

inwestor:	GMINA BAKAŁARZEWO ul. Rynek 3, 16-423 Bakałarzewo
inwestycja:	URZĄDZENIE GMINNEGO PLACU PUBLICZNEGO W RAMACH PROGRAMU OTWARTA STREFA AKTYWNOŚCI (OSA) - REALIZACJA OBIEKTÓW MAŁEJ ARCHITEKTURY obręb geodezyjny Bakałarzewo gmina Bakałarzewo (nr geod. 289/1)
temat opracowania:	PROJEKT ZAGOSPODAROWANIA TERENU

Zespół autorski:

BRANŻA	IMIĘ I NAZWISKO PROJEKTANTA	NR UPRAWNIENÍ PROJEKTOWYCH	PODPIS DATA
urbanistyka architektura	mgr inż. arch. Katarzyna Jabłońska	BI/17/02	mgr inż. arch. KATARZYNA JABŁOŃSKA UPRAWNIENIA BUDOWLANE DO PROJEKTOWANIA W SPECJALNOŚCI ARCHITEKTONICZNEJ 12.02.2018 BEZ OZAA.02.18 Nrewid. BI/17/02

OŚWIADCZENIE

temat opracowania:

PROJEKT ZAGOSPODAROWANIA TERENU

inwestycja:

**URZĄDZENIE GMINNEGO PLACU PUBLICZNEGO W RAMACH PROGRAMU
OTWARTA STREFA AKTYWNOŚCI (OSA)
REALIZACJA OBIEKTÓW MAŁEJ ARCHITEKTURY - SIŁOWNI PLENEROWEJ,
PLACU ZABAW I STREFY RELAKSU**

adres inwestycji:

obręb geodezyjny Bakalarzewo
gmina Bakalarzewo
(nr geod. 289/1)

JA NIŻEJ PODPISANA OŚWIADCZAM, ŻE PROJEKT ZOSTAŁ WYKONANY ZGODNIE Z
OBOWIĄZUJĄCYMI PRZEPISAMI ORAZ ZASADAMI WIEDZY TECHNICZNEJ.

Zespół projektowy:

mgr inż. arch. **KATARZYNA JABŁOŃSKA**
UPRAWNIENIA SUWALSKIE
DO PROJEKTOWANIA
W SPECJALNOŚCI ARCHITEKTONICZNEJ
BEZ OGRANICZEŃ
Nr ewid. Bz/17/02

Architektura: mgr inż. arch. Katarzyna Jabłońska

SUWAŁKI, LUTY 2018 rok.

OZ.	TREŚĆ ARKUSZA						
	<p>I. PROJEKT ZAGOSPODAROWANIA TERENU.</p> <p>a) opis techniczny</p> <p>b) część graficzna</p> <table data-bbox="327 421 1181 492"> <tr> <td>1. projekt zagospodarowania terenu</td> <td>rys nr U/1</td> <td>1:500</td> </tr> <tr> <td>2. lokalizacja obiektów</td> <td>rys nr U/2</td> <td>1:200</td> </tr> </table> <p>II. ZAŁĄCZNIKI FORMALNO-PRAWNE</p> <p>1. Oświadczenie zespołu projektowego</p> <p>2. Zaświadczenia członków zespołu projektowego o przynależności do odpowiednich izb</p>	1. projekt zagospodarowania terenu	rys nr U/1	1:500	2. lokalizacja obiektów	rys nr U/2	1:200
1. projekt zagospodarowania terenu	rys nr U/1	1:500					
2. lokalizacja obiektów	rys nr U/2	1:200					

I. OPIS DO PROJEKTU ZAGOSPODAROWANIA TERENU INWESTYCJI

DANE OGÓLNE

1. Inwestor: Gmina Bakalarzewo, 16-423 Bakalarzewo, ul. Rynek 3
2. Przedsięwzięcie: URZĄDZENIE GMINNEGO PLACU PUBLICZNEGO W RAMACH PROGRAMU OTWARTA STREFA AKTYWNOŚCI (OSA) - REALIZACJA OBIEKTÓW MAŁEJ ARCHITEKTURY w obrębie geodezyjnym Bakalarzewo w gminie Bakalarzewo na dz. nr geod. 289/1
3. Adres budowy: gmina Bakalarzewo obręb geod. Bakalarzewo nr dz. 289/1
4. Podstawa opracowania: zlecenie inwestora.

2. PRZEDMIOT INWESTYCJI

Tematem projektu jest urządzenie gminnego placu publicznego w ramach programu „Otwarta Strefa Aktywności” (OSA) - realizacja obiektów małej architektury i urządzenie nawierzchni biologicznie czynnych i żwirowych.

W oparciu o koncepcję szczegółową zaakceptowaną przez inwestora i użytkownika przyjęto urządzenie otwartej strefy aktywności, na którą składają się następujące elementy małej architektury:

Siłownia plenerowa składająca się z 6 urządzeń:

1. Orbitrek
2. Trójkąt
3. Wyciskanie siedząc
4. Wahadło
5. Wioślarz
6. Biegacz

Strefa relaksu z zagospodarowaniem zielenią:

1. 4 ławki
2. Urządzenie do gier: stół do gry w szachy z 4 siedziskami

Plac zabaw o charakterze sprawnościowym:

1. Zestaw OSA (m.in. drabinki, siatki, ścianka wspinaczkowa, zjeżdżalnia)
2. Ważka miejska
3. Huśtawka Bocianie gniazdo

wraz z ogrodzeniem placu zabaw i tablicą z regulaminem

Inwestycja wykonana zostanie z zachowaniem nieprzekraczalnej linii zabudowy wyznaczonej w decyzji o ustaleniu lokalizacji inwestycji celu publicznego z dnia 5 lutego 2018 r. znak BIO.6733.2.2018 oraz z zachowaniem innych warunków zawartych w ww. decyzji.

3. STAN ISTNIEJĄCY

Granice opracowania obejmują teren inwestycji, który stanowi część działki nr geod. 289/1 w obrębie Bakalarzewo przylegający do drogi powiatowej o powierzchni łącznie ok. 500m². Teren jest nierówny, ze śladami prac ziemnych, zagospodarowany częściowo nawierzchniami żwirowymi i zielenią urządzoną

która wymaga korekty.

