

Inwestor :
Gmina Sokołów Małopolski
36-050 Sokołów Młp.
ul. Rynek 1


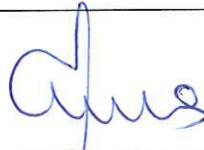
Egz. nr 3

PROJEKT BUDOWLANY

Budowa obiektów małej architektury
w gminie Sokołów Małopolski w miejscowości
Sokołów Małopolski
na działce ew. nr 4072

STAROSTWO POWIATOWE W RZESZOWIE Z up. STAROSTY mgr inż. Andrzej Tur <small>NACZELNIK WYDZIAŁU BUDOWNICTWA I ARCHITEKTURY</small>	Załącznik nr 1 do zgłoszenia nr AD 67432.13.2018 z dnia 15.02.2018 w sprawie: przyjęcia zgłoszenia o przystąpieniu do bud. obiektów małej archi. dla G. Gullip
--	--

Adres inwestycji:
Sokołów Małopolski, dz. ew. nr 4072

	Imię i Nazwisko	Uprawnienia	Podpis
<u>Opracował:</u>	mgr inż. Paulina Dec	-	
<u>Projektował:</u>	mgr inż. Marta Malec	AB 341/94	

Sokołów Małopolski - luty 2018 r.

PROJEKT ZAWIERA:

I. Część formalno – prawna.

1.1 Oświadczenie projektanta.

1.2 Uprawnienia budowlane projektanta.

1.3 Zaświadczenie o przynależności projektanta do Polskiej Izby Inżynierów Budownictwa.

II. Część opisowa do Projektu zagospodarowania terenu.

III. Część rysunkowa.

Rys. Nr 1 Projekt zagospodarowania terenu.

1. Podstawa opracowania.

- Zlecenie Inwestora.
- Wytyczne producenta.
- Mapa do celów projektowych w skali 1:500.
- Obowiązujące normy i przepisy.

2. Przedmiot inwestycji

Przedmiotem inwestycji jest budowa obiektów małej architektury – urządzeń siłowni zewnętrznej oraz strefy relaksu na dz. ew. nr 4072 położonej w miejscowości Sokołów Małopolski, gmina Sokołów Małopolski.

3. Istniejący stan zagospodarowania działki.

Teren na którym projektuje się plac siłowni zewnętrznej i strefy relaksu znajduje się w bezpośrednim sąsiedztwie Środowiskowego Domu Samopomocy oraz budynku Miejsko Gminnego Ośrodka Kultury Sportu i Rekreacji w Sokołowie Małopolskim. Teren ogrodzony, płaski, porośnięty trawą, z dojazdami komunikacyjnymi na całym terenie. Istniejący dojazd bezpośrednio z drogi publicznej DK19, do istniejącego parkingu. Teren nie jest objęty miejscowym planem zagospodarowania przestrzennego.

Na terenie przeznaczonym pod budowę siłowni zewnętrznej i strefy relaksu znajduje się nieużytkowany rurociąg kanalizacji ogólnospławnej ks 150 oraz istniejący gazociąg niskiego ciśnienia dn 32 mm oraz dn 110. Istniejące gazociągi nie będą kolidować z planowaną inwestycją, ponieważ fundamenty pod projektowane urządzenia usytuowane będą minimum 30 m od istniejących rurociągów gazowych. Przed przystąpieniem do wykonywania robót Wykonawca zobowiązany jest sprawdzić rzeczywiste usytuowanie istniejącego uzbrojenia podziemnego.

4. Opis projektowanego zagospodarowania działki.

Na działce ew. nr 4072 projektuje się urządzenia siłowni plenerowej. Urządzenia montowane będą na fundamentach betonowych, z betonu klasy B15/B20 o wymiarach 0,5 x 0,5 o głębokości 0,5 - 0,7 m. W obrębie stref bezpieczeństwa projektowanych urządzeń przewiduje się nawierzchnię przeciw urazową, tj.: piaskową, lub poliuretanową lub trawiastą. Teren nie wymaga wykonania ogrodzenia ani dojeżdż komunikacyjnych. Planuje się jedynie nasadzenie zieleni na części obszaru objętego inwestycją.

Jako wyposażenie siłowni przyjęto 13 różnych urządzeń służących do poprawy kondycji i koordynacji, wzmocnienia mięśni kręgosłupa, rozwijania mięśni ramion, barków, klatki piersiowej, pleców oraz brzucha. Przy lokalizacji urządzeń należy zachować zalecane przez producenta strefy bezpieczeństwa. W strefie relaksu znajdować się będą 4 ławki z oparciem, betonowe urządzenie do gry edukacyjnej planszowej oraz betonowy stół do gry w tenisa stołowego.

5. Wykaz szczegółowych danych technicznych projektowanych urządzeń.

5.1 Wytyczne ogólne

Urządzenia wykorzystane do budowy siłowni plenerowej muszą być odporne na warunki atmosferyczne i próby zniszczenia, o dużej trwałości zapewniające długie, bezpieczne użytkowanie. Dla potrzeb projektu przyjęto urządzenia znajdujące się w ofercie handlowej firmy MARPIS. Dopuszcza się możliwość zamontowania urządzeń dowolnego producenta, z zastrzeżeniem, że urządzenia te będą mieć taką samą funkcjonalność i przeznaczenie, ponadto muszą być zgodne z przepisami prawnymi dopuszczającymi do wbudowania i użytkowania, i zapisami niniejszego punktu.

Zastosowane urządzenia muszą być możliwe do ulokowania zgodnie z Projektem Zagospodarowania Terenu (Rys. nr 1). W przypadku zastosowania urządzeń innego producenta wymaga się zamontowania urządzeń w systemie właściwym dla urządzeń danego producenta.

