

## Data sheet Karta katalogowa Scheda di dati Fiche Technique Datenblatt

PL

**Efekt treningu:**

Ćwiczy przede wszystkim górne partie mięśniowe. Rozciąga i poprawia rozwój mięśni klatki piersiowej, obręczy barkowej oraz kończyn górnych. Regularne ćwiczenia wraz z dużą ilością powtórzeń mogą wpłynąć na przyrost masy mięśniowej.

**Sposób używania:**

Zajmij miejsce na siodełku. Oprzyj się i chwyć rękoma oba drążki. Złącz ręce przyciągając drążki razem przed 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.

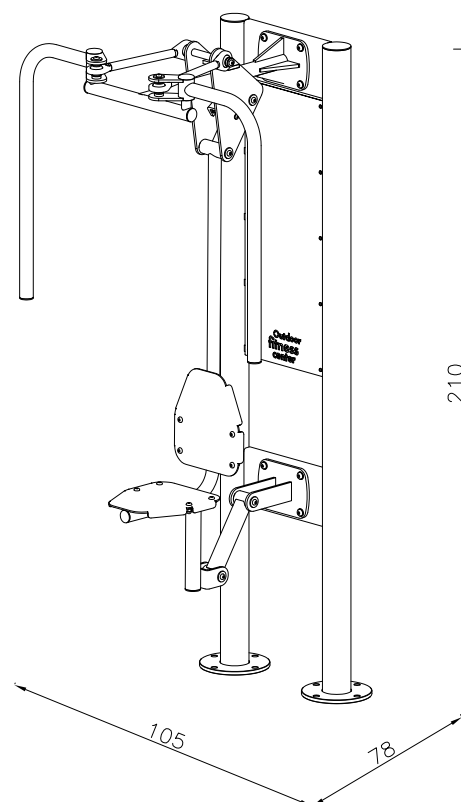
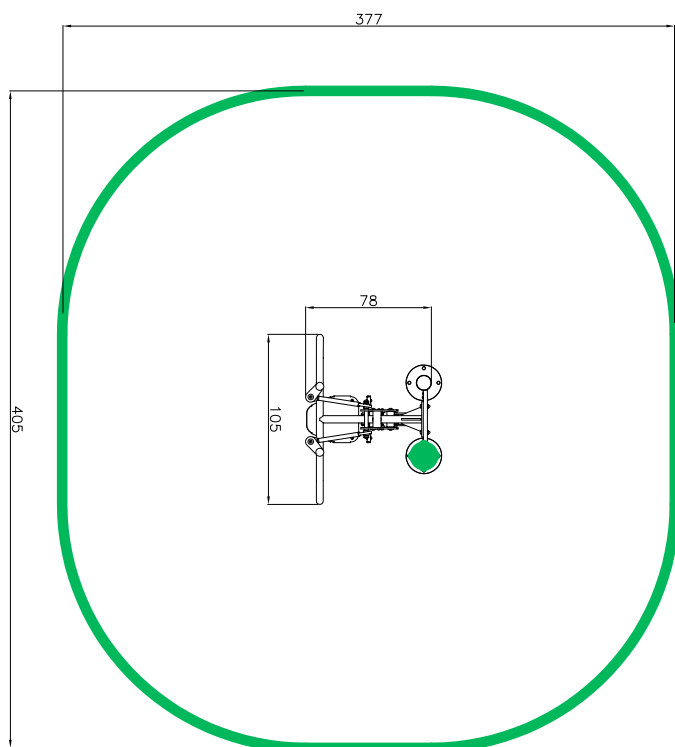
Na urządzeniach mogą ćwiczyć dorośli i dzieci powyżej 140 cm wzrostu.

Przeznaczone dla jednej osoby. Maksymalne obciążenie 120 kg.

Waga urządzenia:

Wykonano w oparciu o normy: PN-EN 16630:2015-06

Wyprodukowane w Polsce.



**Maintenance manual**  
**Instrukcja konserwacji**  
**Manuel de maintenance**  
**Manuale di manutenzione**  
**Wartungshandbuch**

**PL** Kontrolę przeprowadza się w następujący sposób :

**Rutynowe oględziny:**

Kontrola wizualna urządzenia, mająca na celu wykrycie widocznych uszkodzeń i zagrożeń, które mogły powstać z powodów np.: niewłaściwego użytkowania, wandalizmu lub przez warunki pogodowe. Częstotliwość oględzin - 1/tydz. Pierwsze oględziny przed oddaniem do użytku. Do czasu oddania do użytkowania zabezpieczyć urządzenia przed użytkowaniem i usunąć pomoce montażowe. Po pierwszych użyciach po zainstalowaniu urządzenia sprawdzić dokręcanie śrub szczególnie fundamentowych.