Plac zabaw wraz z niezbędnym otoczeniem wymaga ogrodzenia i poprawy nawierzchni, wyrównania i odtworzenia trawnika wymagają powierzchnie w polach aktywności urządzeń siłowni i strefy relaksu na świeżym powietrzu natomiast pozostałe elementy zagospodarowania terenu działki pozostają bez zmian. Adaptowany pozostaje wjazd na działkę od strony drogi powiatowej. Nieruchomość jest obecnie nieogrodzona, niezabudowana i niezagospodarowana w sposób planowy. Miejscowo występuje zieleń wysoka – na skarpie od strony północnej. Teren w granicach inwestycji jest nieuzbrojony i zagospodarowany zielenią niską (nawierzchnia trawiasta).

3. PROJEKTOWANE ELEMENTY ZAGOSPODAROWANIA TERENU

Projektowaną realizację placu zabaw usytuowano w głębi działki od strony zachodniej. Zamierzenie inwestycyjne jest zgodne z ustaleniami decyzji o ustaleniu lokalizacji inwestycji celu publicznego z dnia 5 lutego 2018 r. znak BIO.6733.2.2018. Planowana inwestycja mieścić się będzie w granicach władania inwestora. Plac zabaw siłownia na świeżym powietrzu i strefa relaksu wraz z pozostałymi elementami zagospodarowania terenu tworzy kompleks o optymalnej wielkości z punktu widzenia warunków w konkretnej lokalizacji oraz potrzeb lokalnej społeczności.

Na rys. projektu zagospodarowania terenu oraz rys. U 2 – schemat zagospodarowania, wskazano wzajemne położenie obiektów na podstawie oferty konkretnego wykonawcy urządzeń dedykowanych programowi OSA. W zależności od drobnych różnic w kształcie i rozwiązaniach technicznych poszczególnych urządzeń - wielkości wolnych stref które wynikają z bezpieczeństwa użytkownika mogą trochę się różnić. W każdym przypadku rozmieszczenie urządzeń można lekko skorygować ze względu na konieczność zachowania wolnych stref, które muszą zostać zachowane zgodnie z wymogami dostawców ostatecznie zastosowanych urządzeń.

Przedsięwzięcie obejmuje projekt lokalizacji urządzeń zabawowych, strefy odpoczynku ze stołem do gry w szachy i projekt nawierzchni amortyzującej upadki oraz ogrodzenia.

Wejście na ogrodzony teren placu zabaw projektowany jest od strony wschodniej, od strony siłowni. Projektowany teren został wyposażony w urządzenia zabawowe i pomocnicze.

SPECYFIKA PRZEDSIĘWZIĘCIA I ROBÓT BUDOWLANYCH

Projektowana inwestycja obejmuje wykonanie elementów małej architektury oraz wykonanie ogrodzenia terenu z montażem bramki wejściowej. Wynikające ze specyfiki i charakteru inwestycji, roboty budowlane obejmować będą: wykopy oraz prace przy użyciu urządzeń mechanicznych.

ROBOTY PRZYGOTOWAWCZE

Roboty przygotowawcze obejmują wykorytowanie terenu pod ogrodzenie oraz fundamenty pod elementy małej architektury. Humus należy zebrać do warstwy gruntu rodzimego i wykorzystać do zagospodarowania terenu zielonego wokół terenu planowanych robót.

ELEMENTY ZAGOSPODAROWANIA TERENU

W zagospodarowaniu terenu wykorzystano urządzenia systemowe, dopuszczone do montażu w przestrzeniach publicznych.

Montaż elementów urządzeń poprzez kotwienie marek stalowych, ocynkowanych w podłożu betonowym, zgodnie ze sztuką budowlaną i wytycznymi producenta. Posadowienie obiektów spełnia proste warunki gruntowe, kotwienie marek w betonowych fundamentach bezpośrednich gwarantuje dobre posadowienie.

Ponadto, w trakcie eksploatacji należy prowadzić ciągły proces oceny stanu technicznego wiat elementów małej architektury i ogrodzenia, zgodnie z wytycznymi obowiązujących norm, polegającej na regularnej kontroli przez oględziny, kontroli funkcjonalnej oraz corocznej kontroli podstawowej, dokonanej przez uprawnione jednostki.

Lokalizacja zgodnie z oznaczeniami przyjętymi w części rysunkowej, wymogami bezpieczeństwa i sztuką budowlaną:

Inwestycja obejmuje zakup i postawienie gotowych budowli dostosowanych i dopuszczonych do użytkowania dla tego typu obiektów:

Siłownia plenerowa składająca się z 6 urządzeń:

1. Odbitrek
2. Trójkąt
3. Wyciskanie siedząc
4. Wahadło
5. Wioślarz
6. Biegacz

Strefa relaksu z zagospodarowaniem zielenią:

1. 4 ławki
2. Urządzenie do gier: stół do gry w szachy z 4 siedziskami

Plac zabaw o charakterze sprawnościowym:

1. Zestaw OSA (m.in. drabinki, siatki, ścianka wspinaczkowa, zjeżdżalnia)
2. Ważka miejska
3. Huśtawka Bocianie gniazdo

wraz z ogrodzeniem placu zabaw i tablicą z regulaminem.

Urządzenia „gotowe” należy zamontować ściśle z zaleceniami / wymogami producenta. Wszystkie urządzenia muszą odpowiadać przepisom dotyczącym m.in. bezpieczeństwa użytkowania.

3.3. Ukształtowanie terenu, zieleń i urządzenia drogowe.

Istniejący zjazd wraz z wewnętrznym układem drogowym, adaptowane bez zmian. W związku z planowaną budową placu zabaw potrzeby manewrowe w zakresie transportu osobowego i dostaw są zapewnione i nie wymagają prac projektowych. Projektuje się dojazd z istniejących nawierzchni utwardzonych żwirowych do ogrodzonego placu zabaw po nawierzchni zielonej, gdzie poziom nawierzchni projektowanej należy dostosować do poziomu istniejącego utwardzenia dojazdu.

Teren, na którym projektuje się budowę jest niezadrzewiony. Nie przewiduje

się wycinki jakichkolwiek drzew. Przewiduje się niewielkie zmiany morfologii terenu działki - w trakcie wykonywania robót ziemnych dla potrzeb posadowienia obiektów oraz pod nawierzchnię placu zabaw.

Teren wolny od zainwestowania pozostawia się zgodnie z dotychczasowym zagospodarowaniem, nawierzchnie przepuszczalne po zakończeniu budowy należy obsiać trawą odpowiednio do istniejącego zagospodarowania terenów zielonych. Przy realizacji nasadzeń niskich i średniowysokich na terenie zieleni urządzonej należy stosować jedynie rodzime gatunki drzew, krzewów i bylin ozdobnych, bez stawiania innych ograniczeń w tym zakresie.