Dopuszcza się odmienny niż przedstawiony w punkcie 5.2 sposób montażu, kotwienia i fundamentowania urządzeń pod warunkiem spełnienia wymogów, o których mowa w niniejszym punkcie.

Konstrukcja siłowni plenerowych: stal malowana proszkowo, poddana obróbce strumieniowo – ściernej, tworzywo HDPE (LLDPE) Wszystkie urządzenia muszą posiadać certyfikat na zgodność z normami polskimi i europejskimi PN-EN 1176-1:2009, PN-EN 1176-7:2009, potwierdzającymi, spełnienie wymagań bezpieczeństwa.

5.2 Szczegółowy opis urządzeń

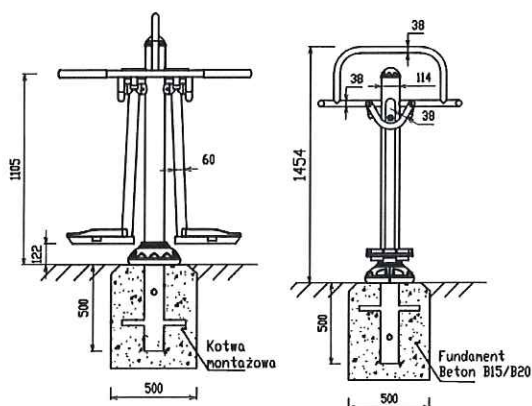
W siłowni zewnętrznej oraz strefie relaksu w miejscowości Sokołów Małopolski na dz. ew. nr 4072 zamontowane zostaną następujące rodzaje urządzeń do ćwiczeń fizycznych:

5.2.1. Wahadło + stepper

Nazwa urządzenia : **WAHADŁO + STEPPER**



Wahadło + Stepper



OPIS TECHNICZNY WAHADŁO + STEPPER

Wymiary urządzenia: 1125mm x 896mm

Wysokość całkowita: 1450mm

Strefa funkcjonowania: 3000mm x 3200mm

Istnieje możliwość wykonania urządzenia na PYLONIE

MATERIAŁY KONSTRUKCYJNE

Konstrukcja nośna wykonana z rur stalowych o przekroju $\phi 114$, $\phi 60$, $\phi 48$, $\phi 38$.

Zakończenia rur zaślepione. Stopnice (talerzyki obrotowe) wykonane z płyty HDPE.

Nakrętki kołpakowe ze stali nierdzewnej zabezpieczone przed odkręcaniem, łożyska zamknięte bezobsługowe.

Wszystkie elementy metalowe poddane obróbce strumieniowo- ścierniej a następnie malowane proszkowo podkładem cynkowym oraz farbą proszkową poliestrową odporną na warunki atmosferyczne i promienie UV.

Urządzenie przykręcane do kotwy stalowej zamontowanej na stałe w betonowych fundamentach.

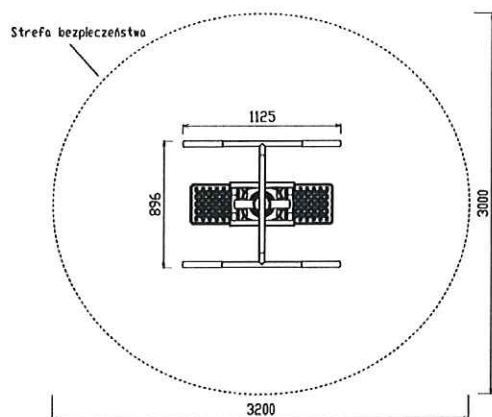
Urządzenie zgodne z normą PN-EN 16630:2015-06.

OPIS FUNKCJONALNY URZĄDZENIA

Urządzenie wzmacnia mięśnie brzucha, bioder i tułowia;

- korzystnie wpływa na układ krążeniowo-oddechowy
- poprawia koordynację ruchową
- wspomaga redukcję tkanki tłuszczowej
- wzmacnia mięśnie łydki i m. śródstopia

UŻYTKOWNICY



Osoby powyżej 14 roku życia i min. 140 cm wzrostu

Z urządzenia może korzystać tylko jedna osoba.

Dopuszczalne obciążenie urządzenia:
maksymalnie 120kg

SPOSÓB UŻYTKOWANIA

Wahadło: Chwyćmy oburącz poręcz. Stopami stajemy na podeście i wykonujemy wahadłowe ruchy bioder.

Stepper: Chwyćmy oburącz poręcz. Stopami stajemy na podeście i wykonujemy ruchy na przemian stopami.

MONTAŻ

W stopie betonowej z betonu klasy B15/B20 (głębokość posadowienia 0,5-0,7m)

5.2.2. Biegacz

Wariant A



Wariant B



Wariant C

Biegacz PODWÓJNY



OPIS TECHNICZNY BIEGACZ

Wymiary urządzenia: 1200mm x 7500mm

Wysokość całkowita: 1350mm

Strefa funkcjonowania: 3000mm x 3200mm

Urządzenie zgodne z normą PN-EN 16630:2015-06

MATERIAŁY KONSTRUKCYJNE

Konstrukcja nośna wykonana z rur stalowych o przekroju $\phi 114$, $\phi 60$, $\phi 48$, $\phi 38$.

Zakończenia rur zaślepione. Stopnice (talerzyki obrotowe) wykonane z płyty HDPE. Nakrętki kołpakowe ze stali nierdzewnej zabezpieczone przed odkręcaniem, łożyska zamknięte bezobsługowe.

Wszystkie elementy metalowe poddane obróbce strumieniowo-ścierniej a następnie malowane

proszkowo podkładem cynkowym oraz farbą proszkową poliestrową odporną na warunki atmosferyczne i promienie UV.

Urządzenie przykręcane do kotwy stalowej zamontowanej na stałe w betonowych fundamentach.

