

# PROJEKT BUDOWLANY

SKRÓCONY

TEMAT	BUDOWA MIEJSC REKREACJI - OTWARTYCH STREF AKTYWNOŚCI W GMINIE BONIEWO
LOKALIZACJA	WOJ. KUJAWSKO - POMORSKIE POWIAT WŁOCŁAWSKI GMINA BONIEWO DZ. NR 253/1 W OBRĘBIE BONIEWO
BRANŻA	BUDOWLANA
STUDIUM DOKUMENTACJI	<b>PROJEKT ZAGOSPODAROWANIA</b>
INWESTOR	GMINA BONIEWO, 87-853 BONIEWO
PROJEKTANT	MACIEJ TRZMIELEWSKI <b>PROJEKTANT</b> techn. bud. Maciej Trzmielewski upr. arch. konkursowa 5/3/88 Wk 87-800 Włocławek, ul. Zacisze 41 tel. 54/ 234-25-43

STAROSTA WŁOCŁAWSKI  
Załącznik do decyzji (pisma)

z dnia 07.02.2018

Nr PB.6443.127.2018.MK

Z up. STAROSTY

*Janusz Jaskulski*  
Janusz Jaskulski  
WICESTAROSTA

0002

Egz. nr .....

## SPIS TREŚCI

- 1 Podstawy opracowania
- 2 Przedmiot inwestycji – cel i zakres opracowania
- 3 Stan prawny terenu
- 4 Zakres opracowania
- 5 Stan istniejący
- 6 Położenie
- 7 Ukształtowanie
- 8 Wyposażenie
- 9 Ogrodzenie
- 10 Stan projektowany
- 11 Założenia programowe
- 12 Bilans terenu
- 13 Roboty ziemne
- 14 Roboty budowlane
- 15 Plantowanie
- 16 Nasadzenia
- 17 Wyposażenie
- 18 BIOZ – informacja dotycząca bezpieczeństwa i ochrony zdrowia
19. Część rysunkowa
  - 19.1. Plan sytuacyjny – skala 1:1000
  - 19.2. Karty katalogowe
- 20 Przedmiar robót
- 21 Załączniki

### **1. Podstawa opracowania**

Podstawą opracowania są :

- zlecenie Zamawiającego
- koncepcja architektoniczna uzgodniona z Zamawiającym
- obowiązujące przepisy i normy budowlane

### **2. Przedmiot inwestycji**

Przedmiotem inwestycji jest budowa miejsc rekreacji - Otwartych Stref Aktywności w gminie Boniewo.

### **3. Stan prawny terenu**

Działka objęta pracami projektowymi jest oznaczona numerem 253/1 i stanowi własność Inwestora.

### **4. Zakres opracowania**

Projekt obejmuje swoim zakresem zagospodarowanie części przedmiotowej działki z położeniem nacisku na utworzenie i wyposażenie miejsca rekreacji w urządzenia siłowe i elementy małej architektury.

### **5. Stan istniejący**

Miejsce rekreacji – na chwilę obecną brak jest wyposażenia urządzeń i elementów małej architektury.

### **6. Położenie**

Teren objęty opracowaniem położony jest w Boniewie dz. nr 253/1.

### **7. Ukształtowanie**

Teren na którym projektuje się miejsce rekreacji jest płaski. Cała powierzchnia miejsca rekreacji pokryta jest trawą.

### **8. Wyposażenie istniejące**

Brak

### **9. Ogrodzenie**

Teren inwestycji wymaga ogrodzenia.

### **10. Stan projektowany**

Projektuje się ułożenie nowej nawierzchni trawiastej, montaż urządzeń siłowych i elementów małej architektury oraz ogrodzenie terenu wraz z furtką.

### **11. Założenia programowe**

Zgodnie z ustaleniem z Inwestorem funkcja terenu przewidziana jest jako ogólnodostępny teren rekreacyjny, wyposażony w nowe urządzenia siłowe i elementy małej architektury przeznaczone dla dzieci w wieku szkolnym, młodzieży i dorosłych.

### **12. Bilans terenu**

Powierzchnia przeznaczona pod miejsce rekreacji – 378 m<sup>2</sup>

### **13. Roboty ziemne**

Projektuje się odtworzenie nawierzchni – trawiastej.

**14. Roboty budowlane**

Projektuj się wygradzenie terenu przeznaczonego pod miejsce rekreacji – ogrodzenie systemowe z gotowych elementów (przęsła stalowe) o wysokości 1,1m na prefabrykowanych betonowych fundamentach i cokołach.

**15. Plantowanie**

Należy dokonać plantowania terenu. Istniejąca nawierzchnia trawiasta jest w złym stanie technicznym.

**16. Nasadzenia**

Przewiduje się wykonania nasadzeń w obrębie opracowanego terenu.

**17. Wyposażenie**

\* wyżej wymienione i przedstawione urządzenia zaczerpnięte z oferty firmy „ATUT” [www.atut-placezabaw.pl](http://www.atut-placezabaw.pl). **Dopuszcza się wykorzystanie produktów innego producenta pod warunkiem, że będą one równoważne z wyżej wymienionymi.**

Na projekt składa się 6 podwójnych urządzeń fitness montowanych na pylonie nośnym. Urządzenia fitness dobrane tak, by z każdej strony pylonu zamontowany był inny element do ćwiczeń, natomiast cała siłownia zewnętrzna zapewniała jak najbardziej urozmaicone formy treningu dla użytkowników w różnym wieku. Dodatkowo w strefie rekreacji zostanie zamontowane dodatkowe urządzenie workout. W projekcie znajduje się również dwa betonowe stoły do gry w szachy/warcaby wraz z 4 siedziskami. Na projekt składają się również 4 drewniane ławki z oparciem zamontowane na stałe do podłoża na stalowych kotwach, 2 w strefie rekreacji i 2 w strefie placu zabaw. W każdej ze stref znajduje się również metalowy kosz na śmieci oraz tablica regulaminowa, osobna dla urządzeń siłowni zewnętrznej i dla placu zabaw. W strefie rekreacji znajduje się stojak na rowery pięciostanowiskowy. Na strefę placu zabaw składają się 3 zestawy sportowo-sprawnościowe przeznaczone dla użytkowników w różnym wieku. Cały plac zabaw jest ogrodzony za pomocą ogrodzenia panelowego. Furtka o szerokości 1m zapewnia przejście ze strefy relaksu na strefę placu zabaw. Cały plac zabaw ma nawierzchnię trawiastą o grubości 20cm. Zagospodarowanie zieleni obejmuje sadzenie 10 drzewek/krzewów.

L.P	NAZWA URZĄDZENIA LUB RODZAJ WYKONYWANEJ PRACY	ILOŚĆ
1	Drażek i poręcz na pylonie	1
2	Koła tai-chi małe i duże na pylonie	1
3	Orbit rek i biegacz na pylonie	1
4	Rower i jeździec na pylonie	1
5	Surfer i twister na pylonie	1
6	Wyciąg górny i krzesło do wyciskania na pylonie	1
7	Stół betonowy do gry w szachy/warcaby z krzesłami	2
8	Kosz na śmieci	1
9	Ławki drewniane	4
10	Stojak na rowery	1
11	Regulamin	2

12	Zestaw street workout	1
13	Zestaw sprawnościowy nr 1	1
14	Zestaw sprawnościowy nr 2	1
15	Zestaw sprawnościowy nr 5	1
16	Nasadzenia - drzewka/krzewy ozdobne (iglaki)	10

### 18. BIOZ - informacja dotycząca bezpieczeństwa i ochrony zdrowia

1. Zakres robót dla całego zamierzenia budowlanego oraz kolejność realizacji poszczególnych obiektów - przygotowanie terenu inwestycji, montaż i ogrodzenia i elementów małej architektury.

2. Zakres i kolejność robót:

2.0. prace ziemne,

2.1. montaż urządzeń siłowych i elementów małej architektury,

2.2. odtworzenie nawierzchni trawiastej.

3. Wykaz istniejących obiektów budowlanych.

3.1. teren jest niezabudowany.

4. Wskazanie elementów zagospodarowania działki lub terenu, które mogą stwarzać zagrożenie bezpieczeństwa i zdrowia ludzi.

4.1. brak.

5. Wskazanie dotyczące przewidywanych zagrożeń występujących podczas realizacji robót budowlanych, określające skalę i rodzaje zagrożeń oraz miejsce i czas ich wystąpienia.

5.1. zagrożenie w czasie manewrowania sprzętem, pojazdami podczas wykonywania prac ziemnych.

5.2. zagrożenie stwarzają prace montażowe prowadzone na wysokościach większych niż 5,0 m.

6. Wskazanie sposobu prowadzenia instruktażu pracowników przed przystąpieniem do realizacji robót szczególnie niebezpiecznych.

6.1. pracownicy przeszkoleni w zakresie przepisów BHP obowiązujących przy wykonywaniu robót budowlanych.

7. Wskazanie środków technicznych i organizacyjnych, zapobiegających niebezpieczeństwom wynikającym z wykonywania robót budowlanych w strefach szczególnego zagrożenia zdrowia lub w ich sąsiedztwie w tym zapewniających bezpieczną i sprawną komunikację, umożliwiającą szybką ewakuację na wypadek pożaru, awarii innych zagrożeń.

7.1. nie występują strefy szczególnego zagrożenia

Zakres robót budowlanych towarzyszących realizacji niniejszego zamierzenia projektowego obejmuje przypadki wyszczególnione w §6 Rozporządzenia Ministra Infrastruktury z dn. 23 czerwca 2003r. (Dz. U. Nr 120, poz. 1126).

Planowane roboty muszą być wykonane z zachowaniem szczególnej ostrożności i według zaleceń konstruktora i kierownika budowy.

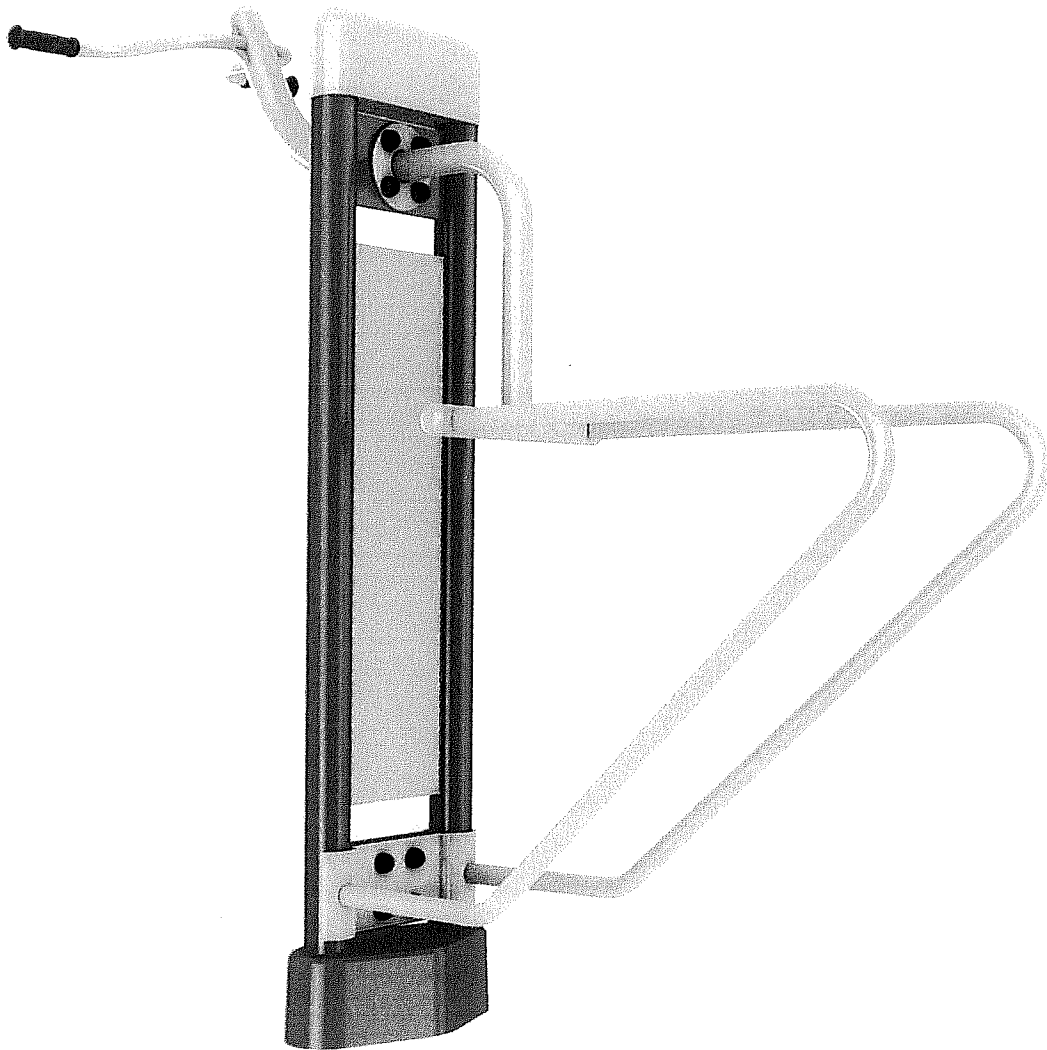
Wszystkie roboty należy prowadzić z zachowaniem wszystkich obowiązujących przepisów BHP i p.poż. W szczególności należy przestrzegać wymagań zawartych w Rozporządzeniu Ministra Infrastruktury z dnia 06 lutego 2003r. „W sprawie bezpieczeństwa i higieny pracy podczas wykonywania robót budowlanych” (Dz. U. Nr 47 z 2003r. poz. 401).