3.4. Urządzenia infrastruktury technicznej.

Zaopatrzenie w wodę, kanalizację, prąd, ciepło – nie wymagane.

4. ZESTAWIENIE POWIERZCHNI POSZCZEGÓLNYCH CZĘŚCI ZAGOSPODAROWANIA DZIAŁKI (w granicach opracowania):

- powierzchnia terenu w granicach inwestycji:	500,00 m ²
- pow. obiektu OSA:	389,00 m ²
w tym pow. terenu nawierzchni bezpiecznej:	120,00 m ²
w tym pow. terenu nawierzchni trawiastej:	182,36 m ²
w tym pow. terenu zieleni urządzonej:	85,00 m ²

5. WYMAGANIA W ZAKRESIE OCHRONY ŚRODOWISKA.

Zgodnie z Rozporządzeniami Ministra Ochrony Środowiska, Zasobów Naturalnych i Leśnictwa z dnia 14 lipca 1998r. w sprawie określenia rodzajów inwestycji szczególnie szkodliwych dla środowiska i zdrowia ludzi lub mogących pogorszyć stan środowiska oraz wymagań, jakim powinny odpowiadać oceny oddziaływania na środowisko tych inwestycji planowana inwestycja nie jest zaliczona do inwestycji mogących pogorszyć stan środowiska.

6. WYMAGANIA W ZAKRESIE OCHRONY PPOŻ.

Projektowana inwestycja nie powoduje zmiany dotychczasowych wymagań przeciwpożarowych terenu.

7. WPŁYW NA ŚRODOWISKO ORAZ HIGIENĘ I ZDROWIE UŻYTKOWNIKÓW

Realizacja projektowanego przedsięwzięcia nie spowoduje zanieczyszczenia wód, gleb oraz pogorszenia warunków krajobrazowych środowiska i warunków klimatycznych. Przedmiotowa inwestycja nie wymaga przeprowadzenia postępowania w sprawie oddziaływania na środowisko.

Inwestor będzie prowadził gospodarkę odpadami zapewniając odbiór odpadów powstałych w trakcie użytkowania terenu ścieżki edukacyjnej przez licencjonowane firmy. Odpady powstające w czasie robót budowlanych należy przekazywać podmiotom prowadzącym gospodarkę odpadami, którzy uzyskali stosowne zezwolenie na prowadzenie działalności w zakresie ich transportu, zbiórki, odzysku lub unieszkodliwiania.

8. UWAGI KOŃCOWE

Proponowane materiały budowlane i wykończeniowe stosować zgodnie z zaleceniami Producentów. Zaleca się stosowanie rozwiązań systemowych i kompleksowych, wynikających z przyjętej technologii i rozwiązań materiałowych. Ponadto należy stosować materiały spełniające wymogi fizykochemiczne dla danego miejsca wbudowania (takie jak odporność p. poż., ścieralność, śliskość, wodoodporność, itp.).

Wszystkie stosowane materiały powinny posiadać:

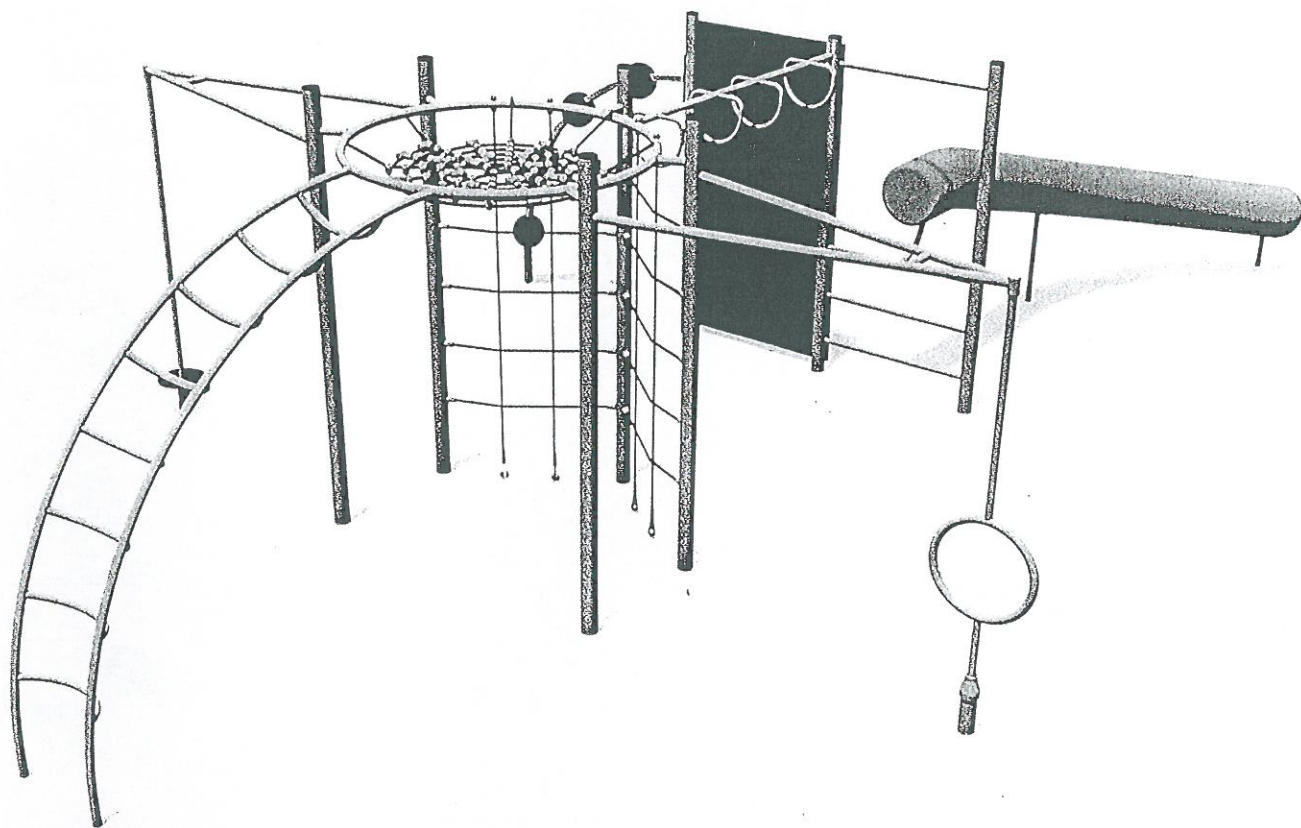
- atesty i dokumenty dopuszczające do obrotu i stosowania w budownictwie.
- atesty p. poż. i spełniać wymagania co najmniej trudnozapalności dla elementów wykończeniowych i NRO dla elementów konstrukcyjnych.
- atesty higieniczno-sanitarne o dopuszczalności stosowania w budownictwie przeznaczonym na pobyt ludzi.