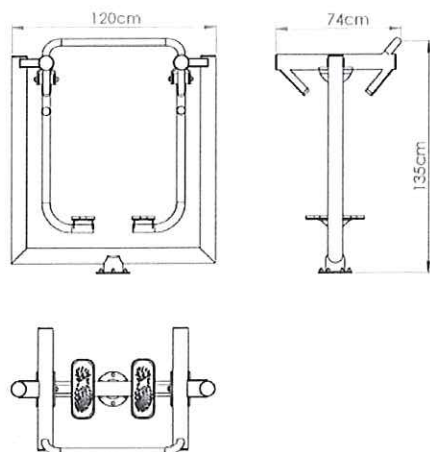
OPIS FUNKCYJONALNY URZĄDZENIA

Urządzenie wzmacnia mięśnie brzucha, bioder

i tułowia;

- korzystnie wpływa na układ krążeniowo-oddechowy

- poprawia koordynację ruchową



- wspomaga redukcję tkanki tłuszczowej

UŻYTKOWNICY

Osoby powyżej 14 roku życia i min. 140 cm wzrostu. Z urządzenia może korzystać tylko jedna osoba.

Dopuszczalne obciążenie urządzenia: maksymalnie 120kg

SPOSÓB UŻYTKOWANIA

Chwyćmy oburącz poręcz, ustaw stopy na podestach.

Wyprostuj plecy i wykonuj naprzemienne ruchy nóg w przód i tył.

MONTAŻ

W stopie betonowej z betonu klasy B15/B20 (głębokość posadowienia 0,5-0,7m)

5.2.3. Jeździec / rowerek – szt. 2

Nazwa urządzenia: JEŹDZIEC/ROWEREK



JEŹDZIEC



ROWEREK

OPIS TECHNICZNY Jeździec / rowerek

Wymiary urządzenia: dług. 850 mm x szer. 605mm

Wysokość całkowita: 1210 mm

Strefa funkcjonowania: 2700 mm x 2850 mm (≈7,70 m²)

MATERIAŁY KONSTRUKCYJNE

Rury konstrukcyjne o wymiarach $\phi 114$, $\phi 60$, $\phi 48$, $\phi 32$

Śruby osłonięte zaślepkami z tworzywa

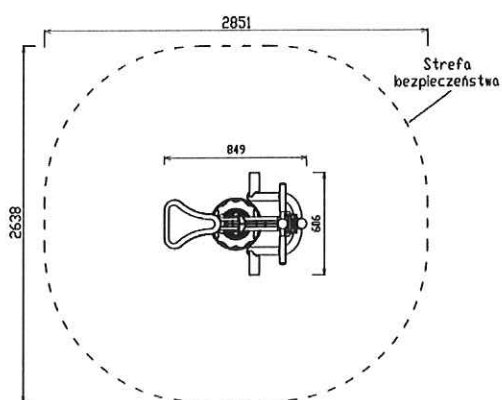
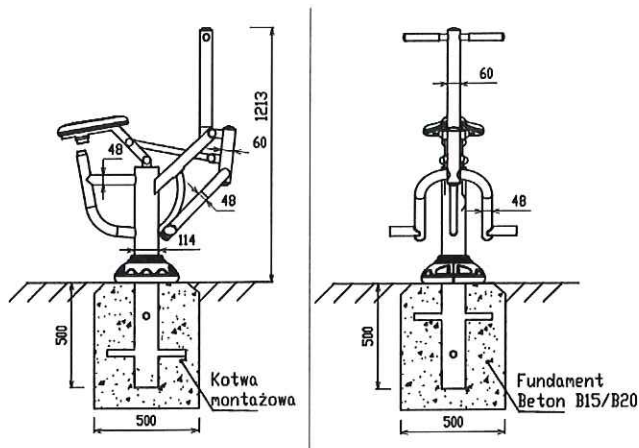
Uchwyty i siedziska wykonane z tworzywa i gumy.

OPIS FUNKCJONALNY URZĄDZENIA

Kompleksowe ćwiczenie wzmacniające mięśnie kończyn dolnych, ramion, obręczy barkowej oraz mięśni brzucha.

UŻYTKOWNICY

Osoby powyżej 14 roku życia i minimum 140 cm wzrostu



5.2.4. Ławeczka + prostownik pleców

Nazwa urządzenia: **ŁAWECZKA+PROSTOWNIK PLECÓW**



Z pojedynczego urządzenia może korzystać tylko jedna osoba.

Dopuszczalne obciążenie urządzenia:
maksymalnie 120 kg

MONTAŻ

W stopie betonowej z betonu klasy B15/B20

(głębokość posadowienia 0,5-0,7m)

SPOSÓB UŻYTKOWANIA

Usiądź stabilnie na siodełku, chwyć rękoma za uchwyt oburącz i wykonuj płynne ruchy przyciągając uchwyty rękami w przód i w tył. Podczas wykonywania ćwiczenia można pomagać sobie nogami na zmianę ciągnąc i odpychając drążki.

OPIS TECHNICZNY

ŁAWECZKA+PROSTOWNIK PLECÓW

Wysokość: 175 cm

Szerokość: 160 cm

Długość: 140 cm

STREFA UŻYTKOWANIA: 460 cm x 440 cm

WYS. SWOBODNEGO UPADKU: 60 cm

Urządzenie zgodne z normą PN-EN 16630:2015-06.

MATERIAŁY KONSTRUKCYJNE

Konstrukcja nośna wykonana z rur stalowych o przekroju $\phi 90$, $\phi 50$, $\phi 38$ mm ($\phi 32$ mm).

Zakończenia rur zaślepione. Nakrętki

MONTAŻ

W stopie betonowej z betonu klasy B15/B20
(głębokość posadowienia 0,5-0,7m)

UŻYTKOWNICY

Osoby powyżej 14 roku życia i min. 140 cm wzrostu

Z urządzenia może korzystać tylko jedna osoba.