Kierownik budowy jest zobowiązany każdorazowo dokonać instruktażu pracowników przed przystąpieniem do kolejnego etapu robót.

Przy wjeździe na teren umieścić tablicę informacyjną budowy.


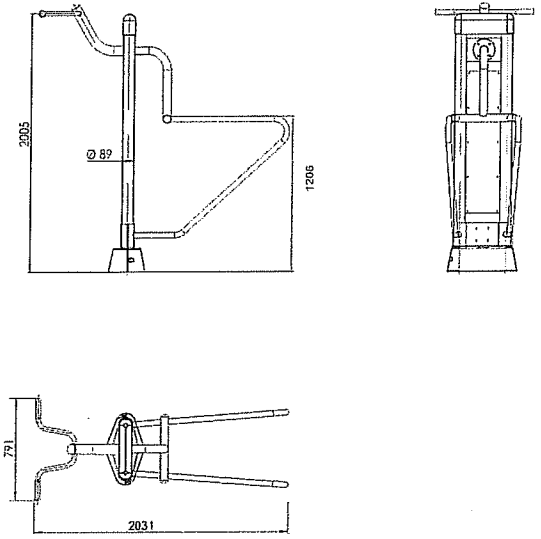
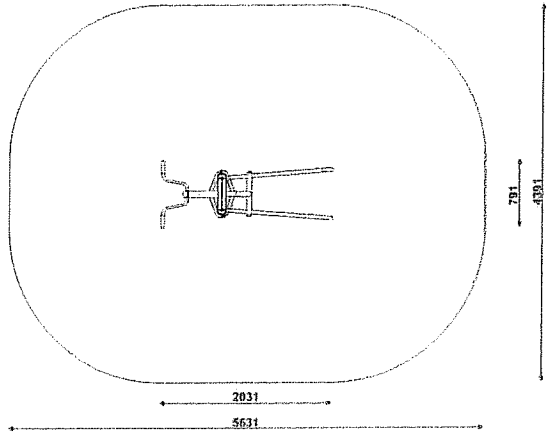
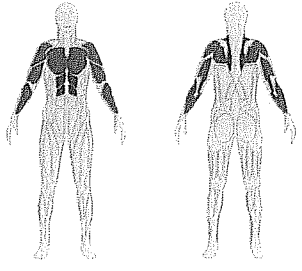


## Drażek i poręcze na pylonie



*Ryc.1. Wizualizacja urządzenia fitness.*

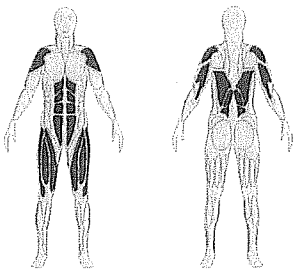
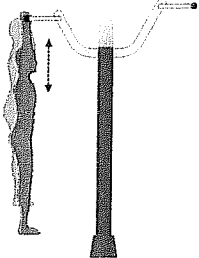
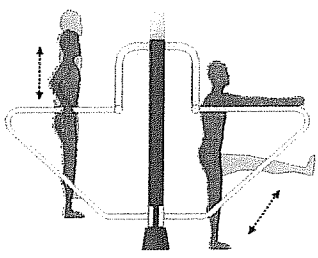
**Informacje techniczne o urządzeniu fitness:**

<b>Nazwa urządzenia:</b>	Drażek i poręcz na pylonie	
<b>Numer katalogowy:</b>	FL8	
<b>Zgodność z normami:</b>	PN-EN 16630:2015	
<b>Certyfikat:</b>	Na zgodność z norma PN-EN 16630:2015	
<b>Wydawca certyfikatu:</b>	TÜV Rheinland 	
<b>Wymiary urządzenia:</b> Wysokość: Szerokość: Długość: Głębokość posadowienia: Maksymalna wysokość upadku:	2174mm 791mm 2031mm 500mm 1206mm	
<b>Bezpieczna strefa użytkowania:</b>	5631mm x 4391mm  (180cm z każdej strony urządzenia)	
<b>Funkcje urządzenia:</b> <b>Drażek</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni barków</li> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni ramion</li> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni grzbietu</li> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni piersiowych</li> <li>- zwiększenie elastyczności kończyn górnych</li> <li>- poprawa ogólnej kondycji fizycznej</li> <li>- poprawa wydolności serca</li> <li>- poprawa wydolności płuc</li> </ul>	

Ryc.2. Wymiary urządzenia fitness.

Ryc.3. Strefa bezpieczeństwa urządzenia fitness.

Ryc.4. Funkcje urządzenia fitness.

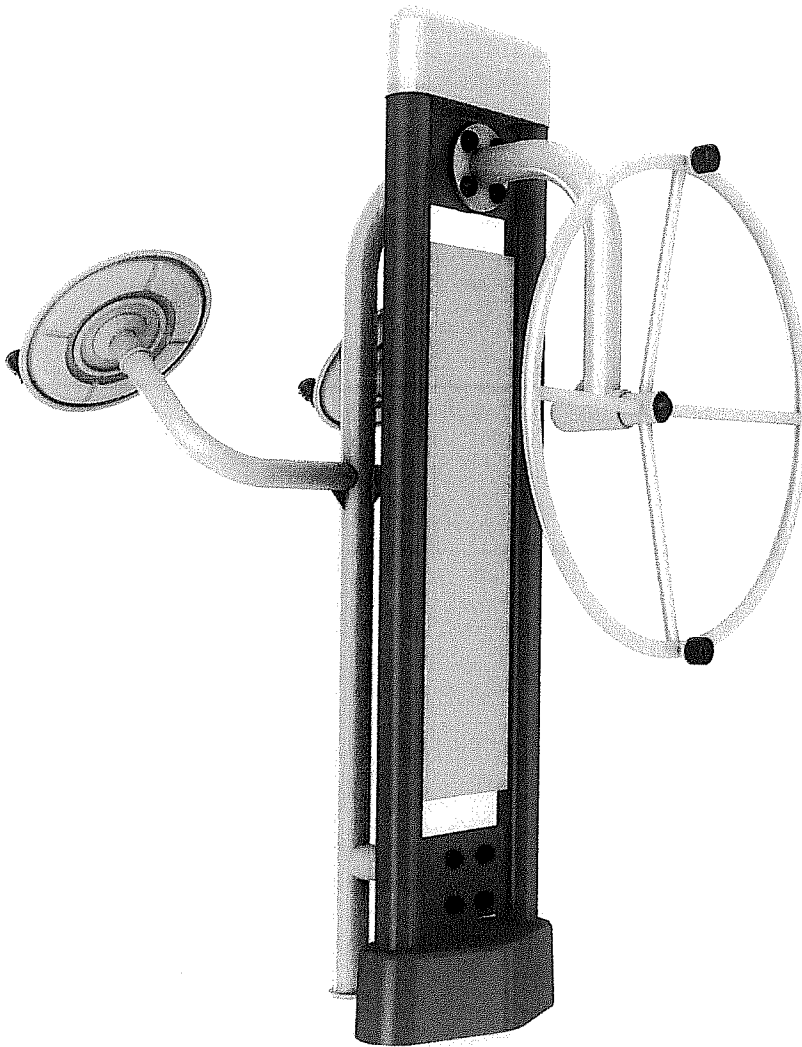
<p><b>Funkcje urządzenia: Poręcze</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni barków</li> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni ramion</li> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni grzbietu</li> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni piersiowych</li> <li>- poprawa ogólnej kondycji fizycznej</li> <li>- poprawa wydolności serca</li> <li>- poprawa wydolności płuc</li> </ul>	 <p>Ryc.4. Funkcje urządzenia fitness.</p>
<p><b>Typ ćwiczeń:</b></p>	<p>Siłowe</p>	
<p><b>Stopień trudności ćwiczeń:</b></p>	<p>Średni/trudny</p>	
<p><b>Sposób wykonywania ćwiczeń: Drażek</b></p>	<p>Stań przodem do urządzenia. Unieś ręce w górę i chwyć obiema dłońmi uchwyty. Podciągnij się na drążku unosząc ciężar własnego ciała. Powróć do pozycji wyjściowej. Prawidłowo wykonane ćwiczenie polega na podciągnięciu się do całkowitego zgięcia kończyn górnych w łokciach oraz opuszczeniu do w pełni wyprostowanych ramion. Najlepsze efekty przynoszą serie ćwiczeń, np. 10 podciągnięć, przerwa i kolejne 10 podciągnięć. Każdy element do ćwiczeń przeznaczony jest tylko dla jednego użytkownika. Osoby o słabszym zdrowiu powinny korzystać z urządzenia po zapoznaniu się z opinią lekarza lub z asekuracją innej osoby.</p>	 <p>Ryc.5. Schemat wykonywania ćwiczeń.</p>
<p><b>Sposób wykonywania ćwiczeń: Poręcze</b></p>	<p>Stań przodem do urządzenia. Chwyć dłońmi poręczą. Unieś się na poziomych poręczach podpierając się na ramionach. Uginając ramiona opuszczaj się i podnoś na poręczach. Prawidłowo wykonane ćwiczenie polega na podniesieniu się do całkowitego wyprostowania kończyn górnych oraz opuszczeniu do pozycji, w której ramiona są zgięte w łokciach. Najlepsze efekty przynoszą serie ćwiczeń, np. 10 powtórzeń, przerwa i kolejne 10 powtórzeń. Ilość powtórzeń w serii należy dostosować indywidualnie. Każdy element do ćwiczeń przeznaczony jest tylko dla jednego użytkownika. Osoby o słabszym zdrowiu powinny korzystać z urządzenia po zapoznaniu się z opinią lekarza lub z asekuracją innej osoby.</p> <p>Stań tyłem do urządzenia. Podciągnij się na poręczach poziomych w taki sposób, by ramiona spoczywały równoległe na poręczach. Unoś kończyny dolne do pozycji poziomej a następnie opuszczaj</p>	 <p>Ryc.5. Schemat wykonywania ćwiczeń.</p>