UWAGA 1 Dla siłowni zewnętrznych, zainstalowanych w miejscach charakteryzujących się intensywnym użytkowaniem urządzeń, a także w miejscach narażonych na częste uszkodzenia spowodowane wandalizmem, mogą być wymagane codzienne oględziny.

UWAGA 2 Podczas kontroli rutynowej oraz operacyjnej należy zwrócić uwagę na: czystość, poziom gruntu, stan powierzchni gruntu , odsłonięte (ruchome) fundamenty , ostre krawędzie , brakujące części , nadmierne zużycie ( ruchome i rozczepione części ), wytrzymałość konstrukcji oraz dokręcenie śrub.

**Kontrola operacyjna:**

Dokładniejsze niż rutynowe oględziny urządzenia sprawdzające funkcjonalność i stabilność urządzenia do ćwiczeń.

- należy ją wykonać co 1 do 3 miesięcy

**Roczna inspekcja główna:**

Kontrola określająca ogólny stan dla bezpiecznej eksploatacji urządzeń (główna kontrola roczna)

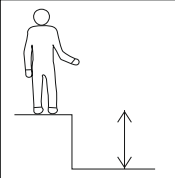
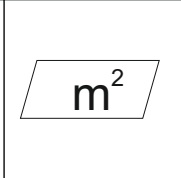
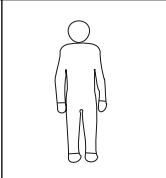
UWAGA 3 Główna inspekcja roczna może wymagać wykopania lub rozłożenia (rozkręcenia) poszczególnych urządzeń do ćwiczeń lub ich części.

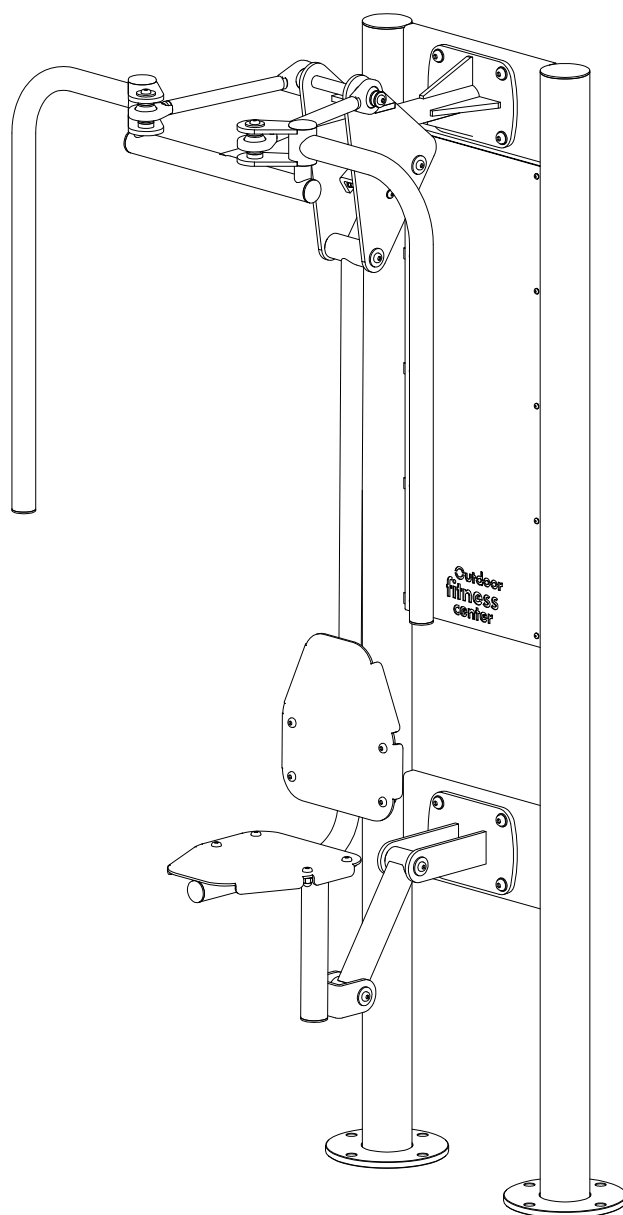
**Roczna inspekcja powinna zostać wykonana przez producenta, lub autoryzowanego serwisanta Outdoor Fitness Center. Zgłoszenia inspekcji rocznych kierować na adres: [fitness@outdoorfitness.pl](mailto:fitness@outdoorfitness.pl)**