Dopuszczalne obciążenie urządzenia:
maksymalnie 120kg

kołpakowe ze stali nierdzewnej zabezpieczone przed odkręcaniem. Wszystkie elementy metalowe malowane podkładem cynkowym oraz farbą proszkową.

Urządzenie przykręcane do kotwy stalowej zamontowanej na stałe w betonowych fundamentach.

OPIS FUNKCJONALNY URZĄDZENIA

Ławeczka- wzmacnia mięśnie proste brzucha oraz mięśnie grzbietu, głównie w odcinku lędźwiowym kręgosłupa i mięśnie kończyn dolnych. Kształtuje sylwetkę oraz pomaga utrzymać prawidłową postawę ciała.

Prostownik pleców - Wzmacnia mięśnie grzbietu, głównie prostowniki grzbietu oraz w niewielkim stopniu angażuje do pracy mięśnie kończyn dolnych. Ćwiczenie ma istotne znaczenie w utrzymaniu prawidłowej postawy ciała oraz w walce z dolegliwościami kręgosłupa.

SPOSÓB UŻYTKOWANIA

Ławeczka

I-Położ się na ławce twarzą do góry, zaczepek stopy o poprzeczkę.

Ręce połóż za głowę lub skrzyżuj na klatce piersiowej. Podnoś powoli tułów do góry kilkanaście centymetrów nad powierzchnią ławki, następnie powoli opuść tułów na ławkę.

II-Położ się na ławce twarzą do dołu tak, aby tylko tułów znajdował się na urządzeniu, chwyć prostymi ramionami ławkę. Nie zadzierając głowy podnoś złączone nogi w górę i powoli opuszczaj.

Prostownik pleców

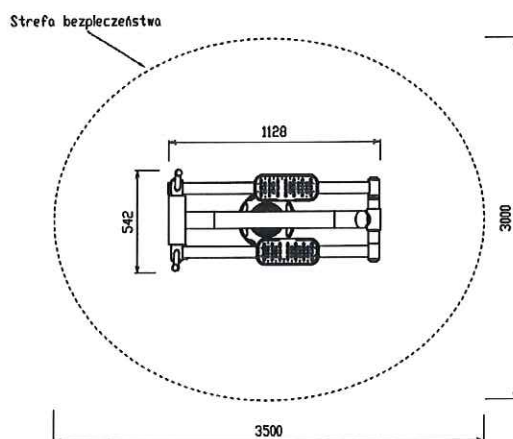
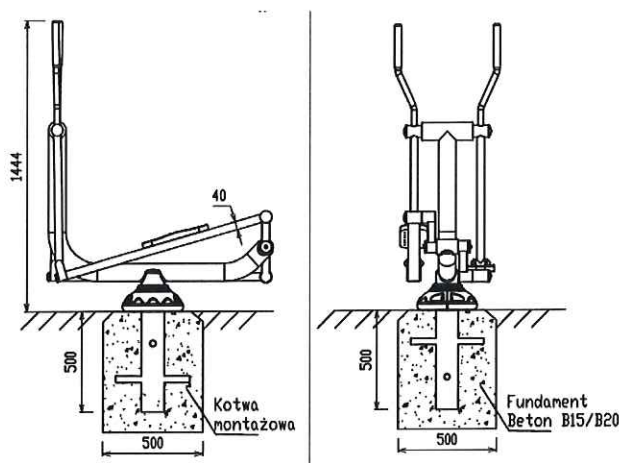
Stań na stabilnie na podeście, oprzyj biodra o ławkę twarzą do dołu. Zaprzyj nogi o poprzeczkę.

Dłonie spleć za głowę lub skrzyżuj je na klatce piersiowej.

Płynnym i powolnym ruchem wykonuj pełne opady tułowia w dół i w górę.

5.2.5. Orbitrek

Nazwa urządzenia: **ORBITREK**



OPIS TECHNICZNY: Orbitrek

Wymiary urządzenia: 1128 mm x 542 mm

Wysokość całkowita: 1444 mm

Strefa funkcjonowania: 3500 mm x 3000 mm

MATERIAŁY KONSTRUKCYJNE

Konstrukcja nośna wykonana z rur stalowych o przekroju $\phi 114$, $\phi 89$, $\phi 60$, $\phi 48$, $\phi 32$.

Zakończenia rur zaślepione. Stopnice i siedziska wykonane z płyty HDPE lub z tworzywa LLDPE lub blachy o gr 3mm.

Nakrętki kołpakowe ze stali nierdzewnej zabezpieczone przed odkręcaniem, łożyska zamknięte bezobsługowe.

Urządzenie wyposażone w amortyzatory gumowe tłumiące uderzenia.

Wszystkie elementy metalowe poddane obróbce strumieniowo- ścierniej a następnie malowane proszkowo podkładem cynkowym oraz farbą proszkową poliestrową odporną na warunki atmosferyczne i promienie UV.

Urządzenie przykręcane do kotwy stalowej zamontowanej na stałe w betonowych fundamentach.

Urządzenie zgodne z normą PN-EN 16630:2015-06.

OPIS FUNKCJONALNY URZĄDZENIA

Urządzenie wzmacnia mięśnie nóg, ramion i tułowia;

- korzystnie wpływa na układ krążeniowo-oddechowy
- poprawia koordynację ruchową
- wspomaga redukcję tkanki tłuszczowej

UŻYTKOWNICY

Osoby powyżej 14 roku życia i min. 140 cm wzrostu

Z urządzenia może korzystać tylko jedna osoba.

Dopuszczalne obciążenie urządzenia: maksymalnie 120kg

SPÓSÓB UŻYTKOWANIA

Stajemy na podestach. Plecy wyprostowane, ręce ugięte w łokciach i wsparte na drążkach. Wykonujemy naprzemiennie, płynne ruchy nóg i rąk.