	do pozycji wyjściowej. Należy pamiętać by kończyny dolne trzymać złączone razem. Najlepsze efekty przynoszą serie ćwiczeń, np. 10 powtórzeń, przerwa i kolejne 10 powtórzeń. Ilość powtórzeń w serii należy dostosować indywidualnie. Każdy element do ćwiczeń przeznaczony jest tylko dla jednego użytkownika. Osoby o słabszym zdrowiu powinny korzystać z urządzenia po zapoznaniu się z opinią lekarza lub z asekuracją innej osoby.	
<b>Przeznaczenie urządzenia:</b>		Urządzenie fitness na siłownię zewnętrzną jest przeznaczone dla osób dorosłych i młodzieży powyżej 14 roku życia lub o wzroście powyżej 140cm.
Maksymalna waga ćwiczącego:	120kg	
Minimalny wzrost ćwiczącego:	140cm	
Minimalny wiek ćwiczącego:	14 lat	
Maksymalna liczba ćwiczących:	2	
<b>Konstrukcja urządzenia:</b>		
<b>Pylon:</b>	Rura stalowa 89mm x 3mm, blacha stalowa 10mm.	
<b>Urządzenia do ćwiczeń:</b>	W zależności od rodzaju urządzenia i przeznaczenia elementu: rura stalowa 140mm, 76mm, 60mm, 42mm lub 32mm; blacha stalowa 3mm, 5mm.	
<b>Elementy ruchome:</b>	Łożyska typu zamkniętego, odporne na zanieczyszczenia, niewymagające smarowania.	
<b>Rączki i uchwyty:</b>	Polichlorek winylu - tworzywo sztuczne odporne na zmienne warunki atmosferyczne, niskie i wysokie temperatury oraz zapewniające odpowiedni komfort użytkownika.	
<b>Instrukcja:</b>	Stalowa tablica zamontowana do pylonu, zawierająca informacje o użytkowaniu urządzenia w formie tekstowej i graficznej.	
<b>Farba:</b>	Farba podkładowa cynkowa, farba proszkowa poliestrowa - struktura matowa tzw. "skórka pomarańczy" - urządzenia malowane dwukrotnie.	
<b>Kolorystyka:</b>	Czerwony- RAL 3002 - pylon, dolna osłona pylonu Srebrny - RAL 9006 - urządzenia do ćwiczeń, górna osłona pylonu, tablica informacyjna.	
<b>Zabezpieczenia:</b>	Górna część pylonu oraz dolna część pylonu i element mocujący do podłoża zabezpieczone za pomocą osłony aluminiowej. Śruby umieszczone w osłonach z tworzywa sztucznego.	
<b>Instalacja:</b>	Pylon przymocowany do stalowej kotwy ocynkowanej ogniowo za pomocą 4 nakrętek samohamownych M18 umieszczonych na podkładach M18. Urządzenia do ćwiczeń zamontowane do pylonu za pomocą 4 lub 8 śrub M12 (w zależności od urządzenia) umieszczonych w osłonach z tworzywa sztucznego. Kotwa ocynkowana ogniowo, wyposażona w 4 gwinty M18, umieszczona w gruncie w fundamencie betonowym na głębokości 500mm.	
<b>Fundamentowanie:</b>	Pylon: - fundament prefabrykowany lub utworzony bezpośrednio w gruncie o wymiarach min. 600mm x 600mm i głębokości 500mm - beton klasy C20/C25. Urządzenia do ćwiczeń, których konstrukcja opiera się na gruncie, usytuowane na prefabrykacie betonowym (krawężnik drogowy) o grubości 150mm (w przypadku niektórych urządzeń dodatkowo przymocowanie podstawy do prefabrykatu za pomocą kotew tulejowych).	

**Instrukcje dotyczące urządzenia fitness:**


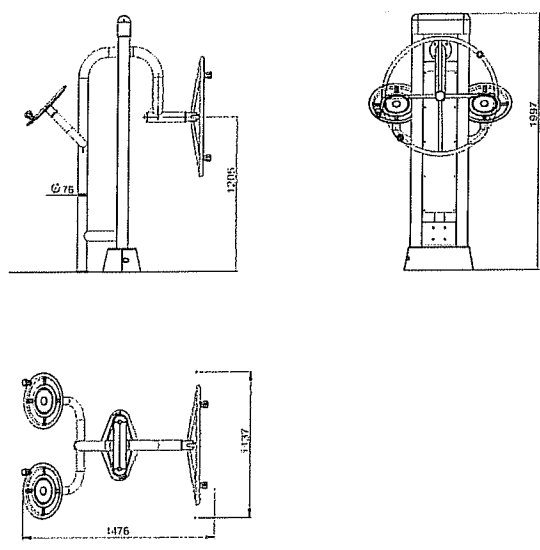
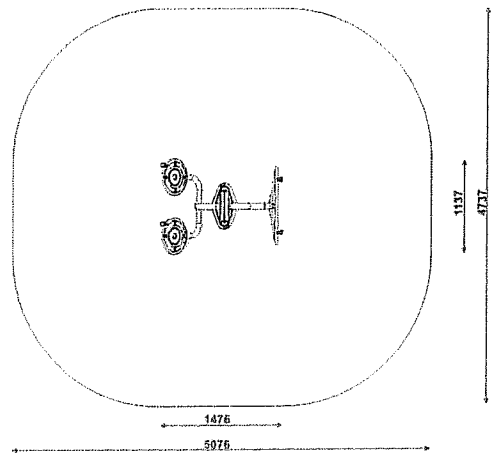
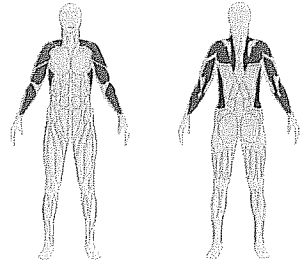
<b>Konserwacja i przeglądy okresowe urządzeń:</b>	W celu zapewnienia pełnego bezpieczeństwa użytkowania oraz pełnej funkcjonalności urządzeń fitness przeznaczonych na siłownie zewnętrzne należy stosować regularne przeglądy:
Kontrola regularna: co 1 - 7 dni	Kontrola polegająca na oglądzinach urządzeń fitness i terenu siłowni zewnętrznej. Podczas tej kontroli należy sprawdzić teren wokół siłowni zewnętrznej oraz usunąć z niego wszelkie zanieczyszczenia oraz elementy stanowiące zagrożenie dla bezpieczeństwa użytkowników. Należy sprawdzić kompletność wszystkich elementów urządzeń fitness oraz ocenić ewentualne braki i uszkodzenia (powstałe na skutek kradzieży czy wandalizmu). Należy również sprawdzić oznakowanie urządzeń i funkcjonowanie poszczególnych części, szczególnie elementów ruchomych do ćwiczeń (czy elementy poruszają się bez problemów). Podczas tej kontroli należy również sprawdzić połączenia śrubowe (występujące luzy, odkręcone nakrętki, brakujące zaślepki gwintów śrub, uszkodzone gwinty). W razie konieczności należy dokręcić nakrętki lub wymienić śruby. Częstotliwość przeprowadzania kontroli regularnej siłowni zewnętrznej należy dostosować do występujących nieprawidłowości (zalecana częstsza kontrola na obszarach szczególnie narażonych na wandalizm).
Kontrola funkcjonalna: co 1 - 3 miesiące	Podczas tej kontroli należy sprawdzić stan fundamentów betonowych oraz mocowanie urządzeń. Jeśli siłownia zewnętrzna znajduje się na terenie trawiastym, glebowym lub piaszczystym należy sprawdzić stan nawierzchni przykrywającej fundament a w razie konieczności uzupełnić jej poziom. W czasie tej kontroli należy sprawdzić stan powłok lakierniczych oraz powstałych wskutek ich uszkodzenia możliwych śladów korozji. W przypadku uszkodzenia powłoki lakieru w celu naprawy należy miejsce uszkodzenia oczyścić i pomalować odpowiednią farbą przeznaczoną do elementów metalowych. Należy również sprawdzić stan elementów wykonanych z tworzyw sztucznych (uchwyty gumowe, zaślepki na śruby).
Kontrola podstawowa: Raz do roku	Kontrolę roczną zalecane są przy udziale przedstawiciela producenta siłowni zewnętrznej lub odpowiednio wykwalifikowane osoby. Podczas tej kontroli należy sprawdzić ogólny stan techniczny siłowni zewnętrznej, przede wszystkim stan i zużycie elementów, stabilność, stan kotew i fundamentów betonowych. Należy również sprawdzić funkcjonalność urządzenia fitness poprzez wykonanie prostych testów użytkowych.
	Wszystkie procedury kontrolne powinny zostać przeprowadzone przez odpowiednio do tego przygotowane osoby oraz odpowiednio udokumentowane.
Postępowanie w przypadku awarii:	W przypadku wystąpienia awarii siłowni zewnętrznej należy dane urządzenie wyłączyć z użytkowania i odpowiednio zabezpieczyć przed możliwością dalszego używania (np. poprzez oznaczenie taśmą ostrzegawczą i umieszczenie informacji o niesprawności urządzenia) oraz wezwać serwis. W razie wątpliwości dotyczących sprawności urządzenia należy skontaktować się z producentem lub dostawcą. Producent zapewnia części zamienne do danego urządzenia. Niedozwolone jest stosowanie części zamiennych innych niż zalecane przez producenta.

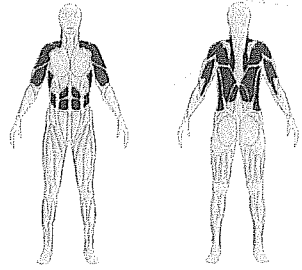
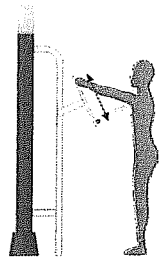
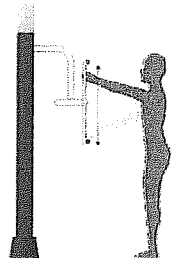
## Koła tai-chi małe i duże na pylonie



*Ryc.1. Wizualizacja urządzenia fitness.*

**Informacje techniczne o urządzeniu fitness:**

<b>Nazwa urządzenia:</b>	Koła tai-chi małe i koło duże na pylonie	
<b>Numer katalogowy:</b>	FL9	
<b>Zgodność z normami:</b>	PN-EN 16630:2015	
<b>Certyfikat:</b>	Na zgodność z norma PN-EN 16630:2015	
<b>Wydawca certyfikatu:</b>	TÜV Rheinland 	
<b>Wymiary urządzenia:</b> Wysokość: Szerokość: Długość: Głębokość posadowienia: Maksymalna wysokość upadku:	1997mm 1137mm 1476mm 500mm brak	
		<i>Ryc.2. Wymiary urządzenia fitness.</i>
<b>Bezpieczna strefa użytkowania:</b>	5076mm x 4737mm  (180cm z każdej strony urządzenia)	
		<i>Ryc.3. Strefa bezpieczeństwa urządzenia fitness.</i>
<b>Funkcje urządzenia:</b> <b>Koła tai-chi małe</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni barków</li> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni ramion</li> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni nadgarstków</li> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni brzucha</li> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni grzbietu</li> <li>- zwiększenie elastyczności stawów barkowych</li> <li>- poprawa ogólnej kondycji fizycznej</li> <li>- poprawa wydolności serca</li> <li>- poprawa wydolności płuc</li> </ul>	
		<i>Ryc.4. Funkcje urządzenia fitness.</i>

<p><b>Funkcje urządzenia:</b> <b>Koło tai-chi duże</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni barków</li> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni ramion</li> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni nadgarstków</li> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni brzucha</li> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni grzbietu</li> <li>- zwiększenie elastyczności stawów barkowych</li> <li>- poprawa ogólnej kondycji fizycznej</li> <li>- poprawa wydolności serca</li> <li>- poprawa wydolności płuc</li> </ul>	 <p>Ryc.4. Funkcje urządzenia fitness.</p>
<p><b>Typ ćwiczeń:</b></p>	<p>Rozgrzewające/rozciągające</p>	
<p><b>Stopień trudności ćwiczeń:</b></p>	<p>Łatwy</p>	
<p><b>Sposób wykonywania ćwiczeń:</b> <b>Koła tai-chi małe</b></p>	<p>Stań przodem do kół tai-chi. Chwyć za uchwyty kół, każdą dłonią za jedno koło. Obracaj kołami w lewo, prawo lub naprzemiennie. Prędkość obracania kół powinna być dostosowana do indywidualnych potrzeb każdego użytkownika. Każdy element do ćwiczeń przeznaczony jest tylko dla jednego użytkownika. Osoby o słabszym zdrowiu powinny korzystać z urządzenia po zapoznaniu się z opinią lekarza lub z asekuracją innej osoby.</p>	 <p>Ryc.5. Schemat wykonywania ćwiczeń.</p>
<p><b>Sposób wykonywania ćwiczeń:</b> <b>Koło tai-chi duże</b></p>	<p>Stań przodem do koła obrotowego. Chwyć za uchwyty koła obrotowego obiema dłońmi, obracaj kołem w prawo lub lewo. Prędkość obracania koła powinna być dostosowana do indywidualnych potrzeb każdego użytkownika. Każdy element do ćwiczeń przeznaczony jest tylko dla jednego użytkownika. Osoby o słabszym zdrowiu powinny korzystać z urządzenia po zapoznaniu się z opinią lekarza lub z asekuracją innej osoby.</p> <p>Stań tyłem do koła obrotowego. Rozstaw ręce na boki i chwyć uchwyty koła obrotowego. Wykonuj ruchy polegające na naprzemiennym przechylaniu koła w lewo i w prawo. Staraj się nie odrywać stóp od powierzchni. Zakres i prędkość obracania kołem powinien być dostosowany do indywidualnych potrzeb każdego użytkownika. Każdy element do ćwiczeń przeznaczony jest tylko dla jednego użytkownika. Osoby o słabszym zdrowiu powinny korzystać z urządzenia po zapoznaniu się z opinią lekarza lub z asekuracją innej osoby.</p>	 <p>Ryc.5. Schemat wykonywania ćwiczeń.</p>