**Awarie**

W przypadku braku, uszkodzenia lub zużycia elementów urządzenia należy je bezzwłocznie wymienić lub naprawić. Jeśli jest to niemożliwe to zabezpieczyć urządzenie przed użytkowaniem. **Kontakt do serwisu Outdoor Fitness Center: [fitness@outdoorfitness.pl](mailto:fitness@outdoorfitness.pl)**. Stosować tylko oryginalne części zamienne. Naprawy oraz wymiany części dokonać mogą tylko producent lub jego autoryzowany przedstawiciel.

**Installation manual**  
**Instrukcja instalacji**  
**Manuel d'installation**  
**Manuale di installazione**  
**Installationshandbuch**

		
0,2m	16 m <sup>2</sup>	14 →+

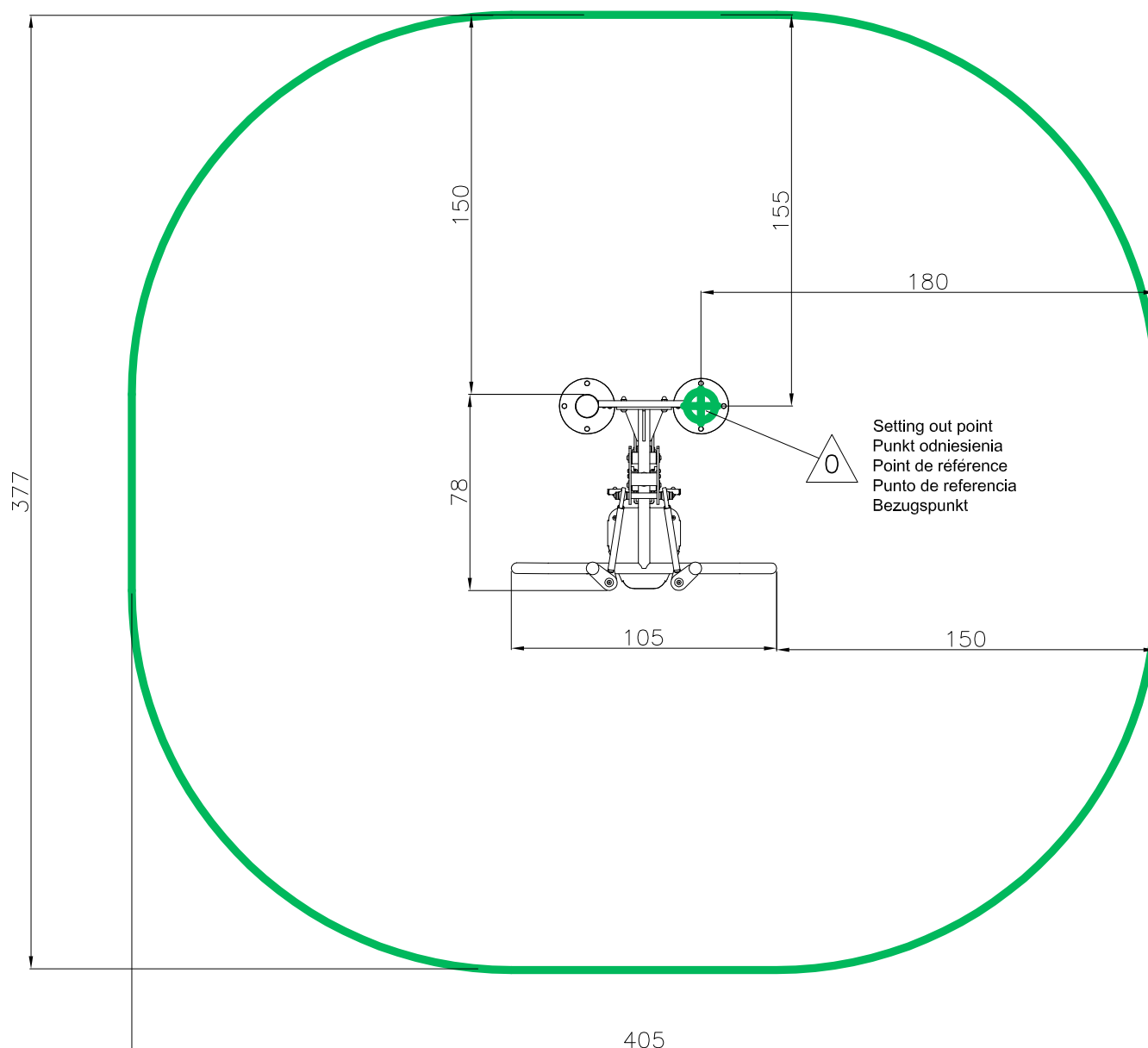


Setting out point  
 Punkt odniesienia  
 Point de référence  
 Punto de referencia  
 Bezugspunkt

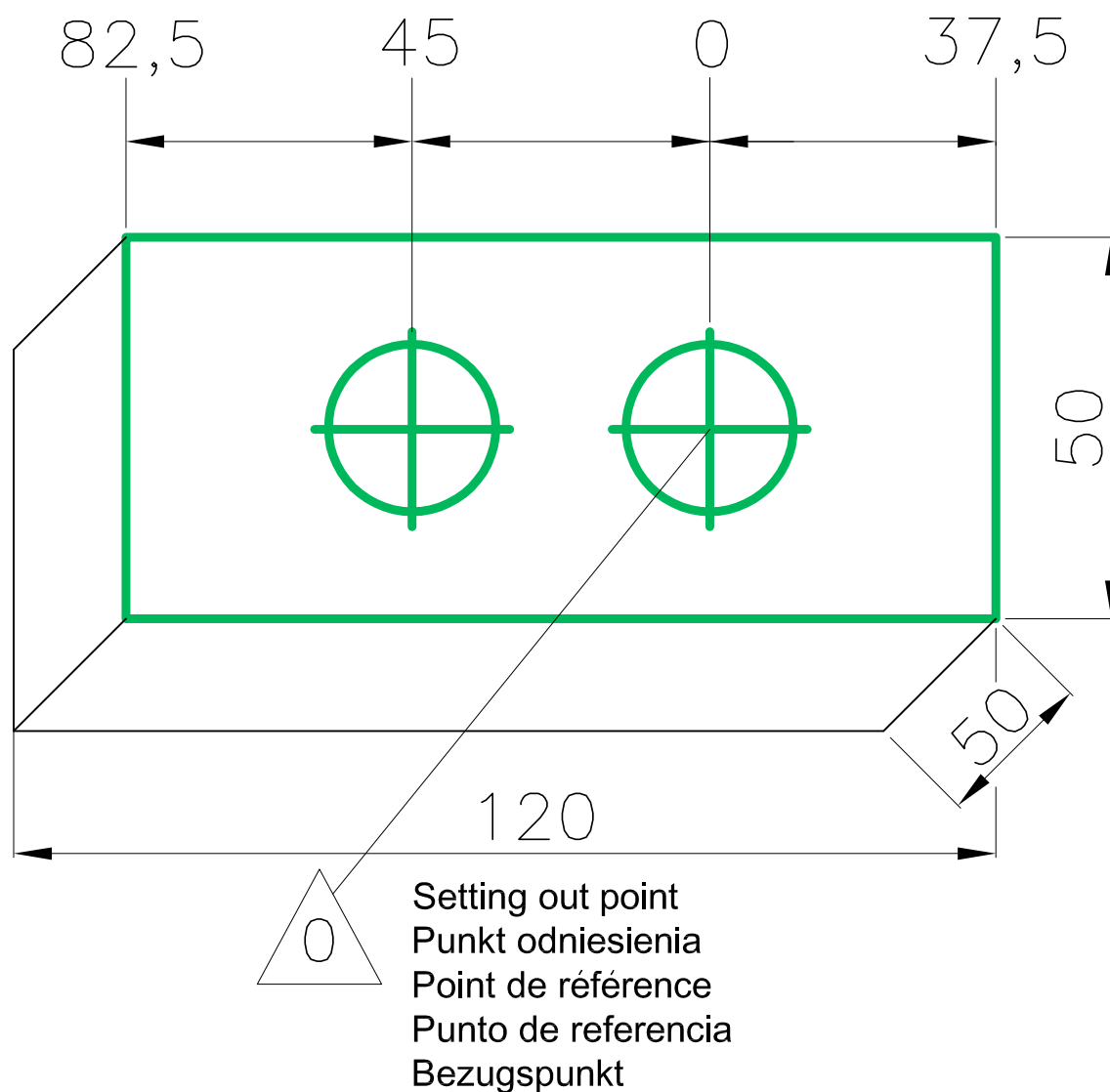
Impact Area ———  
 Strefa upadku  
 Zone d'Impact  
 Area de Impacto  
 Fallraum