MONTAŻ

W stopie betonowej z betonu klasy B15/B20 (głębokość posadowienia 0,5-0,7m)

5.2.6. Wyciskanie siedząc

Nazwa urządzenia: **WYCISKANIE SIEDZĄC**



Wariant STANDARD (na rurze)



OPIS TECHNICZNY: WYCISKANIE SIEDZĄC

Wymiary urządzenia: 2000 mm x 950 mm X 650mm

Wysokość całkowita: 2000 mm

Strefa funkcjonowania: 4000 mm x 3500 mm

Urządzenie zgodne z normą PN-EN 16630:2015-06.

MATERIAŁY KONSTRUKCYJNE

Konstrukcja nośna wykonana z rur stalowych o przekroju $\phi 114$, $\phi 89$, $\phi 60$, $\phi 48$, $\phi 38$.

Zakończenia rur zaślepione. Siedziska i oparcie wykonane z płyty HDPE lub z tworzywa LLDPE lub blachy o gr 3mm.

Nakrętki kołpakowe ze stali nierdzewnej zabezpieczone przed odkręcaniem, łożyska zamknięte bezobsługowe.

Urządzenie wyposażone w amortyzatory gumowe tłumiące uderzenia.

Elementy metalowe malowane podkładem cynkowym oraz farbą proszkową poliestrową odporną na warunki atmosferyczne i promienie UV.

Urządzenie przykręcane do kotwy stalowej zamontowanej na stałe w betonowych fundamentach.

OPIS FUNKCYJONALNY URZĄDZENIA

Urządzenie spełnia następujące funkcje:

- wzmacnia górne partie mięśni pleców, klatki piersiowej
- wzmacnia i kształtuje mięśnie kończyn górnych, mięśnie obręczy barkowej i rąk
- doskonale kształtuje górną część tułowia
- korzystnie wpływa na układ krążeniowo-oddechowy
- poprawia koordynację ruchową
- wspomaga redukcję tkanki tłuszczowej

5.2.7. Motyl

Nazwa urządzenia: **MOTYL**



Wariant STANDARD (na rurze)

UŻYTKOWNICY

Osoby powyżej 14 roku życia i min. 140 cm wzrostu

Z urządzenia może korzystać tylko jedna osoba.

Dopuszczalne obciążenie urządzenia: maksymalnie 120kg

SPOSÓB UŻYTKOWANIA

Siadamy wygodnie na siedzisku, opieramy plecy.

Należy chwycić rękoma oburącz za dolną część uchwytów.

Płynnym i zdecydowanym ruchem odepchnij je od siebie, nie blokując łokci. Powoli wróć do pozycji wyjściowej, przytrzymując łokcie blisko klatki.

MONTAŻ

W stopie betonowej z betonu klasy B15/B20

(głębokość posadowienia 0,5-0,7m)

OPIS TECHNICZNY : MOTYL

Wymiary urządzenia: 2000 mm x 950 mm X 650mm

Wysokość całkowita: 2000 mm

Strefa funkcjonowania: 4000 mm x 3500 mm

Urządzenie zgodne z normą PN-EN 16630:2015-06.

MATERIAŁY KONSTRUKCYJNE

Konstrukcja nośna wykonana z rur stalowych o przekroju $\phi 114$, $\phi 89$, $\phi 60$, $\phi 48$, $\phi 38$.

Zakończenia rur zaślepione. Siedziska i oparcie wykonane z płyty HDPE lub z tworzywa LLDPE lub blachy o gr 3mm.

Nakrętki kołpakowe ze stali nierdzewnej zabezpieczone przed odkręcaniem, łożyska zamknięte bezobsługowe.

Urządzenie wyposażone w amortyzatory gumowe tłumiące uderzenia.



Wariant na PYLONIE

Elementy metalowe malowane podkładem cynkowym oraz farbą proszkową poliestrową odporną na warunki atmosferyczne i promienie UV.

Urządzenie przykręcane do kotwy stalowej zamontowanej na stałe w betonowych fundamentach.

OPIS FUNKCJONALNY URZĄDZENIA

Urządzenie spełnia następujące funkcje:

- wzmacnia górne partie mięśni pleców, klatki piersiowej
- wzmacnia i kształtuje mięśnie kończyn górnych, mięśnie obręczy barkowej i rąk
- doskonale kształtuje górną część tułowia
- korzystnie wpływa na układ krążeniowo-oddechowy
- poprawia koordynację ruchową
- wspomaga redukcję tkanki tłuszczowej

UŻYTKOWNICY

Osoby powyżej 14 roku życia i min. 140 cm wzrostu

Z urządzenia może korzystać tylko jedna osoba.

Dopuszczalne obciążenie urządzenia: maksymalnie 120kg

SPOSÓB UŻYTKOWANIA

Siadamy wygodnie na siedzisku, opieramy plecy.

Należy chwycić rękoma oburącz za dolną część uchwytów.

Płynnym i zdecydowanym ruchem odepchnij je od siebie, nie blokując łokci. Powoli wróć do pozycji wyjściowej, przytrzymując łokcie blisko klatki.

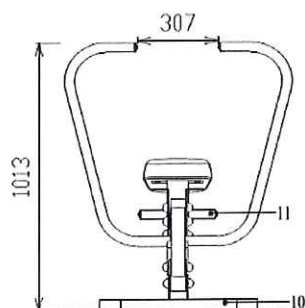
MONTAŻ

W stopie betonowej z betonu klasy B15/B20

(głębokość posadowienia 0,5-0,7m)

5.2.8. Wioślarz

Nazwa urządzenia: **WIOŚLARZ**



OPIS TECHNICZNY: WIOŚLARZ

Wymiary urządzenia: 1200mm x 8680mm

Wysokość całkowita: 1100mm

Strefa funkcjonowania: 3500mm x 3500mm

MATERIAŁY KONSTRUKCYJNE

Rury konstrukcyjne o wymiarach $\phi 114$, $\phi 60$, $\phi 48$, $\phi 32$ oraz profilu zamkniętego.

