

Data sheet
Karta katalogowa
Scheda di dati
Fiche Technique
Datenblatt

PL **Urządzenie do ćwiczeń na świeżym powietrzu**

Kategoria urządzenia: Koordynacja ruchowa.

Efekt treningu: Poprawia krążenia oraz koordynacji ruchowej.

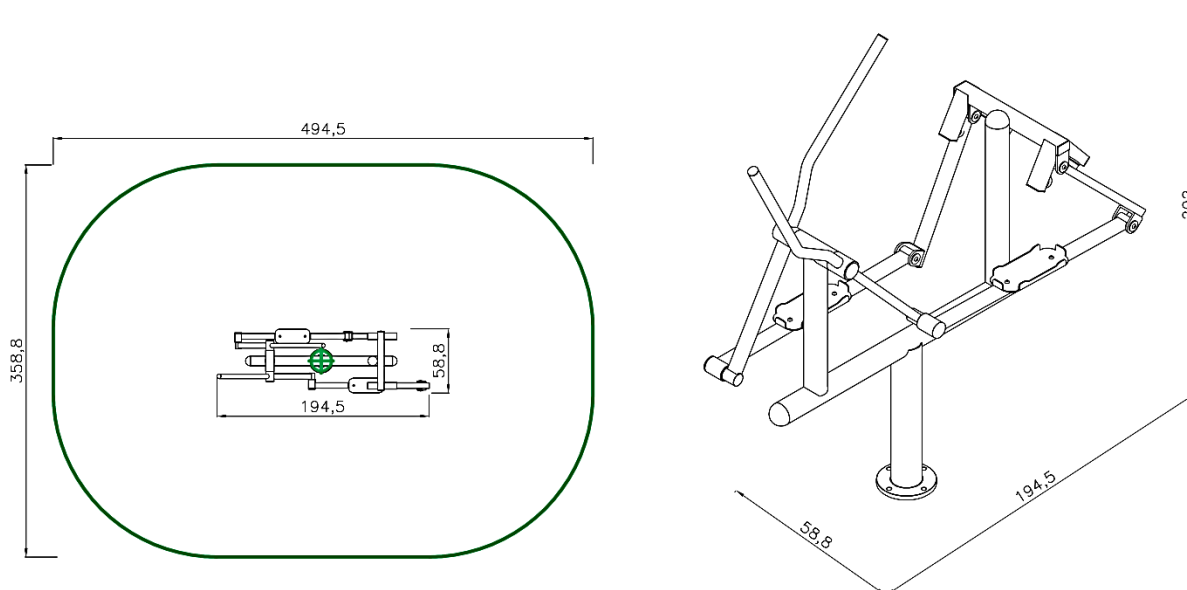
Sposób używania: Chwyć mocno za pionowe drążki. Następnie postaw jedną stopę na stopnicy. Po ustabilizowaniu zajętej pozycji dostaw drugą stopę na przeciwległą stopnicę. Popchnij jeden z pionowych drążków do przodu jednocześnie wspomagając ruch nogą. W ten sposób wprowadzasz urządzenie w ruch imitujący klasyczny bieg na nartach. Ilość powtórzeń dostosuj do własnych możliwości.

Trudność ćwiczenia: Średnie

Pełne bezpieczeństwo użytkowania sprzętu można utrzymać tylko dzięki regularnej kontroli dotyczącej uszkodzeń i zużycia. Przestrzegać instrukcji montażu i konserwacji. Na urządzeniach mogą ćwiczyć dorośli i dzieci o wzroście powyżej 1,4 m.

Przeznaczone dla jednej osoby. Maksymalne obciążenie 120 kg.