<b>Przeznaczenie urządzenia:</b>		Urządzenie fitness na siłownię zewnętrzną jest przeznaczone dla osób dorosłych i młodzieży powyżej 14 roku życia lub o wzroście powyżej 140cm.
Maksymalna waga ćwiczącego:	120kg	
Minimalny wzrost ćwiczącego:	140cm	
Minimalny wiek ćwiczącego:	14 lat	
Maksymalna liczba ćwiczących:	2	
<b>Konstrukcja urządzenia:</b>		
Pylon:	Rura stalowa 89mm x 3mm, blacha stalowa 10mm.	
Urządzenia do ćwiczeń:	W zależności od rodzaju urządzenia i przeznaczenia elementu: rura stalowa 140mm, 76mm, 60mm, 42mm lub 32mm; blacha stalowa 3mm, 5mm.	
Elementy ruchome:	Łożyska typu zamkniętego, odporne na zanieczyszczenia, niewymagające smarowania.	
Rączki i uchwyty:	Polichlorek winylu - tworzywo sztuczne odporne na zmienne warunki atmosferyczne, niskie i wysokie temperatury oraz zapewniające odpowiedni komfort użytkowania.	
Instrukcja:	Stalowa tablica zamontowana do pylonu, zawierająca informacje o użytkowaniu urządzenia w formie tekstowej i graficznej.	
Farba:	Farba podkładowa cynkowa, farba proszkowa poliestrowa - struktura matowa tzw. "skórka pomarańczy" - urządzenia malowane dwukrotnie.	
Kolorystyka:	Czerwony - RAL 3002 - pylon, dolna osłona pylonu Srebrny - RAL 9006 - urządzenia do ćwiczeń, górna osłona pylonu, tablica informacyjna.	
Zabezpieczenia:	Górna część pylonu oraz dolna część pylonu i element mocujący do podłoża zabezpieczone za pomocą osłony aluminiowej. Śruby umieszczone w osłonach z tworzywa sztucznego.	
Instalacja:	Pylon przymocowany do stalowej kotwy ocynkowanej ogniowo za pomocą 4 nakrętek samohamownych M18 umieszczonych na podkładkach M18. Urządzenia do ćwiczeń zamontowane do pylonu za pomocą 4 lub 8 śrub M12 (w zależności od urządzenia) umieszczonych w osłonach z tworzywa sztucznego. Kotwa ocynkowana ogniowo, wyposażona w 4 gwinty M18, umieszczona w gruncie w fundamencie betonowym na głębokości 500mm.	
Fundamentowanie:	Pylon: - fundament prefabrykowany lub utworzony bezpośrednio w gruncie o wymiarach min. 600mm x 600mm i głębokości 500mm - beton klasy C20/C25. Urządzenia do ćwiczeń, których konstrukcja opiera się na gruncie, usytuowane na prefabrykacie betonowym (krawężnik drogowy) o grubości 150mm (w przypadku niektórych urządzeń dodatkowo przymocowanie podstawy do prefabrykatu za pomocą kotew tulejowych).	

### Instrukcje dotyczące urządzenia fitness:

<b>Konserwacja i przeglądy okresowe urządzeń:</b>	W celu zapewnienia pełnego bezpieczeństwa użytkowania oraz pełnej funkcjonalności urządzeń fitness przeznaczonych na siłownię zewnętrzną należy stosować regularne przeglądy:
Kontrola regularna: co 1 - 7 dni	Kontrola polegająca na oględzinach urządzeń fitness i terenu siłowni zewnętrznej. Podczas tej kontroli należy sprawdzić teren wokół siłowni zewnętrznej oraz usunąć z niego wszelkie zanieczyszczenia oraz elementy stanowiące zagrożenie dla bezpieczeństwa użytkowników. Należy sprawdzić kompletność wszystkich elementów urządzeń fitness oraz ocenić ewentualne braki i uszkodzenia (powstałe na skutek kradzieży czy wandalizmu). Należy również sprawdzić oznakowanie urządzeń i funkcjonowanie poszczególnych części, szczególnie elementów ruchomych do ćwiczeń (czy elementy poruszają się bez problemów). Podczas tej kontroli należy również sprawdzić połączenia

	<p>śrubowe (występujące luzy, odkręcone nakrętki, brakujące zaślepki i gwintów śrub, uszkodzone gwinty). W razie konieczności należy dokręcić nakrętki lub wymienić śruby. Częstotliwość przeprowadzania kontroli regularnej siłowni zewnętrznej należy dostosować do występujących nieprawidłowości (zalecana częstsza kontrola na obszarach szczególnie narażonych na wandalizm).</p>
<p>Kontrola funkcjonalna: co 1 - 3 miesiące</p>	<p>Podczas tej kontroli należy sprawdzić stan fundamentów betonowych oraz mocowanie urządzeń. Jeśli siłownia zewnętrzna znajduje się na terenie trawiastym, glebowym lub piaszczystym należy sprawdzić stan nawierzchni przykrywającej fundament a w razie konieczności uzupełnić jej poziom. W czasie tej kontroli należy sprawdzić stan powłok lakierniczych oraz powstałych wskutek ich uszkodzenia możliwych śladów korozji. W przypadku uszkodzenia powłoki lakieru w celu naprawy należy miejsce uszkodzenia oczyścić i pomalować odpowiednią farbą przeznaczoną do elementów metalowych. Należy również sprawdzić stan elementów wykonanych z tworzyw sztucznych (uchwyty gumowe, zaślepki na śruby).</p>
<p>Kontrola podstawowa: Raz do roku</p>	<p>Kontrole roczne zalecane są przy udziale przedstawiciela producenta siłowni zewnętrznej lub odpowiednio wykwalifikowane osoby. Podczas tej kontroli należy sprawdzić ogólny stan techniczny siłowni zewnętrznej, przede wszystkim stan i zużycie elementów, stabilność, stan kotew i fundamentów betonowych. Należy również sprawdzić funkcjonalność urządzenia fitness poprzez wykonanie prostych testów użytkowych.</p>
	<p>Wszystkie procedury kontrolne powinny zostać przeprowadzone przez odpowiednio do tego przygotowane osoby oraz odpowiednio udokumentowane.</p>
<p>Postępowanie w przypadku awarii:</p>	<p>W przypadku wystąpienia awarii siłowni zewnętrznej należy dane urządzenie wyłączyć z użytkowania i odpowiednio zabezpieczyć przed możliwością dalszego używania (np. poprzez oznaczenie taśmą ostrzegawczą i umieszczenie informacji o niesprawności urządzenia) oraz wezwać serwis. W razie wątpliwości dotyczących sprawności urządzenia należy skontaktować się z producentem lub dostawcą. Producent zapewnia części zamienne do danego urządzenia. Niedozwolone jest stosowanie części zamiennych innych niż zalecane przez producenta.</p>



Place zabaw z drewna

Stowarzyszenie Producentów  
Współpraca z

ATUT Tomasz Skiba

ul. Leśmiana 5

62-050 Mosina

e-mail: [biuro@atut-placezabaw.pl](mailto:biuro@atut-placezabaw.pl)

[www.atut-placezabaw.pl](http://www.atut-placezabaw.pl)

tel: 880081631

Wersja z dnia 27.02.2014r.

## Kosz na śmieci 2 – dane techniczne

### Nazwa urządzenia przeznaczonego na plac zabaw

- kosz na śmieci 2

### Typ urządzenia przeznaczonego na plac zabaw

- urządzenie na plac zabaw związane z gruntem na stałe, wykonane zgodnie z normą PN-EN 1176-1 : 2009r.

### Specyfikacja urządzenia przeznaczonego na plac zabaw

#### Wymiary urządzenia:

- wysokość maksymalna – 120cm
- wysokość wsypu – 90cm
- średnica kosza – 30cm
- pojemność – 40l
- głębokość posadowienia – 40cm

#### Elementy składowe urządzenia:

- kosz na śmieci z daszkiem o pojemności 40l, wykonany z metalu

### Dane techniczne urządzenia przeznaczonego na plac zabaw

#### Materiały:

- konstrukcja kosza na śmieci wykonana rurek stalowych o grubości 45mm, 34mm oraz 27mm
- pojemnik kosza na śmieci wykonana z blachy o grubości 1mm
- kosz na śmieci malowany farbą podkładową epoksydową i nawierzchniową
- kosz na śmieci posadowiony w gruncie na stałe
- śruby oraz inne elementy metalowe wykorzystane w konstrukcji urządzenia wykonane z materiałów nierdzewnych lub ocynkowanych
- wszystkie spawy i łączenia elementów metalowych są gładkie i odpowiednio wyprofilowane

**Szczegóły dotyczące instalacji urządzenia przeznaczonego na plac zabaw**

**Fundamentowanie:**

- urządzenie instalowane w gruncie na stałe, posadowione w fundamencie na głębokości 40cm



Place zabaw z drewna

Stowarzyszenie Producentów  
wyciskaczy

ATUT Tomasz Skiba  
ul. Leśmiana 5  
62-050 Mosina  
e-mail: [biuro@atut-placezabaw.pl](mailto:biuro@atut-placezabaw.pl)  
[www.atut-placezabaw.pl](http://www.atut-placezabaw.pl)  
tel: 880081631

Wersja z dnia 27.02.2014r.

## Kosz na śmieci 2 – instrukcja



*ryc.1. Wizualizacja kosza na śmieci nr 2*

### **1. Instrukcja instalowania urządzenia na placu zabaw lub w jego obrębie**

- urządzenie przeznaczone na plac zabaw lub tereny rekreacyjne, instalowane na nawierzchni trawiastej, żwirowej, piaskowej, wiórowej, korowej lub gumowej, związane z gruntem na stałe w fundamencie betonowym zgodnie z dokumentacją techniczną
- urządzenie instalowane na powierzchni przeznaczonej na plac zabaw charakteryzującej się względnie równym poziomem terenu gdyż zbyt wysokie wahania poziomu terenu wpływają na wysokość swobodnego upadku i mogą wymusić zastosowanie innego rodzaju nawierzchni lub całkowicie uniemożliwić montaż urządzenia

- montaż urządzenia na placu zabaw zgodnie z dokumentacją techniczną, na terenie nieuzbrojonym, poza strefą użytkowania urządzeń zabawowych umieszczonych na placu zabaw.
- urządzenie instalowane bezpośrednio po przywiezieniu na teren budowy placu zabaw
- urządzenie nie stanowi elementu zabawowego dlatego może być instalowane poza obszarem placu zabaw (np. przed wejściem na plac zabaw)

## **2. Instrukcja montażu, demontażu i wymiany części urządzenia**

- do czasu usunięcia nieprawidłowości urządzenie na placu zabaw zabezpieczyć przed użytkownikami budowlaną taśmą ostrzegawczą oraz umieszczoną w widocznym miejscu wiadomością w formie pisemnej informującą o uszkodzeniu urządzenia
- zdemontować uszkodzony element urządzenia, który stanowi zagrożenie dla bezpieczeństwa uczestników korzystających z placu zabaw
- wymienić uszkodzoną część na identyczną z użytymi przez producenta urządzenia
- w razie konieczności skontaktować się z producentem wyrobu