Śruby osłonięte zaślepkami z tworzywa

Uchwyty i siedziska wykonane z tworzywa i gumy

Stopnice wykonane z blachy stalowej o grubości 3 mm lub płyty HDPE lub z tworzywa LLDPE.

Nakrętki kołpakowe ze stali nierdzewnej zabezpieczone przed odkręcaniem, łożyska zamknięte bezobsługowe.

Urządzenie wyposażone w amortyzatory gumowe tłumiące uderzenia.

Urządzenie przykręcane do kotwy stalowej zamontowanej na stałe w betonowych fundamentach.

Urządzenie zgodne z normą PN-EN 16630:2015-06.

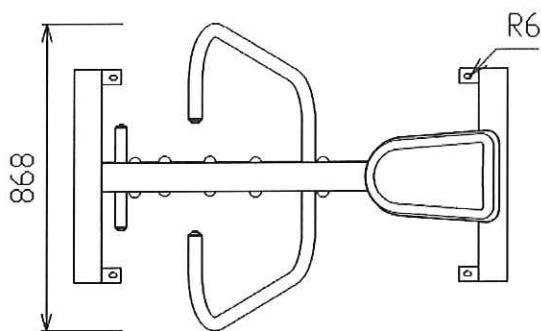
OPIS FUNKCJONALNY URZĄDZENIA

Kompleksowe ćwiczenie wzmacniające mięśnie kończyn dolnych, ramion, obręczy barkowej oraz mięśnie grzbietu i mięśnie brzucha.

Doskonale kształtuje sylwetkę oraz pomaga utrzymać prawidłową postawę ciała.

UŻYTKOWNICY

Osoby powyżej 14 roku życia i minimum 140 cm wzrostu



Z urządzenia może korzystać tylko jedna osoba.

Dopuszczalne obciążenie urządzenia:
maksymalnie 120 kg

SPOSÓB UŻYTKOWANIA

Siadamy na siedzisku. Rękoma chwytamy drążki. Stopy opieramy na podestach. Plecy wyprostowane. Prostujemy nogi, drążki przyciągamy do siebie. Wolno wracamy do pozycji wyjściowej.

MONTAŻ

W stopie betonowej z betonu klasy B15/B20

(głębokość posadowienia 0,5-0,7m)

5.2.9. Prasa nożna

Nazwa urządzenia : **PRASA NOŻNA**



Prasa Nożna (standard)

OPIS TECHNICZNY: : PRASA NOŻNA

Wymiary urządzenia: 1000mm x 390mm

1924mm x 390mm

Wysokość całkowita: 1600 mm

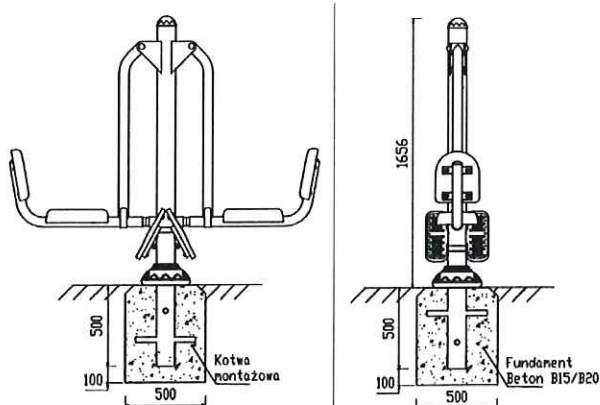
Strefa funkcjonowania: 4300mm x 2700mm

MATERIAŁY KONSTRUKCYJNE

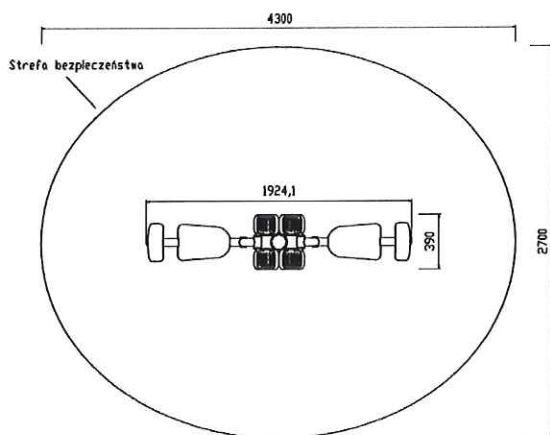
Konstrukcja nośna wykonana z rur stalowych o przekroju $\phi 114$, $\phi 60$, $\phi 48$, $\phi 38$. Zakończenia rur zaślepione. Stopnice i siedziska wykonane z blachy stalowej o grubości 3 mm lub z tworzywa LLDPE (HDPE).

Nakrętki kołpakowe ze stali nierdzewnej zabezpieczone przed odkręcaniem, łożyska zamknięte bezobsługowe. Urządzenie wyposażone w amortyzatory gumowe tłumiące uderzenia.

Wszystkie elementy metalowe poddane obróbce strumieniowo- ścierniej a następnie



Prasa Nożna (dwuosobowa)



Prasa Nożna (dwuosobowa)

malowane

proszkowo podkładem cynkowym oraz farbą proszkową poliestrową odporną na warunki atmosferyczne i promienie UV.

Urządzenie przykręcane do kotwy stalowej zamontowanej na stałe w betonowych fundamentach. Urządzenie zgodne z normą PN-EN 16630:2015-06.

OPIS FUNKCJONALNY URZĄDZENIA

Wzmacnia siłę mięśni uda, łydki, pośladków oraz dolne partie brzucha.

Wzmacnia układ kostno-stawowy kończyn dolnych oraz obręczy biodrowej.