Wykonano w oparciu o normy: EN 16630 : 2015
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 mogą powstać z powodów np.: niewłaściwego użytkownika, wandalizmu lub przez warunki pogodowe. Częstotliwość oględzin – 1/tydz. Pierwsze oględziny przed oddaniem do użytku. Do czasu oddania do użytkownika zabezpieczyć urządzenia przed użytkowaniem i usunąć pomoce montażowe. Po pierwszych użyciach po zainstalowaniu urządzenia sprawdzić dokręcenie 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 je 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 wykonania lub rozłożenia (rozkręcenia) poszczególnych urządzeń do ćwiczeń lub ich części.

Roczna inspekcja powinna zostać wykonana przez producenta lub autoryzowanego Serwisanta Outdoor Fitness Center. Zgłoszenie inspekcji rocznych kierować na adres: fitness@outdoorfitness.pl

Awaryje

W przypadku braku, uszkodzenia lub zużycia elementów urządzenia należy je bezzwłocznie Wymienić lub naprawić. Jeśli jest to niemożliwe to zabezpieczyć przed użytkowaniem.

Kontakt do serwisu Outdoor Fitness Center: fitness@outdoorfitness.pl

Stosować tylko oryginalne części zamienne. Naprawy oraz wymiany części dokonać mogą Tylko producenci lub jego autoryzowany przedstawiciel.

Skier / Narciarz

Data sheet

Karta katalogowa

Scheda di dati

Fiche Technique

Datenblatt

EN Device for outdoor exercise

Category of device: Movement coordination.

Effect of training: Improved blood circulation and movement coordination.

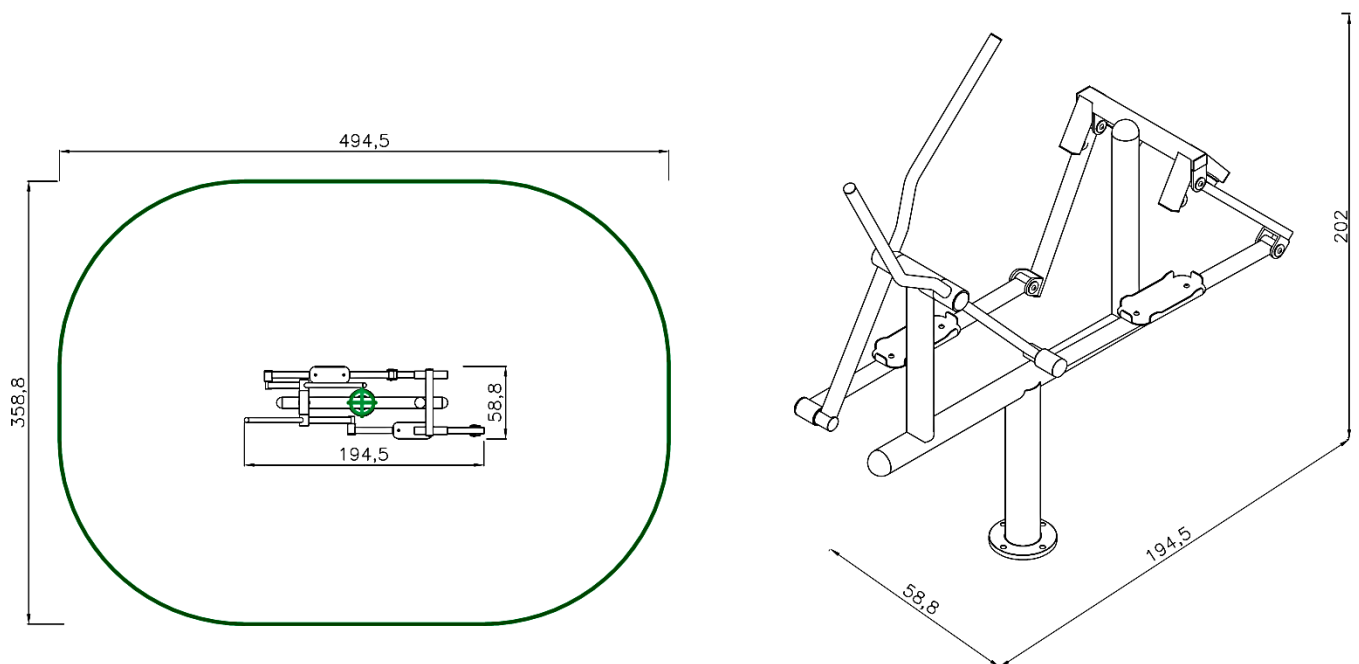
How to use : Grasp firmly by the vertical bars. Then place one foot on the tread. After stabilizing the supply position taken other foot on the opposite tread. Push one of the vertical rods to move forward at the same time supporting leg. In this way the machine into motion imitating classic cross-country skiing.

