.)

* Weryfikację poprawności danych w niniejszym zaświadczeniu można sprawdzić za pomocą numeru weryfikacyjnego zaświadczenia na stronie Polskiej Izby Inżynierów Budownictwa www.piib.org.pl lub kontaktując się z biurem właściwej Okręgowej Izby Inżynierów Budownictwa.