UŻYTKOWNICY

Osoby powyżej 14 roku życia i min. 140 cm wzrostu

Z urządzenia może korzystać tylko jedna osoba.

Dopuszczalne obciążenie urządzenia: maksymalnie 120kg

SPOSÓB UŻYTKOWANIA

Siadamy na siedzisku, stopy opieramy o podesty. Plecy oparte, ręce wzdłuż tułowia. Wypychamy ciało do tyłu, prostując nogi. Nie blokujemy kolan.

MONTAŻ

W stopie betonowej z betonu klasy B15/B20

(głębokość posadowienia 0,5-0,7m)

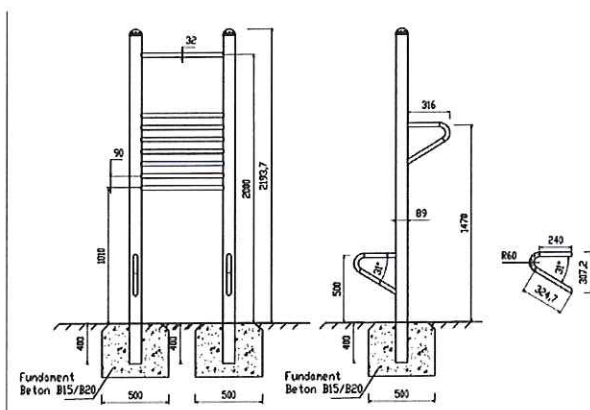
5.2.10. DRABINKA

Nazwa urządzenia: **DRABINKA**

Variant A



Warient B



OPIŚ TECHNICZNY: DRABINKA

Wymiary urządzenia: 7000mm x 720mm

Wysokość całkowita: 2100mm

Strefa funkcjonowania: 3500mm x 2000m

MATERIAŁY KONSTRUKCYJNE

Konstrukcja nośna wykonana z rur stalowych o przekroju $\phi 114 \text{ mm}(\phi 90)$, $\phi 50$, $\phi 38 \text{ mm}(\phi 32 \text{ mm})$.

Zakończenia rur zaślepione. Nakrętki kołpakowe ze stali nierdzewnej zabezpieczone przed odkręcaniem. Wszystkie elementy metalowe poddane obróbce strumieniowo-ściernej a następnie malowane proszkowo podkładem cynkowym oraz farbą proszkową poliestrową odporną na warunki atmosferyczne i promienie UV.

Urządzenie przykręcane do kotwy stalowej zamontowanej na stałe w betonowych fundamentach.

Urządzenie zgodne z normą PN-EN
16630:2015-06.

OPIS FUNKCJONALNY URZĄDZENIA

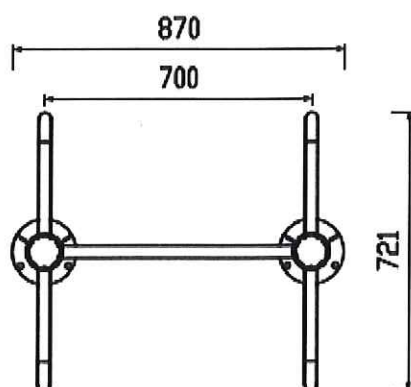
Wzmacnia mięśnie brzucha, obręczy barkowej, kończyny górnej, pleców . Wpływa korzystnie na utrzymywanie prawidłowej postawy ciała, działa zapobiegawczo na skrzywienia kregostupa w płaszczyźnie strzałkowej ciała.

UŻYTKOWNICY

Osoby powyżej 14 roku życia i min. 140 cm wzrostu

Z urządzenia może korzystać tylko jedna osoba.

Dopuszczalne obciążenie urządzenia:



maksymalnie 120kg

SPOSÓB UŻYTKOWANIA

Stań plecami do urządzenia, oprzyj ręce o podpórki,
chwyć mocno uchwyty, wyprostuj nogi.
Podciągaj ugięte lub proste nogi do tułowia,
następnie powoli je opuszczaj.

MONTAŻ

W stopie betonowej z betonu klasy B15/B20

(głębokość posadowienia 0,5-0,7m)

5.2.11. Koła małe i duże

KOŁA MAŁE+KOŁA DUŻE

OPIS URZĄDZENIA: Koła małe i duże

Wzmacnia i usprawnia nadgarstki, łokcie oraz ramiona.

Kształtuje koordynację ruchową oraz zwiększa ruchomość stawów.

Wariant dla osób NIEPEŁNOSPRAWNYCH

TYP: rozgrzewające

POZIOM TRUDNOŚCI: łatwe

PRZEZNACZENIE: dla osób w wieku powyżej 14 lat i/lub 140 cm wzrostu

MAX. OBCIĄŻENIE: 120 kg

SPOSÓB ĆWICZENIA:

I sposób: Stań stabilnie przed urządzeniem, chwyć małe koła, każde jedną ręką i obracaj w lewo lub w prawo.

II sposób: Stań stabilnie przed urządzeniem, chwyć małe koła, każde jedną ręką i obracaj jedną ręką w prawo, drugą ręką w lewo.

I-Stań stabilnie przed urządzeniem, chwyć rękoma za obręcz koła, obracaj w lewo lub prawo ze zmienną prędkością.

II- Stań stabilnie przed urządzeniem, chwyć jedną ręką za obręcz koła, i obracaj w prawo lub w lewo.



WYMIARY:

Wysokość: 175 cm

Szerokość: 110 cm

Długość: 95 cm

STREFA UŻYTKOWANIA: 420 cm x 410 cm

KONSTRUKCJA URZĄDZENIA:

Konstrukcja nośna wykonana z rur stalowych o przekroju $\phi 88,9$ mm i grubości ścianki 3,6mm.

Pozostałe elementy rurowe wykonane z rur stalowych 48,3 mm i grubości ścianki 3,2mm.