Difficulty of training: Average

Complete safety equipment can be maintained only through regular checks on damage and wear. Follow the instructions for installation and maintenance.
On devices can training adults and children taller than 1,4 meters.

Designed for one person. Maximum load 120 kg.

Made based on the standards: EN 16630 : 2015
Manufactured in Poland.



Maintenance manual
Instrukcja konserwacji
Manuel de maintenance
Manuale di manutenzione
Wartungshandbuch

EN A check is carried out as follows:

Routine inspection:

Visual inspection of the unit, designed to detect visible damage and threats that may arise for such reasons: misuse, vandalism or weather conditions. Frequency of inspection once a week. The first inspection before putting into use. Until to using devices, protect device before using and remove assembly aids. After the first uses of the installed equipment check tightening screws especially foundation.

Note 1 : For outdoor gym installed in areas with intensive use of equipment, as well as in areas exposed to frequent damage caused by vandalism, daily inspection may be required.

Note 2 : During a routine and operational inspection one should pay attention to: clarity, clearance, state of the ground, exposed (mobile) foundation, sharp edges, missing parts, excessive wear (dispersed and moving parts) and the strength of the structure itself, tightening the screws.

Operational control:

More accurate than a routine inspection of facilities for checking the functionality and stability of the equipment, including checking the rubbers stoppers.

- It should be performed every 1 to 3 months, or as recommended by the manufacturer / distributor.

Annual inspection of home:

Control that determines the overall condition for safer operating on the equipment (the main annual control)

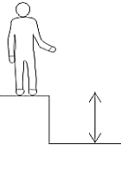
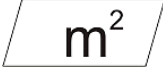

Note 3 : The main annual inspection may require digging or spreading (unscrewing) various exercise machines or parts of them. The annual inspection should be performed by the manufacturer or authorized Outdoor Fitness Center service technician. Submissions for the annual inspection at the following address: fitness@outdoorfitness.pl