Wszystkie roboty ogólnobudowlane, montażowe i wykończeniowe należy wykonać zgodnie z obowiązującymi w tym zakresie przepisami BHP, p. poż., oraz obowiązującymi normami, zgodnie ze sztuką budowlaną, pod nadzorem osób uprawnionych do nadzorowania i kierowania tymi pracami.

Opracowanie:

mgr inż. arch. **KATARZYNA JABŁOŃSKA**
UPRAWNIENIA BUDOWLANE
DO PROJEKTOWANIA
W SPECJALNOŚCI ARCHITEKTONICZNEJ
BEZ OGRANICZEŃ
Nr ewid. Bz/17/02

.....mgr inż. arch. Katarzyna Jabłońska



OPIS TECHNICZNY

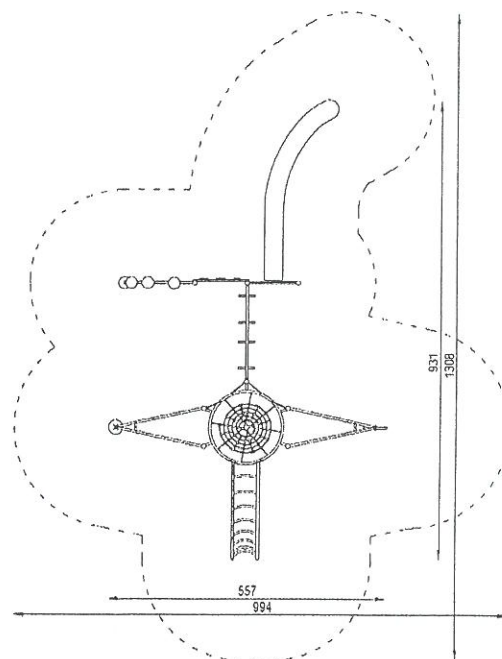
Urządzenie trudno dostępne,
zgodnie z normą PN-EN 1176-1:2009
Sugerowana grupa wiekowa: + 3

Gabaryty urządzenia:	5,57m x 9,31m
Wysokość urządzenia:	~2,30m
Strefa funkcjonowania:	9,94m x 13,08m
Wysokość upadkowa:	2,10m
Głębokość posadowienia:	-0,60m
Powierzchnia strefy funkcjonalnej:	78,42m ²

Urządzenie wykonane zgodnie z PN-EN 1176-1:2009
Wyposażenie placów zabaw. Ogólne wymagania bezpieczeństwa
i metody badań.

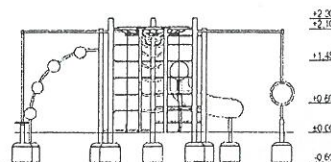
Nawierzchnie amortyzujące: trawa, piasek, żwir, kora,
nawierzchnia syntetyczna (grubość minimalna dla wszystkich
nawierzchni sypkich 300+100mm)

Rzut i widok urządzenia

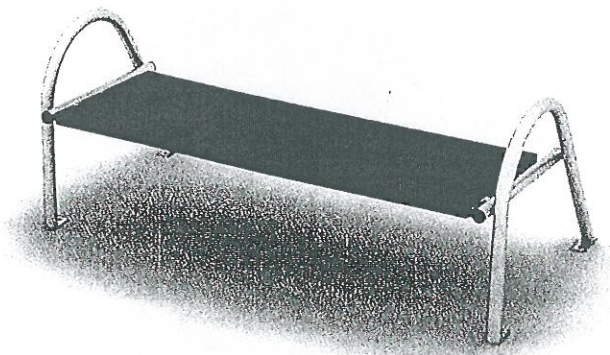


Za zgodność z oryginałem

mgr inż. arch. Katarzyna Jabłońska



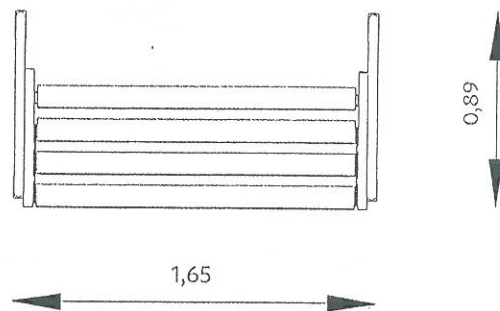
40002 ŁAWKA LAMBDA 4



DANE TECHNICZNE:

Rzut urządzenia wraz ze strefą funkcjonalną

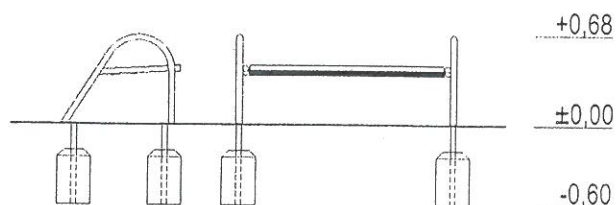
Wymiary urządzenia: 0,89m x 1,65m
Wysokość urządzenia: ~0,68m
Głębokość fundamentowania: -0,60m



Urządzenie wykonane zgodnie z PN-EN 1176-1:2009
Wyposażenie placów zabaw. Ogólne wymagania bezpieczeństwa i metody badań.

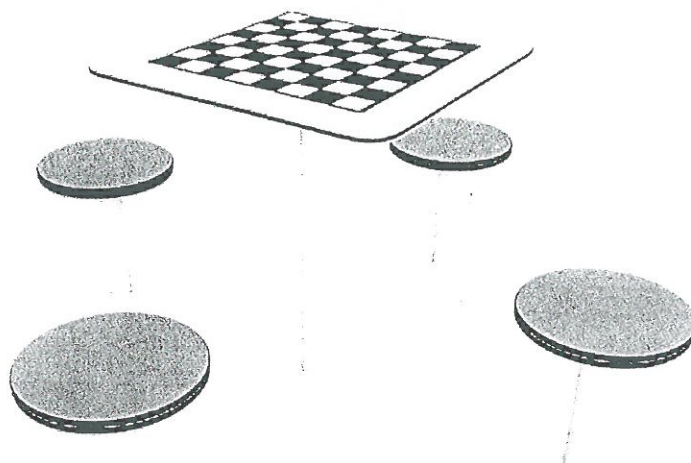
Nawierzchnia amortyzująca nie jest wymagana.
Nawierzchnia pod całym urządzeniem musi być jednorodna.