## **3. Instrukcja kontroli urządzenia dla osób odpowiedzialnych za bezpieczeństwo na placu zabaw**

- co 1 do 7 dni sprawdzić teren placu zabaw poprzez oględziny polegające na usunięciu z powierzchni urządzenia oraz strefy funkcjonowania urządzenia zanieczyszczeń oraz wszystkich elementów stanowiących zagrożenie dla użytkowników placu zabaw. Kontrola ta polega również na ocenie kompletności elementów i uszkodzeń będących skutkiem wandalizmu, zużycia lub niekorzystnych warunków pogodowych. Jeśli urządzenie znajduje się w miejscu szczególnie narażonym na wandalizm należy odpowiednio do potrzeb dopasować częstotliwość oględzin placu zabaw
- co 1 do 3 miesięcy przeprowadzić przegląd funkcjonalny urządzeń znajdujących się na placu zabaw polegający przede wszystkim na sprawdzeniu stanu połączeń śrubowych oraz stanu powierzchni drewnianych (zadry). W razie wykrycia nieprawidłowości usunąć je poprzez dokręcenie poluzowanych śrub oraz usunięcie zadr. Podczas tej kontroli ocenić należy funkcjonalność, stabilność oraz stopień zużycia urządzeń lub ich elementów. Podczas tej kontroli należy również sprawdzić stan nawierzchni i w razie konieczności wyrównać lub uzupełnić poziom nawierzchni trawiastej lub nawierzchni sypkich (piasek, żwir, kora) pod urządzeniem.
- raz w roku przeprowadzić kontrolę podstawową stanu technicznego urządzeń na placu zabaw najlepiej poprzez przedstawiciela producenta urządzeń lub wykwalifikowane do tego osoby. Podczas tej kontroli sprawdzić należy ogólny poziom bezpieczeństwa urządzeń, stan fundamentów oraz nawierzchni, ocenić wpływ warunków atmosferycznych na urządzenia, stan rozkładu i korozji oraz ocenić zmiany poziomu bezpieczeństwa na skutek przeprowadzonych napraw
- czynności kontrolne powinny być udokumentowane oraz wykonywane przez odpowiednio wykwalifikowany personel

## **4. Instrukcja użytkowania urządzenia na placu zabaw**

- kosz na śmieci nr 2 nie jest traktowany jako urządzenie zabawowe, nie służy do zabawy dzieci
- kosz na śmieci stanowi element małej architektury stanowiący wyposażenie uzupełniające na placu zabaw

## **5. Instrukcja pakowania, przechowywania i transportu urządzenia**

- podczas transportu urządzenie zabezpieczyć przed uszkodzeniami mechanicznymi
- urządzenia na plac zabaw należy przechowywać w miejscu zabezpieczonym przed osobami niepowołanymi
- w razie konieczności składowania urządzenie należy układać starannie na płaskim podłożu w warunkach zbliżonych do warunków eksploatacji



Place zabaw z drewna

ATUT Tomasz Skiba  
ul. Leśmiana 5  
62-050 Mosina  
e-mail: [biuro@atut-placezabaw.pl](mailto:biuro@atut-placezabaw.pl)  
[www.atut-placezabaw.pl](http://www.atut-placezabaw.pl)  
tel: 880081631

Wersja z dnia 17.02.2014r.

## Ławka z oparciem – dane techniczne

### Nazwa urządzenia przeznaczonego na plac zabaw

- ławka z oparciem

### Typ urządzenia przeznaczonego na plac zabaw

- urządzenie na plac zabaw związane z gruntem na stałe, wykonane zgodnie z normą PN-EN 1176-1 : 2009r.

### Specyfikacja urządzenia przeznaczonego na plac zabaw

#### Wymiary urządzenia:

- wysokość maksymalna – 90cm
- długość maksymalna – 150cm
- szerokość maksymalna – 60cm
- głębokość posadowienia – 50cm
- maksymalna wysokość upadku – 43cm

#### Elementy składowe urządzenia:

- ławka z oparciem

### Dane techniczne urządzenia przeznaczonego na plac zabaw

#### Materiały:

- drewno konstrukcyjne sosnowe 10cm x 10cm (kantówka o zaokrąglonych krawędziach) impregnowane metodą próżniowo-ciśnieniową oraz malowane farbami impregnacyjno-dekoracyjnymi w kolorze tik
- siedzisko oraz oparcie wykonane z deski o grubości 3cm impregnowanej ciśnieniowo oraz malowanej farbą impregnacyjno-dekoracyjną w kolorze tik
- zabezpieczenia na słupach pionowych oraz zabezpieczenia na śrubach wykonane z tworzyw sztucznych poliestrowych
- kotwy służące do posadowienia urządzenia w gruncie wykonane ze stali ocynkowanej ogniowo

- śruby, gwoździe oraz inne elementy metalowe wykorzystane w konstrukcji urządzenia wykonane z materiałów nierdzewnych lub ocynkowanych
- wszystkie elementy drewniane są w całości szlifowane w celu wyeliminowania zadr
- wszystkie spawy i łączenia elementów metalowych są gładkie i odpowiednio wyprofilowane

#### Zabezpieczenia:

- drewno zabezpieczone przed korozją przez impregnację metodą próżniowo-ciśnieniową oraz malowanie farbami impregacyjno-dekoracyjnymi w różnych kolorach
- drewno zabezpieczone przed spękaniem poprzez malowanie specjalnymi środkami na bazie olejów, minimalizującymi powstawanie pęknięć
- drewno zabezpieczone przed korozją postępującą od podłoża poprzez umieszczenie słupów na metalowych kotwach nad powierzchnią gruntu lub poprzez impregnację ciśnieniową w klasie 4 (w przypadku bezpośredniego fundamentowania słupów nośnych w podłożu) zgodnie z wymogami normy PN EN 1176: 2009
- słupy pionowe zabezpieczone przed opadami atmosferycznymi przez umieszczenie kapsła ochronnego wykonanego z tworzywa sztucznego na ich szczycie
- elementy metalowe zabezpieczone przed korozją przez ocynkowanie lub wykonanie z metali nierdzewnych
- gwinty śrub zabezpieczone poprzez nakrętki kołpakowe lub kapsle ochronne wykonane z tworzywa sztucznego

#### Szczegóły dotyczące instalacji urządzenia przeznaczonego na plac zabaw

##### Fundamentowanie:

- urządzenie instalowane w gruncie na stałe, posadowione w fundamencie na głębokości 50cm
- górna krawędź fundamentu umieszczona 20cm poniżej poziomu gruntu
- urządzenie umieszczone na metalowych kotwach
- kotwa przytwierdzone do słupa nośnego za pomocą dwóch śrub zamkowych M10 x 120 klasa 5.8, przechodzących przez słup nośny i skręconych za pomocą nakrętek kołpakowych M10
- część kotwy umieszczona w fundamencie wykonana ze stali ocynkowanej ogniowo o profilu 4cm x 4cm i grubości 3 mm
- część kotwy podtrzymująca słup wykonana ze stali ocynkowanej ogniowo o wymiarach 20cm x 6cm i grubości 4 mm



ryc.1. Kotwa



Place zabaw z drewna

Stowarzyszenie Producentów  
Współdzielni

ATUT Tomasz Skiba

ul. Leśmiana 5

62-050 Mosina

e-mail: [biuro@atut-placezabaw.pl](mailto:biuro@atut-placezabaw.pl)

[www.atut-placezabaw.pl](http://www.atut-placezabaw.pl)

tel: 880081631

Wersja z dnia 17.02.2014r.

## Ławka z oparciem – instrukcja



*ryc.1. Wizualizacja ławki z oparciem*

### **1. Instrukcja instalowania urządzenia na placu zabaw lub w jego obrębie**

- urządzenie przeznaczone na plac zabaw lub tereny rekreacyjne, instalowane na nawierzchni trawiastej, żwirowej, piaskowej, wiórowej, korowej lub gumowej, związane z gruntem na stałe w fundamencie betonowym zgodnie z dokumentacją techniczną
- urządzenie instalowane na powierzchni przeznaczonej na plac zabaw charakteryzującej się względnie równym poziomem terenu gdyż zbyt wysokie wahania poziomu terenu wpływają

na wysokość swobodnego upadku i mogą wymusić zastosowanie innego rodzaju nawierzchni lub całkowicie uniemożliwić montaż urządzenia

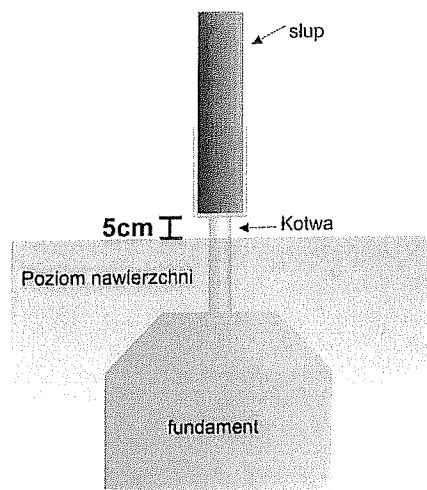
- montaż urządzenia na placu zabaw zgodnie z dokumentacją techniczną, na terenie nieuzbrojonym, poza strefą użytkowania urządzeń zabawowych umieszczonych na placu zabaw.
- urządzenie instalowane bezpośrednio po przywiezieniu na teren budowy placu zabaw
- urządzenie nie stanowi elementu zabawowego dlatego może być instalowane poza obszarem placu zabaw (np. przed wejściem na plac zabaw)

## **2. Instrukcja montażu, demontażu i wymiany części urządzenia**

- do czasu usunięcia nieprawidłowości urządzenie na placu zabaw zabezpieczyć przed użytkownikami budowlaną taśmą ostrzegawczą oraz umieszczoną w widocznym miejscu wiadomością w formie pisemnej informującą o uszkodzeniu urządzenia
- zdemontować uszkodzony element urządzenia, który stanowi zagrożenie dla bezpieczeństwa uczestników korzystających z placu zabaw
- wymienić uszkodzoną część na identyczną z użytymi przez producenta urządzenia
- w razie konieczności skontaktować się z producentem wyrobu

## **3. Instrukcja kontroli urządzenia dla osób odpowiedzialnych za bezpieczeństwo na placu zabaw**

- co 1 do 7 dni sprawdzić teren placu zabaw poprzez oględziny polegające na usunięciu z powierzchni urządzenia oraz strefy funkcjonowania urządzenia zanieczyszczeń oraz wszystkich elementów stanowiących zagrożenie dla użytkowników placu zabaw. Kontrola ta polega również na ocenie kompletności elementów i uszkodzeń będących skutkiem wandalizmu, zużycia lub niekorzystnych warunków pogodowych. Jeśli urządzenie znajduje się w miejscu szczególnie narażonym na wandalizm należy odpowiednio do potrzeb dopasować częstotliwość oględzin placu zabaw
- co 1 do 3 miesięcy przeprowadzić przegląd funkcjonalny urządzeń znajdujących się na placu zabaw polegający przede wszystkim na sprawdzeniu stanu połączeń śrubowych oraz stanu powierzchni drewnianych (zadry). W razie wykrycia nieprawidłowości usunąć je poprzez dokręcenie poluzowanych śrub oraz usunięcie zadr. Podczas tej kontroli ocenić należy funkcjonalność, stabilność oraz stopień zużycia urządzeń lub ich elementów. Podczas tej kontroli należy również sprawdzić stan nawierzchni i w razie konieczności wyrównać lub uzupełnić poziom nawierzchni trawiastej lub nawierzchni sypkich (piasek, żwir, kora) pod urządzeniem. Prawidłowy stan nawierzchni pod urządzeniem występuje gdy poziom nawierzchni trawiastej lub sypkiej znajduje się około 5cm pod podstawą kotwy. Tolerowany (nie stwarzający zagrożenia dla bezpieczeństwa) stan nawierzchni występuje gdy poziom nawierzchni znajduje się od 5cm do 15 cm pod podstawą kotwy. Przekroczenie granicy poziomu tolerowanego stwarza zagrożenie dla bezpieczeństwa użytkowników korzystających z placu zabaw (ryc.2.) Wskaźnik prawidłowego poziomu nawierzchni jest zaznaczony na kotwach słupów pionowych urządzenia w postaci linii



Ryc.2. Schemat prawidłowego poziomu nawierzchni nad fundamentem

- raz w roku przeprowadzić kontrolę podstawową stanu technicznego urządzeń na placu zabaw najlepiej poprzez przedstawiciela producenta urządzeń lub wykwalifikowane do tego osoby. Podczas tej kontroli sprawdzić należy ogólny poziom bezpieczeństwa urządzeń, stan fundamentów oraz nawierzchni, ocenić wpływ warunków atmosferycznych na urządzenia, stan rozkładu i korozji oraz ocenić zmiany poziomu bezpieczeństwa na skutek przeprowadzonych napraw
- czynności kontrolne powinny być udokumentowane oraz wykonywane przez odpowiednio wykwalifikowany personel