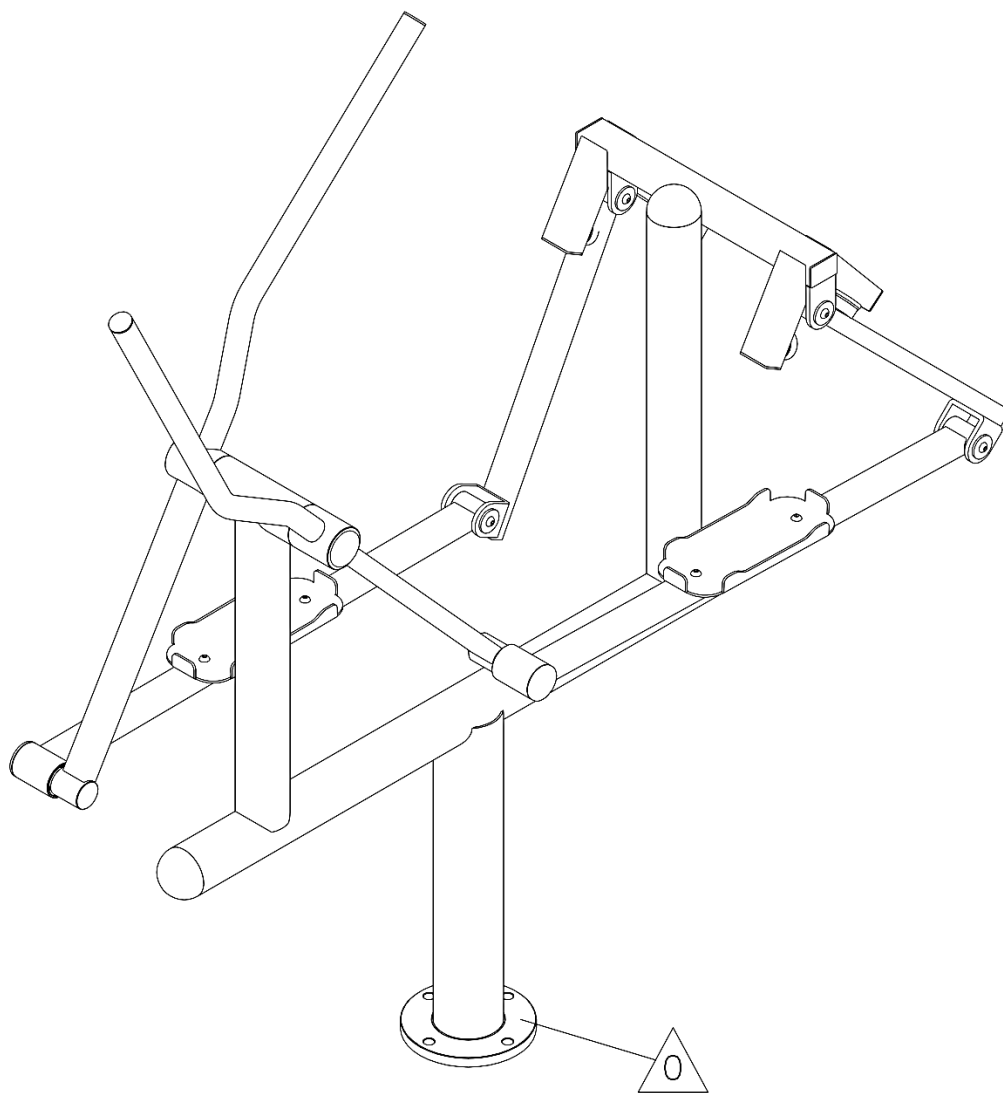
Failures


In the case of the absence, damage or wear of the device, it must be promptly repaired or replaced. If it is impossible to secure this unit prior to use. Contact the Outdoor Fitness Center site: fitness@outdoorfitness.pl. Use only original spare parts. Repairs and replacement parts can only make the manufacturer or his authorized representative.