Widok urządzenia



Za zgodność z oryginałem
Katarzyna Jabłońska
mgr inż. arch. Katarzyna Jabłońska

STÓŁ DO GRY W SZACHY

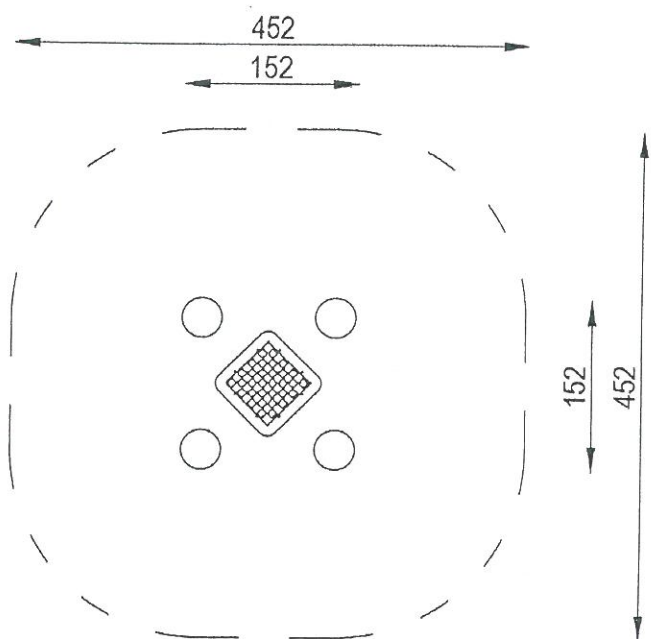


DANE TECHNICZNE:

Sugerowana grupa wiekowa: +6 lat

Wymiary urządzenia:	1,52m x 1,52m
Wymiary strefy funkcjonalnej:	4,52m x 4,52m
Wysokość urządzenia:	~0,60m
Głębokość posadowienia:	-0,60m

Rzut urządzenia wraz ze strefą funkcjonalną



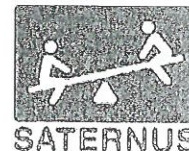
Urządzenie wykonane zgodnie z PN-EN 1176-1:2009
Wyposażenie placów zabaw. Ogólne wymagania
bezpieczeństwa i metody badań.

Nawierzchnia amortyzująca nie jest wymagana. Nawierzchnia
pod całym urządzeniem musi być jednorodna.

Za zgodność z oryginałem

Katarzyna Jabłońska
mgr inż. arch. Katarzyna Jabłońska

Wyciskanie siedząc / Chest press OF2-15



Data sheet

Karta katalogowa

Scheda di dati

Fiche Technique

Datenblatt

PL Urządzenie do ćwiczeń na świeżym powietrzu

Kategoria urządzenia: Budowa mięśni

Efekt treningu: Zwiększenie siły mięśni piersiowych, barków i ramion.

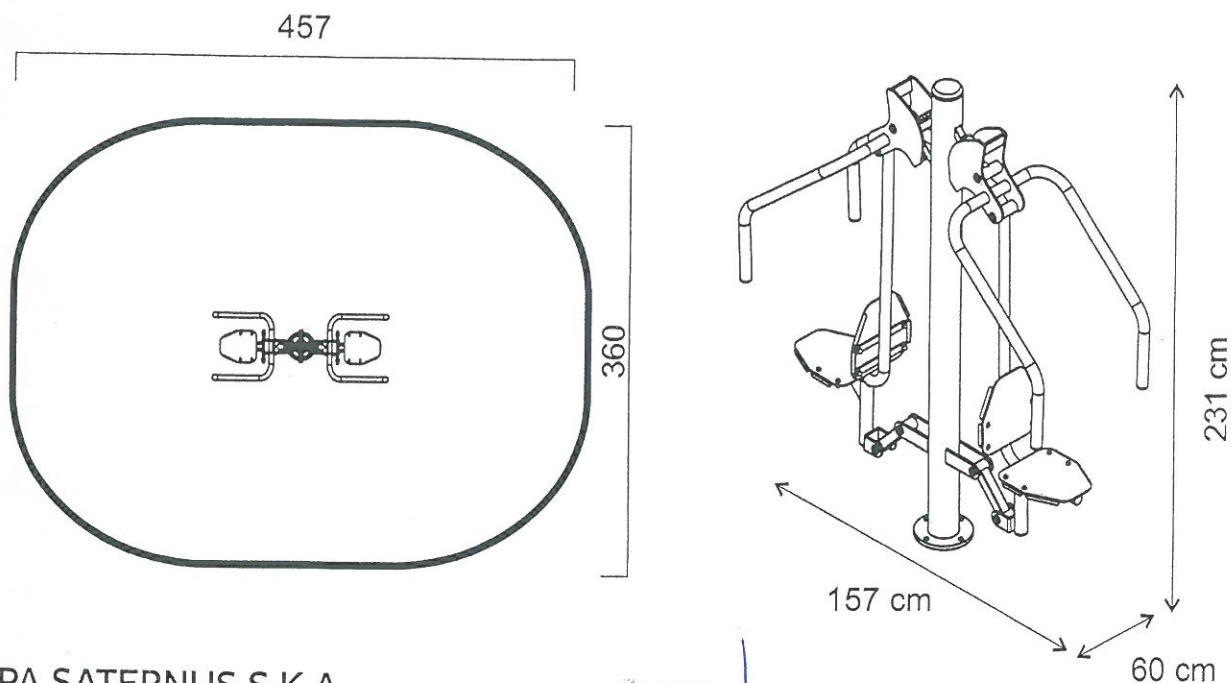
Sposób używania: Zajmij miejsce na siodełku. Oprzyj się i chwyć rękami oba drążki. Wyciskaj drążki od siebie i powracaj do pozycji wyjściowej.

Trudność ćwiczenia: Średnie do trudnego.

Pełne bezpieczeństwo użytkowania sprzętu można utrzymać tylko dzięki regularnej kontroli dotyczącej uszkodzeń i zużycia. Przestrzegać instrukcję montażu i konserwacji. Na urządzeniach mogą ćwiczyć dorośli i dzieci od 14 roku życia.

Przeznaczone dla max dwóch osób. Maksymalne obciążenie 120 kg.
Waga urządzenia:

Wykonano w oparciu o normy: PN-EN 1176-1:2009, DIN 79000, prEN 16630E
Wyprodukowane w Polsce.