#### **4. Instrukcja użytkowania urządzenia na placu zabaw**

- ławka z oparciem nie jest traktowana jako urządzenie zabawowe, nie służy do zabawy dzieci
- ławka z oparciem stanowi element małej architektury stanowiący wyposażenie uzupełniające na placu zabaw

#### **5. Instrukcja pakowania, przechowywania i transportu urządzenia**

- podczas transportu urządzenie zabezpieczyć przed uszkodzeniami mechanicznymi
- urządzenia na plac zabaw należy przechowywać w miejscu zabezpieczonym przed osobami niepowołanymi
- w razie konieczności składowania urządzenie należy układać starannie na płaskim podłożu w warunkach zbliżonych do warunków eksploatacji

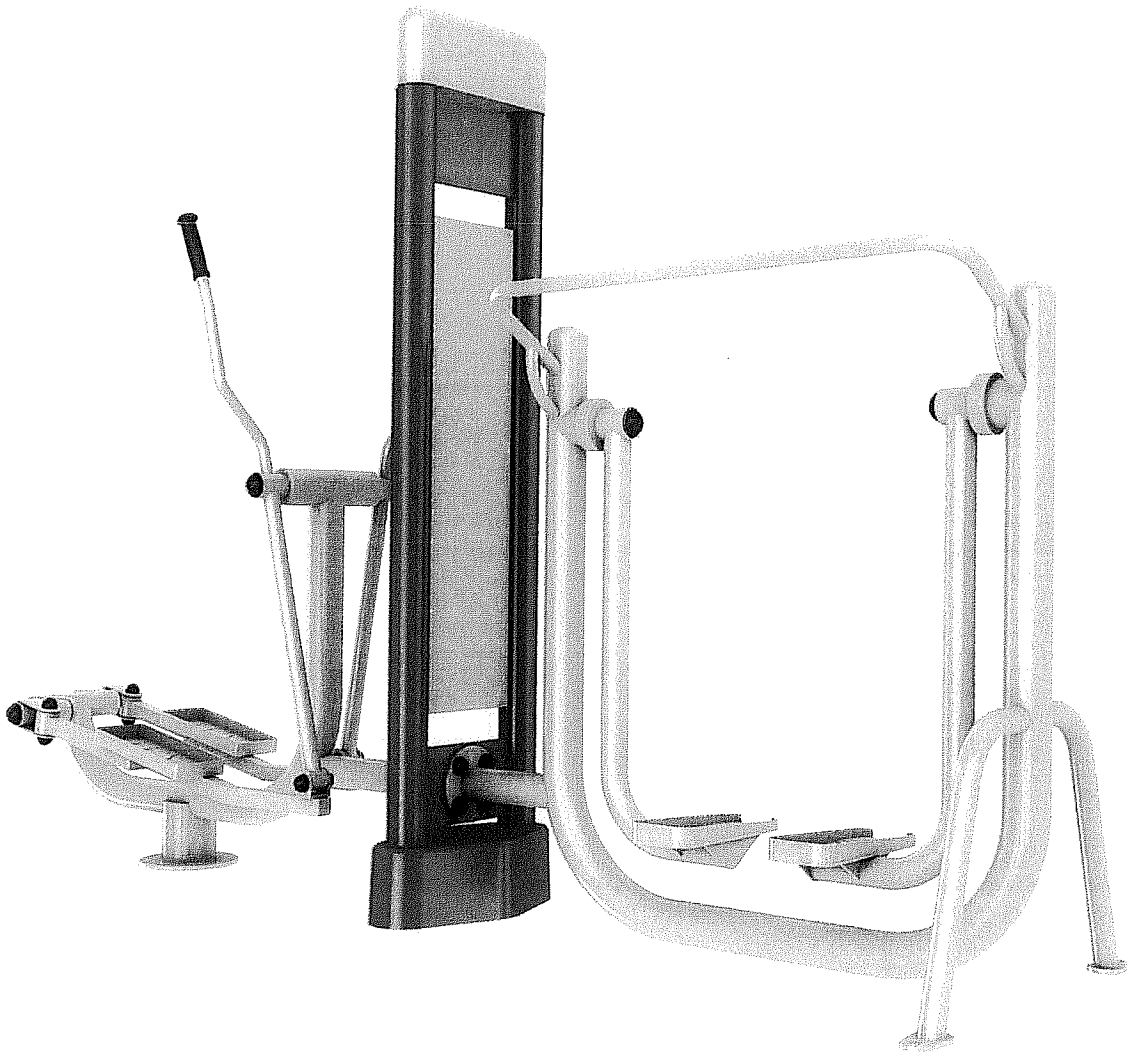
#### **6. Instrukcja konserwacji oraz postępowania z elementami zużywającymi się wskutek normalnej eksploatacji**

- urządzenie zawiera elementy zużywające się wskutek normalnej eksploatacji
- elementy zużywające się należy wymienić na nowe gdy zostanie stwierdzone, że obecne nie nadają się do prawidłowego użytkowania urządzenia
- podczas stwierdzenia zużycia się części należy wyłączyć urządzenie z użytkowania
- elementy zużywające się powinny być zastąpione identycznymi z pierwotnymi lub o identycznych właściwościach. W celu wymiany elementów zużywających się lub uzyskania informacji na ich temat należy zwrócić się do producenta urządzenia

- producent urządzenia zapewnia dostępność identycznych części zamiennych lub o identycznych właściwościach technicznych, spełniających wymagania jakościowe oraz bezpieczeństwa określone w normie PN-EN 1176 -1 : 2009r.
- w razie wątpliwości stwierdzenia czy element uległ naturalnemu zużyciu należy zwrócić się do producenta urządzenia lub odpowiedniej instytucji mogącej określić stan zużycia
- elementy drewniane wskutek normalnej eksploatacji ulegają zużyciu, co skutkuje zanikiem (wytarciem) barwnego impregnatu na ich powierzchni. W celu odnowienia kolorów oraz dodatkowej ochrony przedłużającej żywotność urządzenia producent zaleca przemalowanie elementów drewnianych odpowiednimi farbami do tego przeznaczonymi (np. Altax) mniej więcej co 1-2 lata. W razie konieczności czynność tą należy zgłosić producentowi urządzenia
- w elementach drewnianych wraz z upływem czasu i wskutek normalnej eksploatacji mogą pojawić się niewielkie pęknięcia nie stanowiące zagrożenia dla uczestników oraz stabilności konstrukcji. Spękania te można usunąć stosując odpowiednie uszczelniacze do drewna (np. Sikaflex 11FC). W razie konieczności czynność tą należy zgłosić producentowi urządzenia


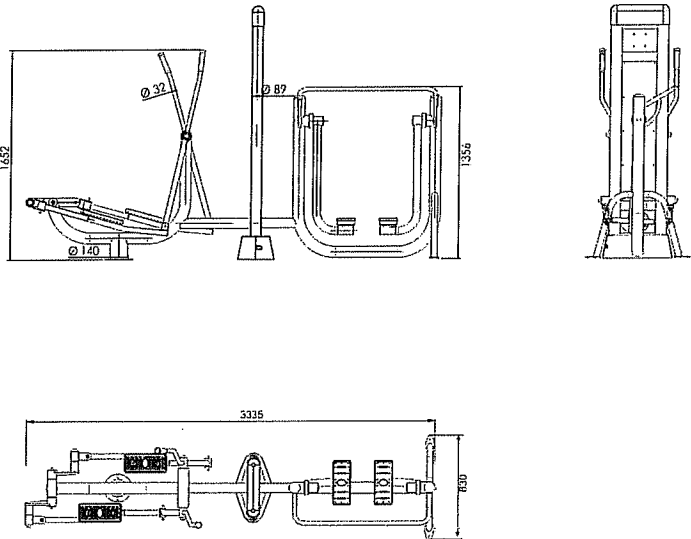
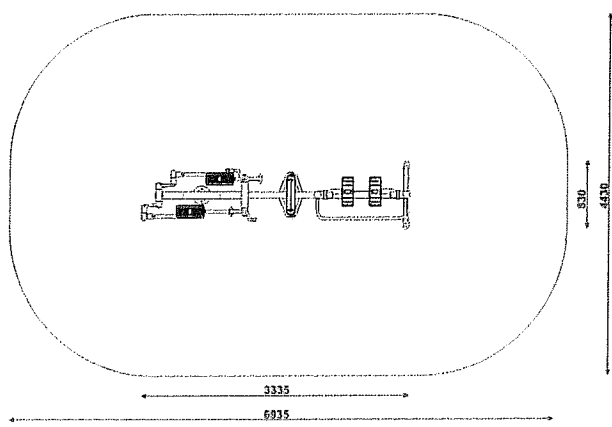
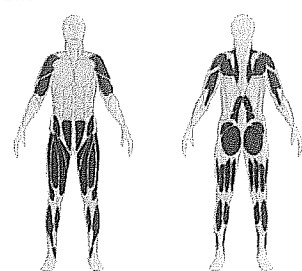
ATUT Tomasz Skiba  
ul. Leśmiana 5  
62-050 Mosina  
e-mail: [biuro@atut-placezabaw.pl](mailto:biuro@atut-placezabaw.pl)  
[www.atut-placezabaw.pl](http://www.atut-placezabaw.pl)  
tel: 880081631

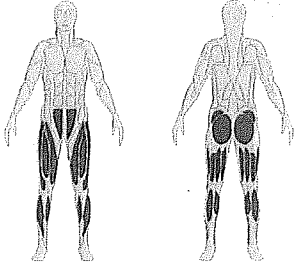
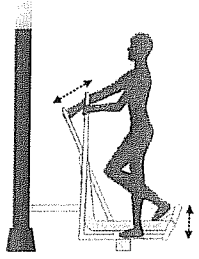
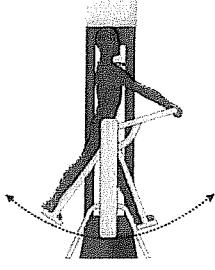
## Orbitrek i biegacz na pylonie



*Ryc.1. Wizualizacja urządzenia fitness.*

**Informacje techniczne o urządzeniu fitness:**

<b>Nazwa urządzenia:</b>	Orbitrek i biegacz na pylonie	
<b>Numer katalogowy:</b>	FL12	
<b>Zgodność z normami:</b>	PN-EN 16630:2015	
<b>Certyfikat:</b>	Na zgodność z norma PN-EN 16630:2015	
<b>Wydawca certyfikatu:</b>	TÜV Rheinland 	
<b>Wymiary urządzenia:</b> Wysokość: Szerokość: Długość: Głębokość posadowienia: Maksymalna wysokość upadku:	1997mm 830mm 3335mm 500mm 300mm	 <p><i>Ryc.2. Wymiary urządzenia fitness.</i></p>
<b>Bezpieczna strefa użytkowania:</b>	6935mm x 4430mm  (180cm z każdej strony urządzenia)	 <p><i>Ryc.3. Strefa bezpieczeństwa urządzenia fitness.</i></p>
<b>Funkcje urządzenia:</b> <b>Orbitrek</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni kończyn dolnych</li> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni pasa barkowego</li> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni ramion</li> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni bioder</li> <li>- poprawa ogólnej kondycji fizycznej</li> <li>- poprawa wydolności serca</li> <li>- poprawa wydolności płuc</li> </ul>	 <p><i>Ryc.4. Funkcje urządzenia fitness.</i></p>