Skier / Narciarz

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

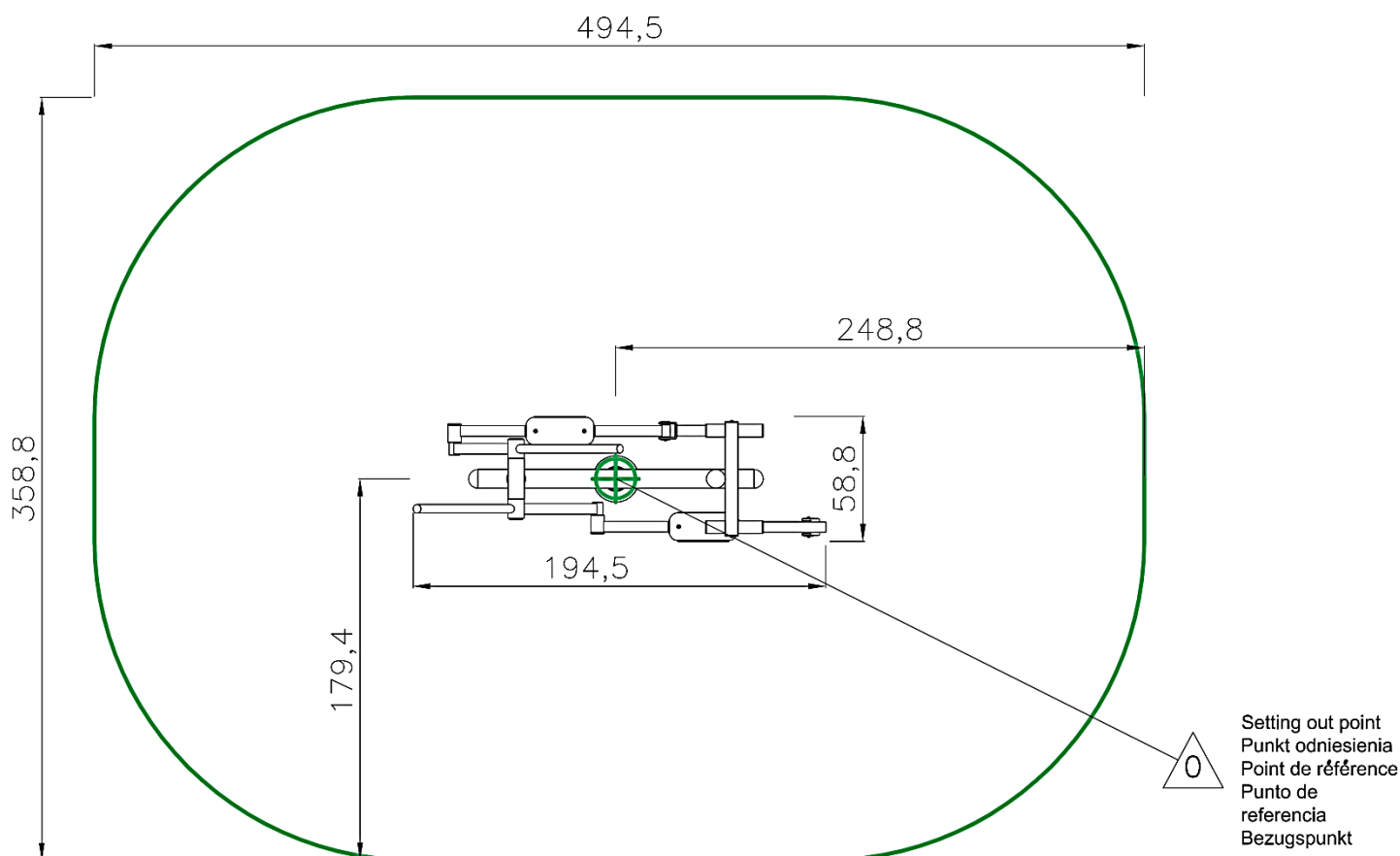
		
0,59 m	17 m ²	1,4 m → +



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

Required surface: Any
 Wymagana nawierzchnia: dowolna
 Toute Surface nécessaire
 Superficie necessaria: Qualsiasia
 Erforderliche oberflächen: Jede