GRUPA SATERNUS S.K.A.
ul. Nowa 32, 41-500 Chorzów
NIP 627-273-25-13 REGON 242961290

Za zgodność z oryginałem
[Signature]
mgr inż. arch. Katarzyna Jabłońska

Data sheet
Karta katalogowa
Scheda di dati
Fiche Technique
Datenblatt

PL

Urządzenie do ćwiczeń na świeżym powietrzu

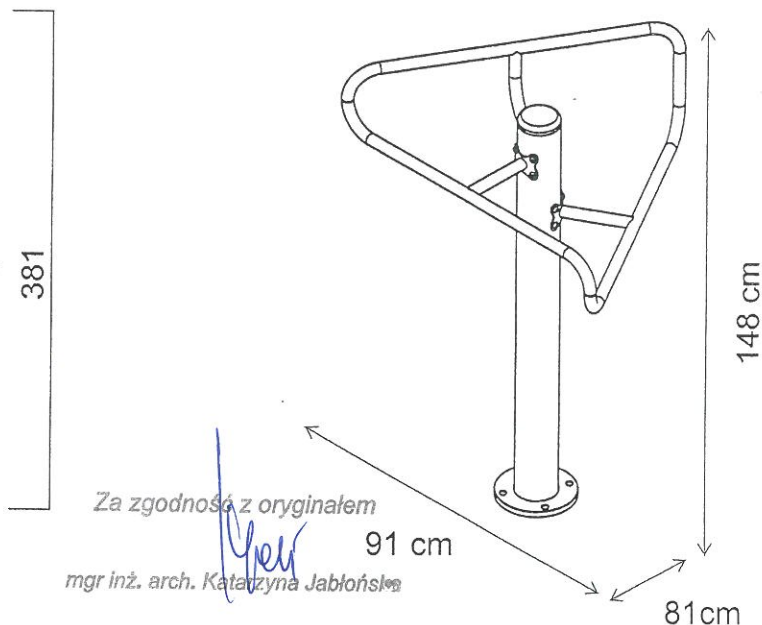
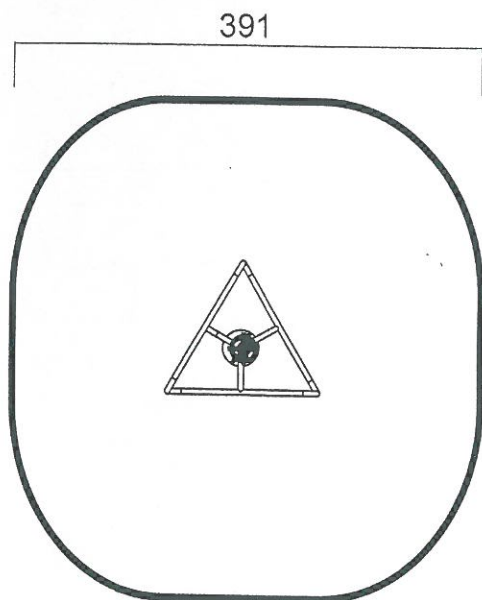
Kategoria urządzenia: Rozciąganie**Efekt treningu:** Służy do rozciągania mięśni ramion, grzbietu, oraz mięśni nóg.**Sposób używania:** 1. Oprzyj stabilnie piętę na drążku mając wyprostowane obie nogi. Zbliżaj stopniowo tułów do opartej nogi a następnie do nogi na ziemi. Powtórz ćwiczenie na drugą nogę. Poczujesz rozciąganie mięśnia dwugłowego uda oraz łydek.

2. Chwyć drążek i wykonaj opad tułowia z prostymi nogami, stopniowo zbliżaj klatkę piersiową do ziemi. Poczujesz rozciąganie mięśni barków i grzbietu.

Pełne bezpieczeństwo użytkowania sprzętu można utrzymać tylko dzięki regularnej kontroli dotyczącej uszkodzeń i zużycia. Przestrzegać instrukcję montażu i konserwacji.
Na urządzeniach mogą ćwiczyć dorośli i dzieci od 14 roku życia.

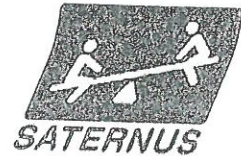
Przeznaczone dla max 3 osób. Maksymalne obciążenie 120 kg.
Waga urządzenia:

Wykonano w oparciu o normy: DIN 79000:2012-05, PN-EN 16630:2015-06
Wyprodukowane w Polsce.



Orbitrek / Stationary bicycle OF2-06

Plata sheet
Karta katalogowa
Ficha di dati
Technique
Anblatt



Urządzenie do ćwiczeń na świeżym powietrzu

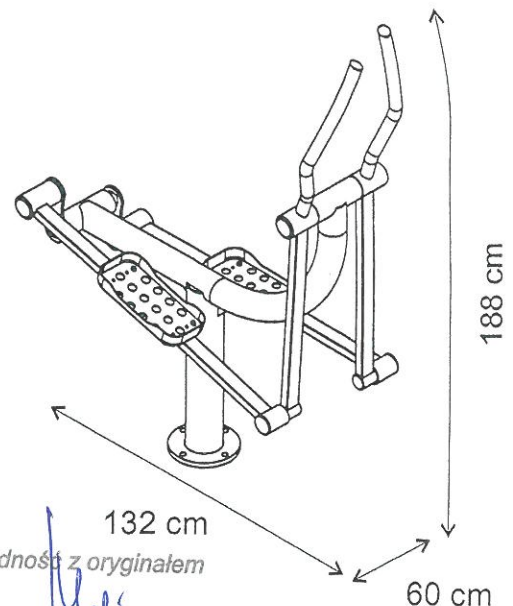
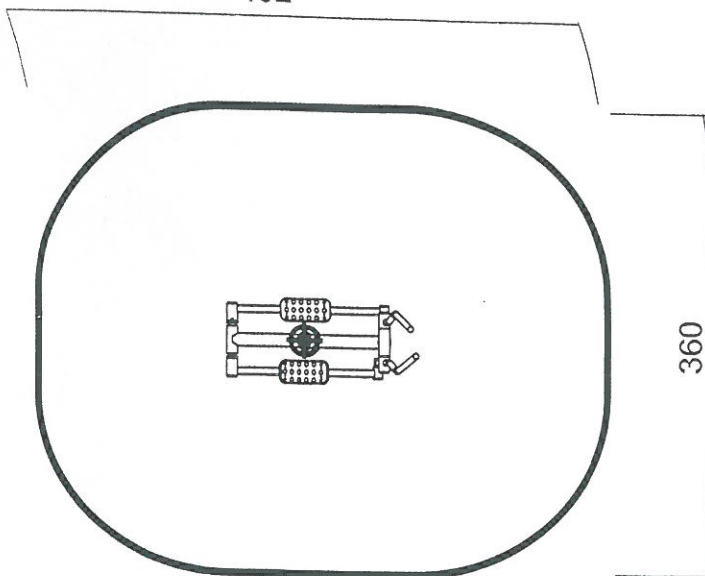
Kategoria urządzenia: Koordynacja, krążenie krwi, budowa mięśni
Efekt treningu: Delikatny dla stawów trening mięśni nóg i bioder. Dodatkowo trening mięśni pasa barkowego i ramion. Wpływa pozytywnie na spalanie tkanki tłuszczowej.
Współczynnik użytkowania: Chwyć mocno rękami oba uchwyty i stań na pedałach. Poruszaj nogami do przodu i do tyłu, jednocześnie pomagając sobie rękami na zmianę ciągnąc i pchając drążki.
Wydajność ćwiczenia: Średnie