## 15 m<sup>2</sup>

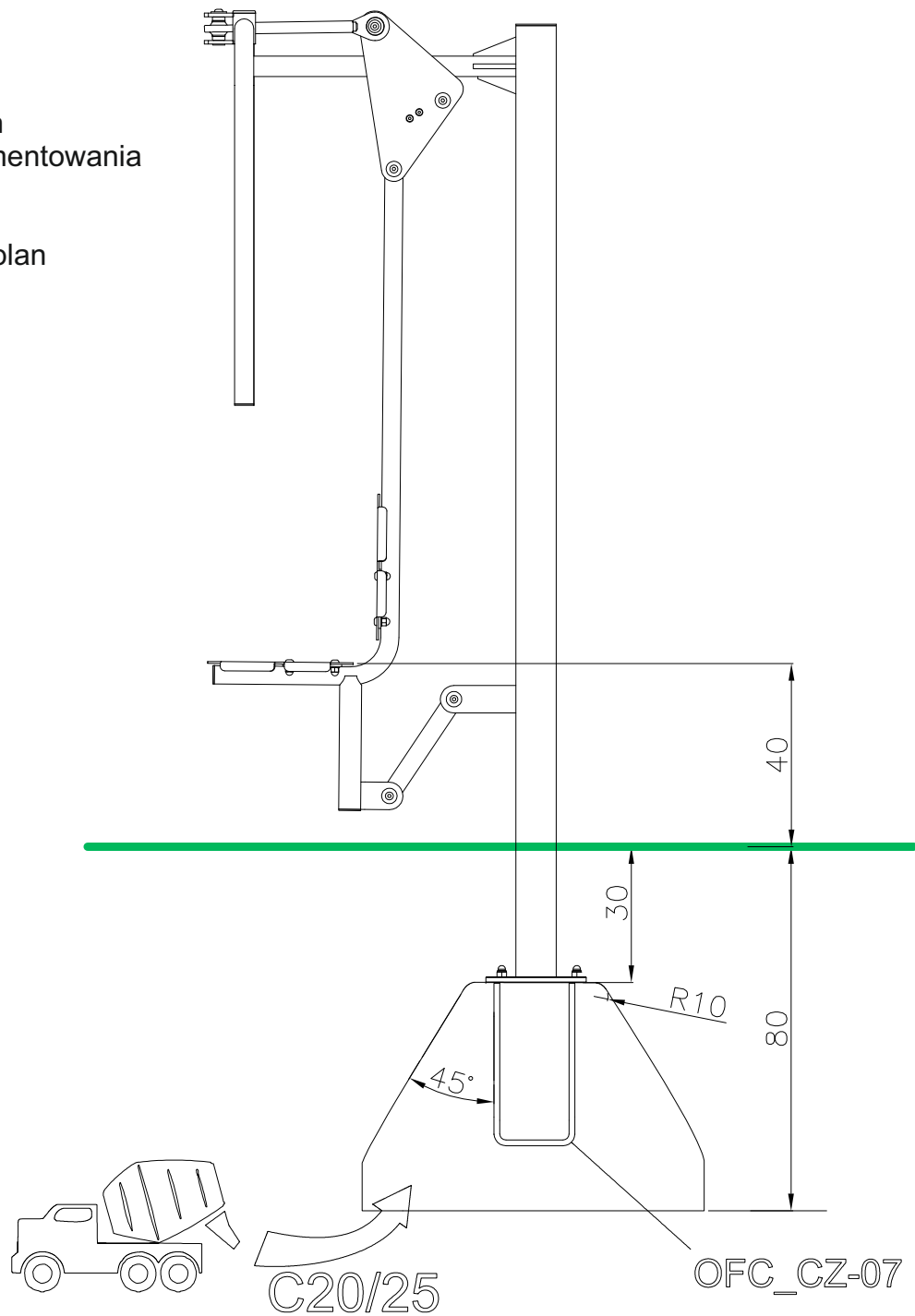
**Required surface:** lawn, bark mulch, woodchip, sand, gravel  
 Wymagana nawierzchnia: gleba, trawnik, mulcz z kory, drobno pokrojone kawa<sup>3</sup>ki drewna, piasek, żwir  
**Requis de surface:** la pelouse, le paillis d'écorce, copeaux de bois, sable, gravier  
**Superficie necessaria:** erba, pacciame di corteccia, finemente tritato pezzi di legno, sabbia, ghiaia  
**Erforderliche Oberflächen:** Gras, Rindenmulch, fein gehackt Holzstücke, Sand, Kies