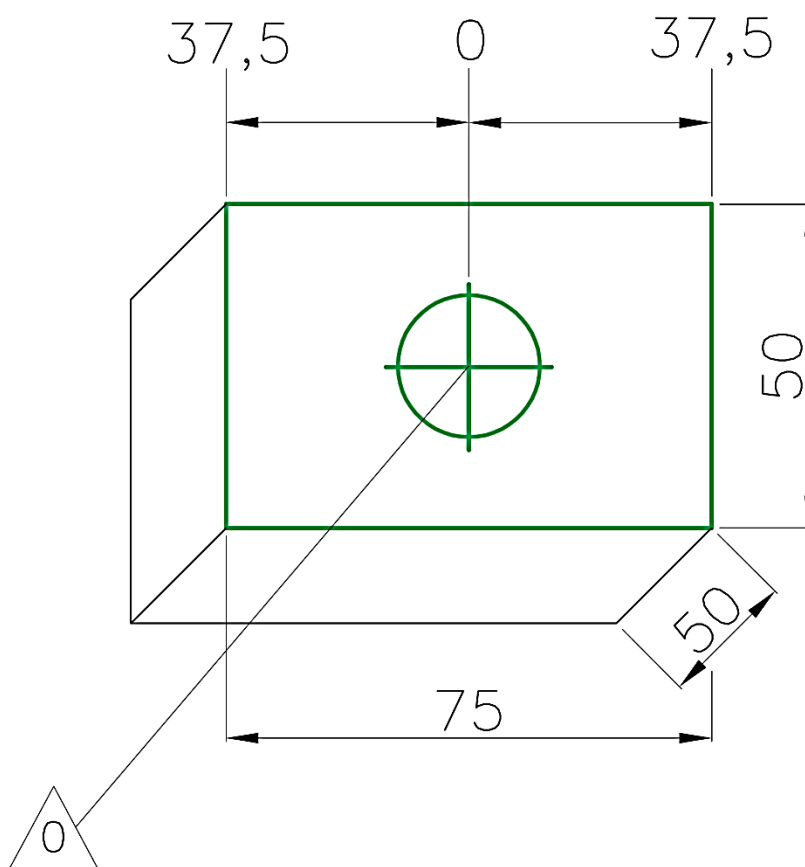
17 m²



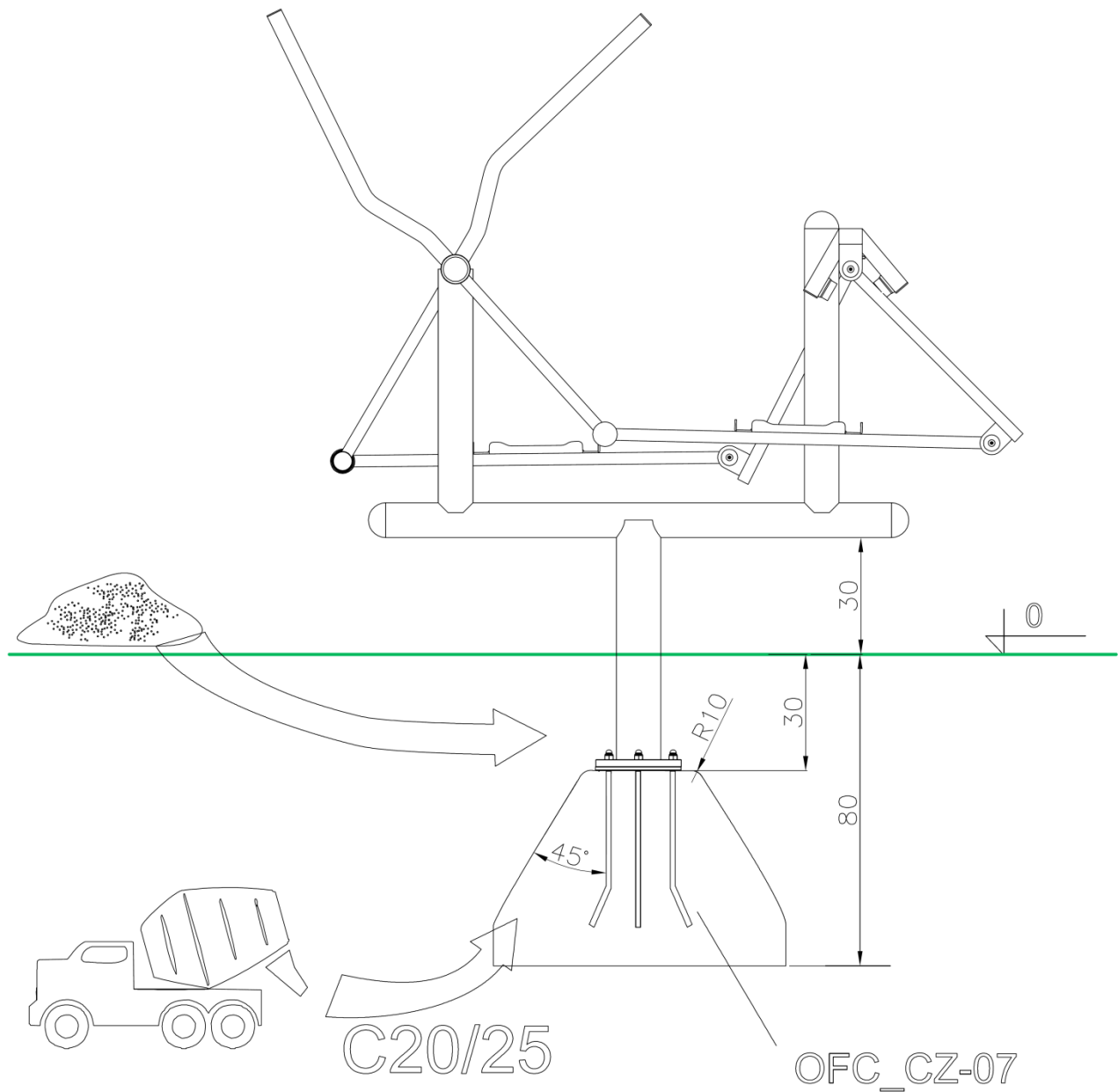
Skier / Narciarz



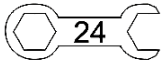
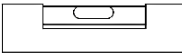

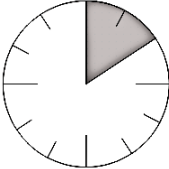
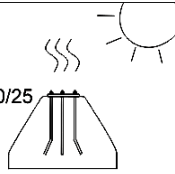
Concrete pad