Dla bezpieczeństwa użytkowania sprzętu można utrzymać tylko dzięki regularnej kontroli dotyczącej uszkodzeń i zużycia. Przestrzegać instrukcję montażu i konserwacji.
Urządzenia mogą ćwiczyć dorośli i dzieci od 14 roku życia.

Przeznaczone dla jednej osoby. Maksymalne obciążenie 120 kg.
Waga urządzenia:

Normy w oparciu o normy: PN-EN 1176-1:2009, DIN 79000, prEN 16630E
Wyprodukowane w Polsce.

432

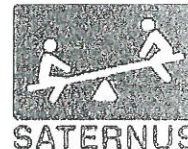


Za zgodność z oryginałem

Katek
mgr inż. arch. Katarzyna Jabłońska

GRUPA SATERNUS S.K.A.
ul. Nowa 32, 41-500 Chorzów
NIP 627-273-25-13 REGON 242961290

Wahadło / Ski trainer OF2-12



Data sheet Karta katalogowa Scheda di dati Fiche Technique Datenblatt

PL. Urządzenie do ćwiczeń na świeżym powietrzu

Kategoria urządzenia: Budowa mięśni, koordynacja

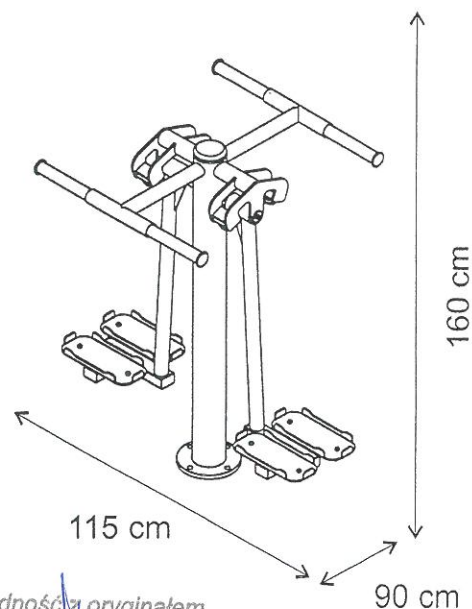
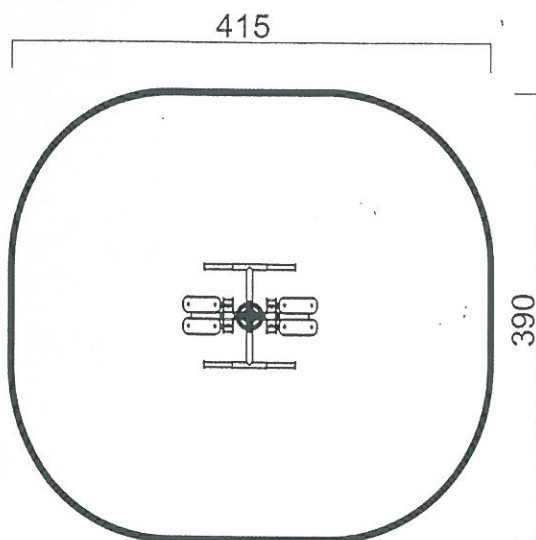
Efekt treningu: Ćwiczy mięśnie bioder. Wspomaga aktywność stawów biodrowych oraz kręgosłupa lędźwiowego. Ćwiczy zmysł równowagi oraz wpływa na mięśnie brzucha i pleców.

Sposób używania: Chwyć mocno za uchwyty i postaw obie nogi na stopkach. Poruszaj nogami w prawo i w lewo wykonując ruch wahadła.

Pełne bezpieczeństwo użytkowania sprzętu można utrzymać tylko dzięki regularnej kontroli dotyczącej uszkodzeń i zużycia. Przestrzegać instrukcję montażu i konserwacji.
Na urządzeniach mogą ćwiczyć dorośli i dzieci od 14 roku życia.

Przeznaczone dla max dwóch osób. Maksymalne obciążenie 120 kg.
Waga urządzenia:

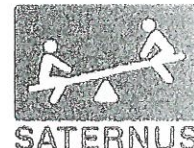
Wykonano w oparciu o normy: PN-EN 1176-1:2009, DIN 79000, prEN 16630E
Wyprodukowane w Polsce.



GRUPA SATERNUS S.K.A.
ul. Nowa 32, 41-500 Chorzów
NIP 627-273-25-13 REGON 242961290

Za zgodność z oryginałem
Katarzyna Jabłońska
mgr inż. arch. Katarzyna Jabłońska

Biegacz / Air Walker OF2-01



Data sheet Karta katalogowa Scheda di dati Fiche Technique Datenblatt

PL Urządzenie do ćwiczeń na świeżym powietrzu

Kategoria urządzenia: Krążenie krwi, Koordynacja

Efekt treningu: Delikatny dla stawów trening mięśni całych nóg i bioder. Poprawia ponadto zmysł równowagi.