<b>Funkcje urządzenia:</b> <b>Biegacz</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni kończyn dolnych</li> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni bioder</li> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni łydek</li> <li>- poprawa zmysłu równowagi</li> <li>- poprawa ogólnej kondycji fizycznej</li> <li>- poprawa wydolności serca</li> <li>- poprawa wydolności płuc</li> </ul>	 <p>Ryc.4. Funkcje urządzenia fitness.</p>
<b>Typ ćwiczeń:</b>	Aerobowe	
<b>Stopień trudności ćwiczeń:</b>	Łatwy	
<b>Sposób wykonywania ćwiczeń:</b> <b>Orbitrek</b>	Postaw nogi na pedałach. Obiema dłońmi chwyć uchwyty. W celu wykonania ćwiczenia przesuwać dłonie i stopy do przodu na przemian. Skakanie po elementach urządzenia jest zabronione. Każdy element do ćwiczeń przeznaczony jest tylko dla jednego użytkownika. Osoby o słabszym zdrowiu powinny korzystać z urządzenia po zapoznaniu się z opinią lekarza lub z asekuracją innej osoby.	 <p>Ryc.5. Schemat wykonywania ćwiczeń.</p>
<b>Sposób wykonywania ćwiczeń:</b> <b>Biegacz</b>	Chwyć poręcz obiema dłońmi, stań na pedałach i przesuwać naprzemiennie nogi do przodu i do tyłu. Prędkość wykonywania ćwiczeń powinna być wolna. Zabronione jest podczas wykonywania ćwiczeń przesuwanie obydwu nóg w tym samym kierunku. Każdy element do ćwiczeń przeznaczony jest tylko dla jednego użytkownika. Osoby o słabszym zdrowiu powinny korzystać z urządzenia po zapoznaniu się z opinią lekarza lub z asekuracją innej osoby.	 <p>Ryc.5. Schemat wykonywania ćwiczeń.</p>
<b>Przeznaczenie urządzenia:</b> Maksymalna waga ćwiczącego: Minimalny wzrost ćwiczącego: Minimalny wiek ćwiczącego: Maksymalna liczba ćwiczących:	120kg 140cm 14 lat 2	Urządzenie fitness na siłownię zewnętrzną jest przeznaczone dla osób dorosłych i młodzieży powyżej 14 roku życia lub o wzroście powyżej 140cm.
<b>Konstrukcja urządzenia:</b>		
<b>Pylon:</b>	Rura stalowa 89mm x 3mm, blacha stalowa 10mm.	
<b>Urządzenia do ćwiczeń:</b>	W zależności od rodzaju urządzenia i przeznaczenia elementu: rura stalowa 140mm, 76mm, 60mm, 42mm lub 32mm; blacha stalowa 3mm, 5mm.	
<b>Elementy ruchome:</b>	Łożyska typu zamkniętego, odporne na zanieczyszczenia, niewymagające smarowania.	
<b>Rączki i uchwyty:</b>	Polichlorek winylu - tworzywo sztuczne odporne na zmienne warunki atmosferyczne, niskie i wysokie temperatury oraz zapewniające odpowiedni komfort użytkownika.	
<b>Instrukcja:</b>	Stalowa tablica zamontowana do pylonu, zawierająca informacje o użytkowaniu urządzenia w formie tekstowej i graficznej.	
<b>Farba:</b>	Farba podkładowa cynkowa, farba proszkowa poliestrowa - struktura matowa tzw. "skórka pomarańczy" - urządzenia malowane dwukrotnie.	
<b>Kolorystyka:</b>	Czerwony- RAL 3002 - pylon, dolna osłona pylonu	

	Srebrny - RAL 9006 - urządzenia do ćwiczeń, górna osłona pylonu, tablica informacyjna.
Zabezpieczenia:	Górna część pylonu oraz dolna część pylonu i element mocujący do podłoża zabezpieczone za pomocą osłony aluminiowej. Śruby umieszczone w osłonach z tworzywa sztucznego.
Instalacja:	Pylon przymocowany do stalowej kotwy ocynkowanej ogniowo za pomocą 4 nakrętek samohamownych M18 umieszczonych na podkładach M18. Urządzenia do ćwiczeń zamontowane do pylonu za pomocą 4 lub 8 śrub M12 (w zależności od urządzenia) umieszczonych w osłonach z tworzywa sztucznego. Kotwa ocynkowana ogniowo, wyposażona w 4 gwinty M18, umieszczona w gruncie w fundamencie betonowym na głębokości 500mm.
Fundamentowanie:	Pylon: - fundament prefabrykowany lub utworzony bezpośrednio w gruncie o wymiarach min. 600mm x 600mm i głębokości 500mm - beton klasy C20/C25. Urządzenia do ćwiczeń, których konstrukcja opiera się na gruncie, usytuowane na prefabrykacie betonowym (krawężnik drogowy) o grubości 150mm (w przypadku niektórych urządzeń dodatkowo przymocowanie podstawy do prefabrykatu za pomocą kotew tulejowych).

#### Instrukcje dotyczące urządzenia fitness:

Konserwacja i przeglądy okresowe urządzeń:	W celu zapewnienia pełnego bezpieczeństwa użytkowania oraz pełnej funkcjonalności urządzeń fitness przeznaczonych na siłownię zewnętrzną należy stosować regularne przeglądy:
Kontrola regularna: co 1 - 7 dni	Kontrola polegająca na oględzinach urządzeń fitness i terenu siłowni zewnętrznej. Podczas tej kontroli należy sprawdzić teren wokół siłowni zewnętrznej oraz usunąć z niego wszelkie zanieczyszczenia oraz elementy stanowiące zagrożenie dla bezpieczeństwa użytkowników. Należy sprawdzić kompletność wszystkich elementów urządzeń fitness oraz ocenić ewentualne braki i uszkodzenia (powstałe na skutek kradzieży czy wandalizmu). Należy również sprawdzić oznakowanie urządzeń i funkcjonowanie poszczególnych części, szczególnie elementów ruchomych do ćwiczeń (czy elementy poruszają się bez problemów). Podczas tej kontroli należy również sprawdzić połączenia śrubowe (występujące luzy, odkręcone nakrętki, brakujące zaślepki gwintów śrub, uszkodzone gwinty). W razie konieczności należy dokręcić nakrętki lub wymienić śruby. Częstotliwość przeprowadzania kontroli regularnej siłowni zewnętrznej należy dostosować do występujących nieprawidłowości (zalecana częstsza kontrola na obszarach szczególnie narażonych na wandalizm).
Kontrola funkcjonalna: co 1 - 3 miesiące	Podczas tej kontroli należy sprawdzić stan fundamentów betonowych oraz mocowanie urządzeń. Jeśli siłownia zewnętrzna znajduje się na terenie trawiastym, glebowym lub piaszczystym należy sprawdzić stan nawierzchni przykrywającej fundament a w razie konieczności uzupełnić jej poziom. W czasie tej kontroli należy sprawdzić stan powłok lakierniczych oraz powstałych wskutek ich uszkodzenia możliwych śladów korozji. W przypadku uszkodzenia powłoki lakieru w celu naprawy należy miejsce uszkodzenia oczyścić i pomalować odpowiednią farbą przeznaczoną do elementów metalowych. Należy również sprawdzić stan elementów wykonanych z tworzyw sztucznych (uchwyty gumowe, zaślepki na śruby).
Kontrola podstawowa: Raz do roku	Kontrolę roczną zalecane są przy udziale przedstawiciela producenta siłowni zewnętrznej lub odpowiednio wykwalifikowane osoby. Podczas

	tej kontroli należy sprawdzić ogólny stan techniczny siłowni zewnętrznej, przede wszystkim stan i zużycie elementów, stabilność, stan kotew i fundamentów betonowych. Należy również sprawdzić funkcjonalność urządzenia fitness poprzez wykonanie prostych testów użytkowych.
	Wszystkie procedury kontrolne powinny zostać przeprowadzone przez odpowiednio do tego przygotowane osoby oraz odpowiednio udokumentowane.
Postępowanie w przypadku awarii:	W przypadku wystąpienia awarii siłowni zewnętrznej należy dane urządzenie wyłączyć z użytkowania i odpowiednio zabezpieczyć przed możliwością dalszego używania (np. poprzez oznaczenie taśmą ostrzegawczą i umieszczenie informacji o niesprawności urządzenia) oraz wezwać serwis. W razie wątpliwości dotyczących sprawności urządzenia należy skontaktować się z producentem lub dostawcą. Producent zapewnia części zamienne do danego urządzenia. Niedozwolone jest stosowanie części zamiennych innych niż zalecane przez producenta.



Place zabaw z drewna

Stowarzyszenie  
ATUT  
Asociacja Turystów i Turystek

ATUT Tomasz Skiba

ul. Leśmiana 5

62-050 Mosina

e-mail: [biuro@atut-placezabaw.pl](mailto:biuro@atut-placezabaw.pl)

[www.atut-placezabaw.pl](http://www.atut-placezabaw.pl)

tel: 880081631

Wersja z dnia 14.03.2016r.

## Regulamin placu zabaw – dane techniczne

### Nazwa urządzenia przeznaczonego na plac zabaw

- regulamin placu zabaw

### Typ urządzenia przeznaczonego na plac zabaw

- urządzenie na plac zabaw związane z gruntem na stałe, wykonane zgodnie z normą PN-EN 1176-1 : 2009r.

### Specyfikacja urządzenia przeznaczonego na plac zabaw

#### Wymiary urządzenia:

- wysokość maksymalna – 165cm
- długość maksymalna – 55cm
- szerokość maksymalna – 11cm
- głębokość posadowienia – 50cm
- najcięższy element – belka kwadratowa 10cm x 10cm o długości 160cm – około 15 kg
- największy element – belka kwadratowa 10cm x 10cm o długości 160cm

#### Elementy składowe urządzenia:

- regulamin placu zabaw

### Dane techniczne urządzenia przeznaczonego na plac zabaw

#### Materiały:

- drewno konstrukcyjne sosnowe 10cm x 10cm (kantówka o zaokrąglonych krawędziach) impregnowane metodą próżniowo-ciśnieniową oraz malowane farbami impregnacyjno-dekoracyjnymi w kolorze tik
- tablica regulaminowa wykonana z blachy ocynkowanej o załamanych krawędziach i zaokrąglonych narożnikach
- zabezpieczenia na słupach pionowych oraz zabezpieczenia na śrubach wykonane z tworzyw sztucznych poliestrowych
- śruby, gwoździe oraz inne elementy metalowe wykorzystane w konstrukcji urządzenia wykonane z materiałów nierdzewnych lub ocynkowanych

- kotwy służące do posadowienia urządzenia w gruncie wykonane ze stali ocynkowanej ogniowo
- wszystkie elementy drewniane są w całości szlifowane w celu wyeliminowania zadr
- wszystkie spawy i łączenia elementów metalowych są gładkie i odpowiednio wyprofilowane

#### **Zabezpieczenia:**

- drewno zabezpieczone przed korozją przez impregnację metodą próżniowo-ciśnieniową oraz malowanie farbami impregnacyjno-dekoracyjnymi w różnych kolorach
- drewno zabezpieczone przed spękaniem poprzez malowanie specjalnymi środkami na bazie olejów, minimalizującymi powstawanie pęknięć
- drewno zabezpieczone przed korozją postępującą od podłoża poprzez umieszczenie słupów na metalowych kotwach nad powierzchnią gruntu lub poprzez impregnację ciśnieniową w klasie 4 (w przypadku bezpośredniego fundamentowania słupów nośnych w podłożu) zgodnie z wymogami normy PN EN 1176: 2009
- słupy pionowe zabezpieczone przed opadami atmosferycznymi przez umieszczenie kapsła ochronnego wykonanego z tworzywa sztucznego na ich szczycie
- elementy metalowe zabezpieczone przed korozją przez ocynkowanie lub wykonanie z metali nierdzewnych
- gwinty śrub zabezpieczone poprzez nakrętki kołpakowe lub kapsle ochronne wykonane z tworzywa sztucznego

#### **Szczegóły dotyczące instalacji urządzenia przeznaczonego na plac zabaw**

##### **Fundamentowanie:**

- urządzenie instalowane w gruncie na stałe, posadowione w fundamencie na głębokości 50cm
- górna krawędź fundamentu umieszczona 20cm poniżej poziomu gruntu
- urządzenie umieszczone na metalowych kotwach
- kotwa mocowana do słupa za pomocą dwóch śrub zamkowych M10 x 120 klasa 5.8, przewierconych na wylot słupa i skręconych za pomocą nakrętek kołpakowych M10
- część kotwy umieszczona w fundamencie wykonana ze stali ocynkowanej ogniowo o profilu 4cm x 4cm i grubości 3 mm
- część kotwy podtrzymująca słup wykonana ze stali ocynkowanej ogniowo o wymiarach 20cm x 6cm i grubości 4 mm



*ryc.1. Kotwa*



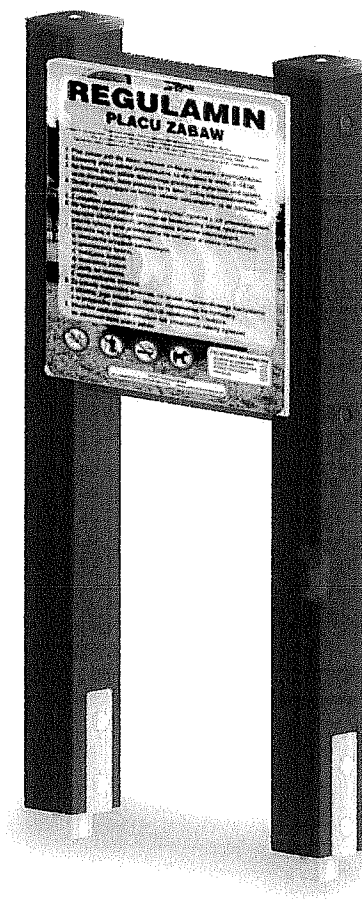
Place zabaw z drewna

Stowarzyszenie Powiatowe  
Włoszczowa

ATUT Tomasz Skiba  
ul. Leśmiana 5  
62-050 Mosina  
e-mail: [biuro@atut-placezabaw.pl](mailto:biuro@atut-placezabaw.pl)  
[www.atut-placezabaw.pl](http://www.atut-placezabaw.pl)  
tel: 880081631

Wersja z dnia 17.02.2014r.