Fundament betonowy
Dalle béton
Solara de Hormigón
Beton Bodenplate

$0,37\text{m}^2 / 0,19\text{ m}^3$



Footing plan
 Plan fundamentowania
 Implantion
 Implanacion
 Fundamentpla

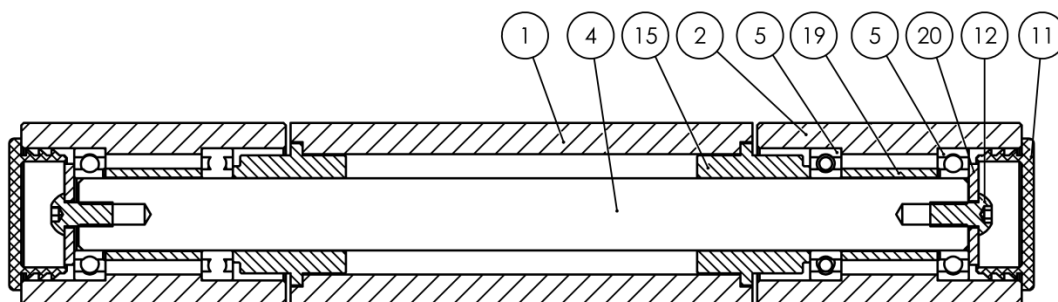
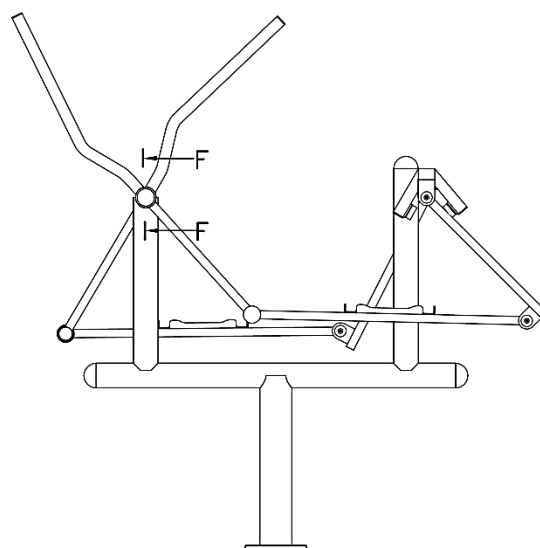
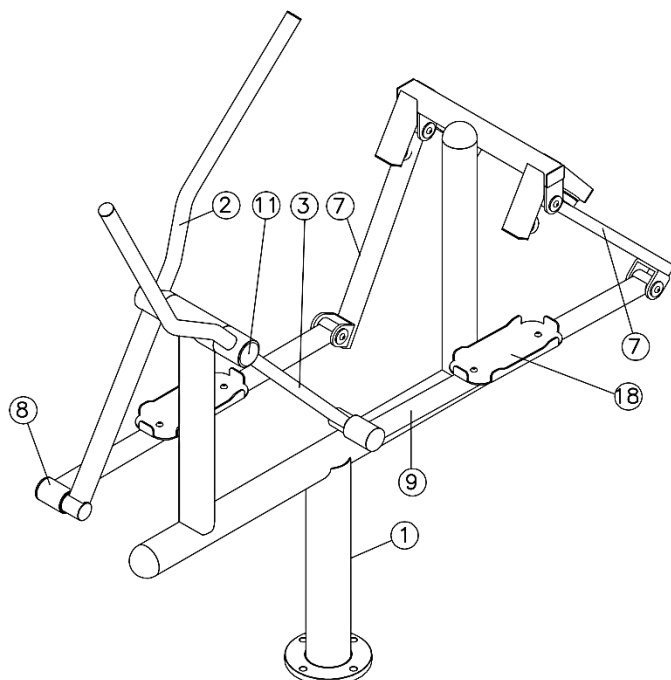