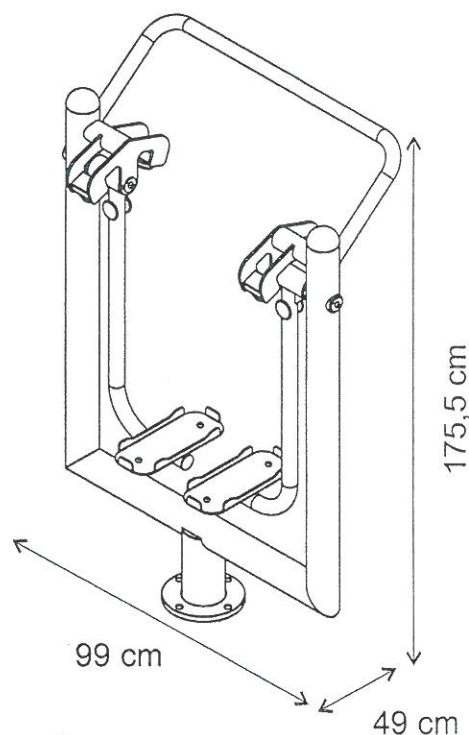
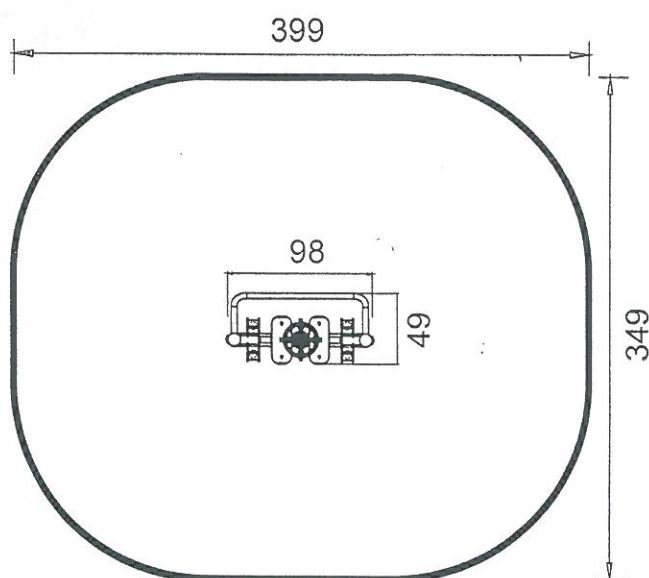
Sposób używania: Chwyć mocno za uchwyt i postaw obie nogi na pedałach. Poruszaj nogami w przód i w tył.

Trudność ćwiczenia: Łatwe

Pełne bezpieczeństwo użytkowania sprzętu można utrzymać tylko dzięki regularnej kontroli dotyczącej uszkodzeń i zużycia. Przestrzegać instrukcję montażu i konserwacji.
Na urządzeniach mogą ćwiczyć dorośli i dzieci od 14 roku życia.

Przeznaczone dla jednej osoby. Maksymalne obciążenie 120 kg.
Waga urządzenia:

Wykonano w oparciu o normy: DIN 79000, prEN 16630E
Wyprodukowane w Polsce.



GRUPA SATERNUS S.K.A.

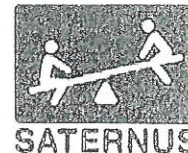
ul. Nowa 32, 41-500 Chorzów

NIP 627-273-25-13 REGON 242961290

Za zgodność z oryginałem

mgr inż. arch. Katarzyna Jabłońska

Wioślarz / Rower OF2-13



Data sheet Karta katalogowa Scheda di dati Fiche Technique Datenblatt

PL Urządzenie do ćwiczeń na świeżym powietrzu

Kategoria urządzenia: Budowa mięśni

Efekt treningu: Wzmocnienie pasa ramion, górnej części pleców oraz mięśni ramion i nóg.

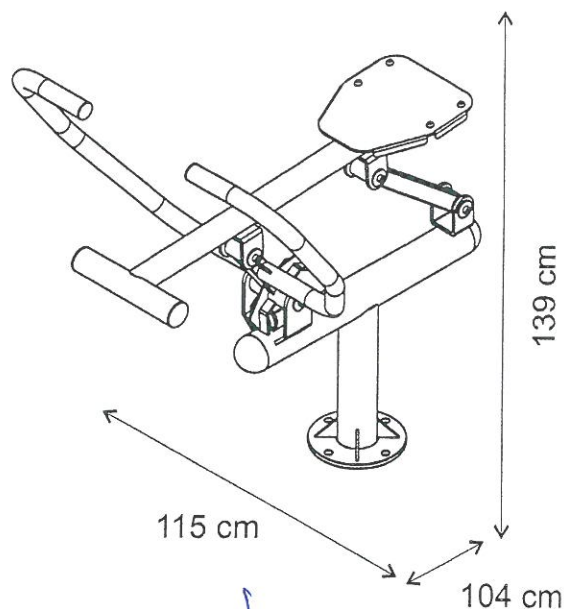
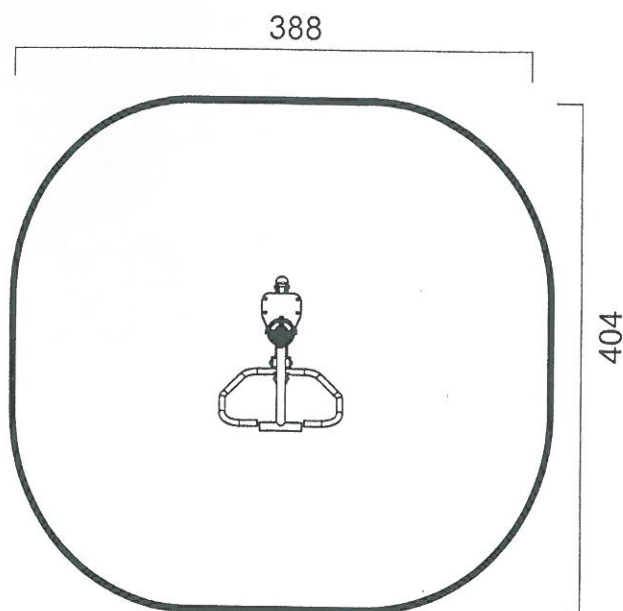
Sposób używania: Postaw stopy na pedałach, złap rękami za oba uchwyty. Przyciągnij uchwyt do brzucha prostując jednocześnie nogi. Powróć do pozycji wyjściowej.

Stopień zaangażowania energii i siły: Średni do wysokiego.

Pełne bezpieczeństwo użytkowania sprzętu można utrzymać tylko dzięki regularnej kontroli dotyczącej uszkodzeń i zużycia. Przestrzegać instrukcję montażu i konserwacji.
Na urządzeniach mogą ćwiczyć dorośli i dzieci od 14 roku życia.

Przeznaczone dla jednej osoby. Maksymalne obciążenie 120 kg.
Waga urządzenia:

Wykonano w oparciu o normy: PN-EN 1176-1:2009, DIN 79000, prEN 16630E
Wyprodukowane w Polsce.



GRUPA SATERNUS S.K.A.

ul. Nowa 32, 41-500 Chorzów
NIP 627-273-25-13 REGON 242961290

Za zgodność z oryginałem

mgr inż. arch: Katarzyna Jabłońska