Zakończenia rur zaślepione.

Nakrętki kołpakowe ocynkowane zabezpieczone przed odkręcaniem, łożyska zamknięte bezobsługowe.

Wszystkie elementy metalowe poddane obróbce strumieniowo- ścierniej a następnie malowane

proszkowo podkładem cynkowym oraz farbą proszkową poliestrową odporną na warunki atmosferyczne i promienie UV.

Urządzenie zgodne z normą PN-EN 16630:2015-06

5.2.12. Drażki

Nazwa urządzenia: **DRAŻEK**

**OPIS TECHNICZNY: Drażki**

Wymiary urządzenia: 3000mm x 0,10 mm

Wysokość całkowita: 2100mm

Strefa funkcjonowania: 3500mm x 3000mm

MATERIAŁY KONSTRUKCYJNE

Konstrukcja nośna wykonana z rur stalowych o przekroju $\phi 114$ mm($\phi 90$), $\phi 50$, $\phi 38$ mm($\phi 32$ mm).

Zakończenia rur zaślepione. Nakrętki kołpakowe ze stali nierdzewnej zabezpieczone przed odkręcaniem. Wszystkie elementy metalowe poddane obróbce strumieniowo- ścierniej a następnie malowane

proszkowo podkładem cynkowym oraz farbą proszkową poliestrową odporną na warunki atmosferyczne i promienie UV.

Urządzenie przykręcane do kotwy stalowej zamontowanej na stałe w betonowych fundamentach.

Urządzenie zgodne z normą PN-EN 16630:2015-06.

OPIS FUNKCJONALNY URZĄDZENIA

Wzmacnia mięśnie brzucha, obręczy barkowej,

kończyny górnej, pleców . Wpływa korzystnie na utrzymywanie prawidłowej postawy ciała, działa zapobiegawczo na skrzywienia kręgosłupa w płaszczyźnie strzałkowej ciała.

UŻYTKOWNICY

Osoby powyżej 14 roku życia i min. 140 cm wzrostu
Z urządzenia może korzystać tylko jedna osoba.
Dopuszczalne obciążenie urządzenia: maksymalnie 120kg

SPOSÓB UŻYTKOWANIA

Chwyć mocno DRAŻEK, podciągaj ugięte lub proste nogi do tułowia, następnie powoli je opuszczaj.
Osoby o dobrej sprawności fizycznej mogą wykonywać wymyki i odmyki.

MONTAŻ

W stopie betonowej z betonu klasy B15/B20
(głębokość posadowienia 0,5-0,7m)

5.2.13. Ławka parkowa metalowa z oparciem – szt. 4

Ławka PARKOWA (metalowa z oparciem)

Wymiary urządzenia: 1,60m x 0,50m
Wysokość siedziska: ok. 0,40m
Wysokość całkowita: ok. 0,80m
Zgodny z normą: PN-EN 1176-1:2009;
PN-EN 1176-7:2009
Dostępne części zamienne: Tak



Materiały:

Konstrukcja ławki wykonana z profilu metalowego 50mm x 50mm x 2mm zabezpieczonego antykorozyjnie (farba podkładowa) oraz dodatkowo pomalowanego farbą proszkową nawierzchniową.

Siedzisko i oparcie ławki wykonane z drewna iglastego (sosna, jodła) lub opcjonalnie z drewna liściastego np. olcha.

Montaż:

Ławka przytwierdzona stabilnie do podłoża (w stopie betonowej) za pomocą kotwy chemicznej lub dybli montażowych.

5.2.14. Stół do tenisa stołowego

OPIS TECHNICZNY

Zewnętrzny wymiar stołu: 2740cm x 1520cm x 80cm

Waga: 668 kg

Materiał: stal, beton, plastik

CHARAKTERYSTYKA

- Błat stołu wykonany z wysokogatunkowego betonu z kruszywem ozdobnym, szlifowany i lakierowany
- Siatka do gry wykonana z blachy stalowej gr. 5 mm
- Całość urządzenia usztywniona jest dwoma kątownikami stalowymi o wymiarach 75x50x1630mm
- Wszystkie elementy stalowe w urządzeniu ocynkowane metodą ogniową
- Błat stołu po obwodzie chroniona listwą aluminiową, nadającą elegancki wygląd i zapobiegającą obiciom
- Urządzenie z Certyfikatem na zgodność z normą PN-EN 1510



5.2.15. Stół do gry w szachy



OPIS TECHNICZNY

Zewnętrzny wymiar stołu:
200 cm x 200 cm x 81 cm
Błat: 90 cm x 90 cm
Siedzisko: 40 cm x 40 cm

MATERIAŁY

Beton płukany C 25/30, drewno iglaste, gresy kolorowe, aluminium, stal, farby i lakiery

MONTAŻ

Do postawienia na utwardzonym lub nieutwardzonym terenie. Możliwość przymocowania do podłoża.

5.2.16. Kosz na śmieci



OPIS TECHNICZNY

Wysokość: 60cm
Średnica górna: 49cm
Średnica dolna: 61cm
Waga: ok. 150 kg
Pojemność: 40 litrów

MATERIAŁY

Beton płukany C 25/30.
Stal czarna zbrojeniowa
Mikrowłókna
Blacha ocynkowana
Farby i impregnaty do betonu

MONTAŻ

Do postawienia na utwardzonym i nieutwardzonym terenie. Możliwość wykonania kotwy mocującej do podłoża (opcja dodatkowa)

mgr inż. MARTA MALEC
upr. bud. do proj. i kier. robotami w spec.
konstrukcyjno-budowlanej z wyjątkiem dróg,
mostów, bud.kolei, hydrotechn. i melioracji
Nr. ew. B-38/77, AB-341/94
35-101 Rzeszów, ul. Staroniwka 42
tel. (48-42) 25 209 20, fax (48-42) 25 209 70