<p>4xM16</p> 	<p>4xM16</p> 	<p>24</p>  	<p>2x</p> 		<p>Min. 48h</p> 
---	---	--	--	---	--

Skier / Narciarz

Spare parts
Części zamienne
Pièces de rechange
Pezzi di ricambio
Ersatzteile

All threads are glued SONLOK 3572
Wszystkie gwinty klejone SONLOK 3572
Tous les fils sont colles SONLOK 3572
Tutti i thread sono incollati SONLOK 3572
Alle Fäden geklebt SONLOK 3572



PRZEKRÓJ F-F
SKALA 1 : 2

Spare parts
 Części zamienne
 Pièces de rechange
 Pezzi di ricambio
 Ersatzteile

NR ELEMENTU	NUMER CZĘŚCI	OPIS	ILOŚĆ
1	rama kompletna		1
2	korbowód pionowy prawy		1
3	korbowód pionowy lewy		1
4	Wałek przedni górny	Wałek 30mm	1
5	DIN 625 - 6006 - 14,DE,NC,14_68	łożysko DIN 625	10
6	Wałek centralny korby	Wałek 30mm	1
7	korba		2
8	korbowód poziomy prawy		1
9	korbowód poziomy lewy		1
10	Podkładka M12	Podkładka 13x42x4	4
11	Końcówka do rury 63x4		6
12	GB_SOCKET_TYPE7 M10X20-N		12
13	GB_SPECIAL_TYPE18 M10-N		8
14	pierscien dystansowy korby	pret fi 50	2
15	tuleja z kolnierzem		2
16	KS B 2025 S22 - 2206-S-C		2
17	uszczelnienie 55x40x8mm	Simering 62x40x8	2
18	Słopa	Blacha 3mm	2
19	tuleja dystansowa łożysk przod-gora	rura 38x3,7	2
20	Podkładka	Podkładka 11x42x4	4
21	tuleja dystansowa łożysk przod-dol	rura 38x3,7	2
22	Circlip DIN 472 - 62 x 2		2
23	tuleja dystansowa łożysk korba centralna tyl	rura 38x3,7	1
24	klin	klin	2
25	DIN 912 M12 x 30 --- 30N		4
26	uszczelnienie	Simering 62x40x8	2