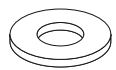
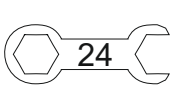
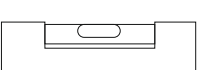
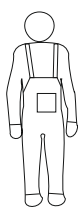
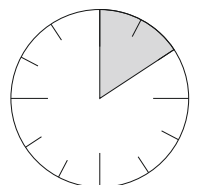
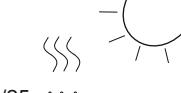



Concrete pad  
 Fundament betonowy  
 Dalle béton  
 Solera de Hormigón  
 Beton Bodenplatte



Footing plan  
 Plan fundamentowania  
 Implanaton  
 Implanación  
 Fundamentplan



<p>4xM16</p> 	<p>4xM16</p> 	 <p>24</p> 	<p>2x</p> 		 <p>C20/25</p>  <p>Min. 48h</p>
--	--	---	--	---	---



### Specyfikacja techniczna urządzeń z serii OF3

Urządzenia treningowe, przeznaczone do instalacji i użytkowania na dworze.

Urządzenia modułowe pozwalające na dowolną konfigurację dwóch urządzeń po obu stronach pylonu.



**Pylon OF3-01**

Wymiary (dł./szer./wys.)	54x8,9x210cm
Materiał	Konstrukcja nośna – rura Ø 88,9mm, grubość 3,6mm (St3S) Błacha grubości 7 mm do mocowania urządzeń po obu stronach. Błachy grubości 2 mm, na których znajduje się czytelna instrukcja obsługi urządzenia i dane producenta. Spody nóg pylona zakończone są obręczami do montażu urządzenia do fundamentu za pomocą ośmiu śrub.
Lakier	Malowanie proszkowe z podkładem cynkowym zapewniającym ochronę przeciwkorozyjną
Kolorystyka	Zielono-szara RAL 6018 i 9006 Możliwość zastosowania dowolnej kolorystyki.
Sposób fundamentowania	Przytwierdzenie do stopy betonowej lub prefabrykatu 20cm poniżej poziomu gruntu
Zgodność z normą	PN-EN 16630:2015
Wymagana nawierzchnia	dowolna



### Motyl OF3-16

Wymiary (dł./szer./wys.)	105x78x210cm
Strefa bezpieczeństwa	405x378cm
Efekt treningu	Ćwiczy przede wszystkim górne partie mięśniowe. Rozciąga i poprawia rozwój mięśni klatki piersiowej, obręczy barkowej oraz kończyn górnych. Regularne ćwiczenia wraz z dużą ilością powtórzeń mogą wpłynąć na przyrost masy mięśniowej.
Sposób użycia	Zajmij miejsce na siodełku. Oprzyj się i chwyć rękoma oba drążki. Złącz ręce przyciągając drążki razem przed siebie i powracaj do pozycji wyjściowej.
Maksymalna waga użytkownika	120kg
Materiał	Konstrukcja nośna – rura Ø 114,3x3,6mm (St3S) Pozostałe elementy rurowe Ø 40x2mm Śruby metryczne ocynkowane Nakrętki kołpakowe ocynkowane zabezpieczonymi przed odkręceniem. Siedziska, i stopki wykonane z aluminium. Gumowe części amortyzujące (odbojniki) przykręcane za pomocą śruby z gwintem metrycznym do ramy urządzenia. Śruby metryczne ocynkowane. Nakrętki kołpakowe ocynkowane zabezpieczonymi przed odkręceniem. W przegubach łożyska kulkowe, bezobsługowe, metryczne.
Lakier	Malowanie proszkowe z podkładem cynkowym zapewniającym ochronę przeciwkorozyjną
Kolorystyka	Zielono-szara RAL 6018 i 9006 Możliwość zastosowania dowolnej kolorystyki.
Sposób fundamentowania	Przytwierdzenie do stopy betonowej lub prefabrykatu 30cm poniżej poziomu gruntu
Zgodność z normą	PN-EN 16630:2015
Wymagana nawierzchnia	dowolna