## Regulamin placu zabaw – instrukcja



ryc.1. Wizualizacja regulaminu placu zabaw

### **1. Instrukcja instalowania urządzenia na placu zabaw lub w jego obrębie**

- urządzenie przeznaczone na plac zabaw lub tereny rekreacyjne, instalowane na nawierzchni trawiastej, żwirowej, piaskowej, wiórowej, korowej lub gumowej, związane z gruntem na stałe w fundamencie betonowym zgodnie z dokumentacją techniczną
- regulamin placu zabaw powinien być instalowany w takim miejscu, by był widoczny i czytelny dla użytkowników placu zabaw

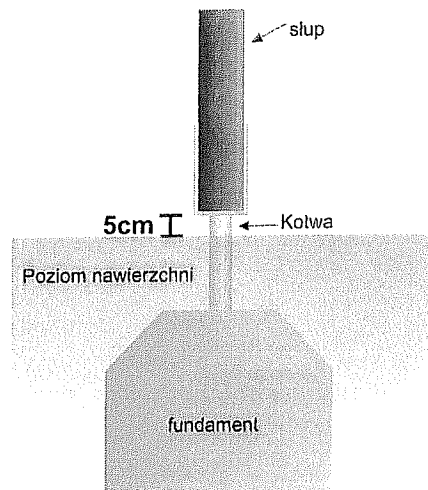
- montaż urządzenia na placu zabaw zgodnie z dokumentacją techniczną, na terenie nieuzbrojonym, poza strefą użytkowania urządzeń zabawowych umieszczonych na placu zabaw.
- urządzenie instalowane bezpośrednio po przywiezieniu na teren budowy placu zabaw
- regulamin placu zabaw nie stanowi elementu zabawowego dlatego może być instalowany poza obszarem placu zabaw (np. przed wejściem na plac zabaw)

## **2. Instrukcja montażu, demontażu i wymiany części urządzenia**

- do czasu usunięcia nieprawidłowości urządzenie na placu zabaw zabezpieczyć przed użytkownikami budowlaną taśmą ostrzegawczą oraz umieszczoną w widocznym miejscu wiadomością w formie pisemnej informującą o uszkodzeniu urządzenia
- zdemontować uszkodzony element urządzenia, który stanowi zagrożenie dla bezpieczeństwa uczestników korzystających z placu zabaw
- wymienić uszkodzoną część na identyczną z użytymi przez producenta urządzenia
- w razie konieczności skontaktować się z producentem wyrobu

## **3. Instrukcja kontroli urządzenia dla osób odpowiedzialnych za bezpieczeństwo na placu zabaw**

- co 1 do 7 dni sprawdzić teren placu zabaw poprzez oględziny polegające na usunięciu z powierzchni urządzenia oraz strefy funkcjonowania urządzenia zanieczyszczeń oraz wszystkich elementów stanowiących zagrożenie dla użytkowników placu zabaw. Kontrola ta polega również na ocenie kompletności elementów i uszkodzeń będących skutkiem wandalizmu, zużycia lub niekorzystnych warunków pogodowych. Jeśli urządzenie znajduje się w miejscu szczególnie narażonym na wandalizm należy odpowiednio do potrzeb dopasować częstotliwość oględzin placu zabaw
- co 1 do 3 miesięcy przeprowadzić przegląd funkcjonalny urządzeń znajdujących się na placu zabaw polegający przede wszystkim na sprawdzeniu stanu połączeń śrubowych oraz stanu powierzchni drewnianych (zadry). W razie wykrycia nieprawidłowości usunąć je poprzez dokręcenie poluzowanych śrub oraz usunięcie zadr. Podczas tej kontroli ocenić należy funkcjonalność, stabilność oraz stopień zużycia urządzeń lub ich elementów. Podczas tej kontroli należy również sprawdzić stan nawierzchni i w razie konieczności wyrównać lub uzupełnić poziom nawierzchni trawiastej lub nawierzchni sypkich (piasek, żwir, kora) pod urządzeniem. Prawidłowy stan nawierzchni pod urządzeniem występuje gdy poziom nawierzchni trawiastej lub sypkiej znajduje się około 5cm pod podstawą kotwy. Tolerowany (nie stwarzający zagrożenia dla bezpieczeństwa) stan nawierzchni występuje gdy poziom nawierzchni znajduje się od 5cm do 15 cm pod podstawą kotwy. Przekroczenie granicy poziomu tolerowanego stwarza zagrożenie dla bezpieczeństwa użytkowników korzystających z placu zabaw (ryc.2.) Wskaźnik prawidłowego poziomu nawierzchni jest zaznaczony na kotwach słupów pionowych urządzenia w postaci linii



ryc.2. Schemat prawidłowego poziomu nawierzchni nad fundamentem

- raz w roku przeprowadzić kontrolę podstawową stanu technicznego urządzeń na placu zabaw najlepiej poprzez przedstawiciela producenta urządzeń lub wykwalifikowaną do tego osoby. Podczas tej kontroli sprawdzić należy ogólny poziom bezpieczeństwa urządzeń, stan fundamentów oraz nawierzchni, ocenić wpływ warunków atmosferycznych na urządzenia, stan rozkładu i korozji oraz ocenić zmiany poziomu bezpieczeństwa na skutek przeprowadzonych napraw
- czynności kontrolne powinny być udokumentowane oraz wykonywane przez odpowiednio wykwalifikowany personel

#### **4. Instrukcja użytkowania urządzenia na placu zabaw**

- regulamin placu zabaw nie jest traktowany jako urządzenie zabawowe, służy dostarczeniu informacji na temat korzystania z placu zabaw
- regulamin placu zabaw stanowi element małej architektury stanowiący wyposażenie uzupełniające na placu zabaw

#### **5. Instrukcja pakowania, przechowywania i transportu urządzenia**

- podczas transportu urządzenie zabawowe zabezpieczyć przed uszkodzeniami mechanicznymi
- urządzenia na plac zabaw należy przechowywać w miejscu zabezpieczonym przed osobami niepowołanymi
- w razie konieczności składowania urządzenie należy układać starannie na płaskim podłożu w warunkach zbliżonych do warunków eksploatacji

#### **6. Instrukcja konserwacji oraz postępowania z elementami zużywającymi się wskutek normalnej eksploatacji**

- urządzenie zawiera elementy zużywające się wskutek normalnej eksploatacji
- elementy zużywające się należy wymienić na nowe gdy zostanie stwierdzone, że obecne nie nadają się do prawidłowego użytkowania urządzenia
- podczas stwierdzenia zużycia się części należy wyłączyć urządzenie z użytkowania
- elementy zużywające się powinny być zastąpione identycznymi z pierwotnymi lub o identycznych właściwościach. W celu wymiany elementów zużywających się lub uzyskania informacji na ich temat należy zwrócić się do producenta urządzenia


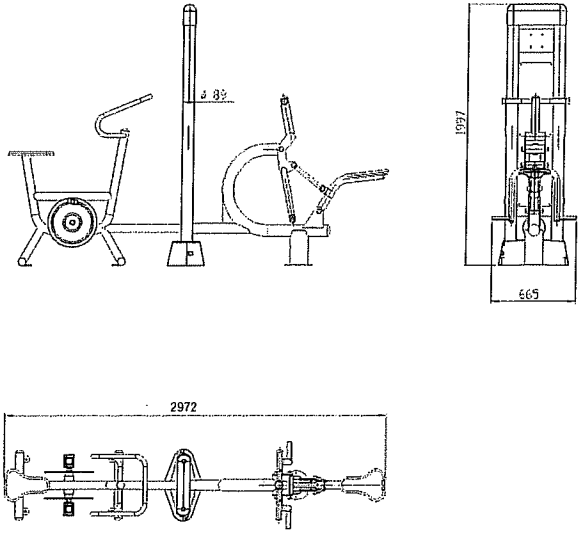
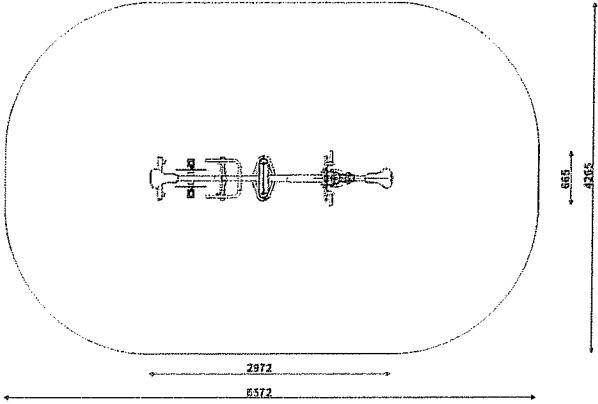
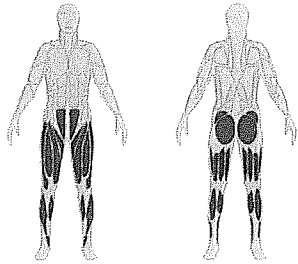
- producent urządzenia zapewnia dostępność identycznych części zamiennych lub o identycznych właściwościach technicznych, spełniających wymagania jakościowe oraz bezpieczeństwa określone w normie PN-EN 1176 -1 : 2009r.
- w razie wątpliwości stwierdzenia czy element uległ naturalnemu zużyciu należy zwrócić się do producenta urządzenia lub odpowiedniej instytucji mogącej określić stan zużycia
- elementy drewniane wskutek normalnej eksploatacji ulegają zużyciu, co skutkuje zanikiem (wytarciem) barwnego impregnatu na ich powierzchni. W celu odnowienia kolorów oraz dodatkowej ochrony przedłużającej żywotność urządzenia producent zaleca przemalowanie elementów drewnianych odpowiednimi farbami do tego przeznaczonymi (np. Altax) mniej więcej co 1-2 lata. W razie konieczności czynność tą należy zgłosić producentowi urządzenia
- w elementach drewnianych wraz z upływem czasu i wskutek normalnej eksploatacji mogą pojawić się niewielkie pęknięcia nie stanowiące zagrożenia dla uczestników oraz stabilności konstrukcji. Spękania te można usunąć stosując odpowiednie uszczelniacze do drewna (np. Sikaflex 11FC). W razie konieczności czynność tą należy zgłosić producentowi urządzenia

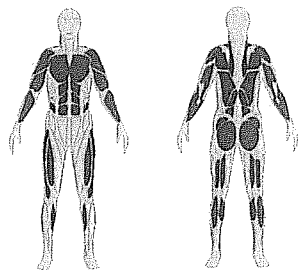
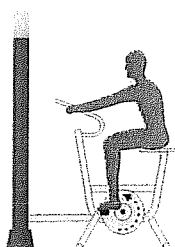
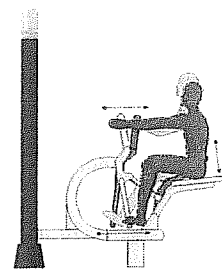
## Rower i jeździec na pylonie



*Ryc.1. Wizualizacja urządzenia fitness.*

**Informacje techniczne o urządzeniu fitness:**

<b>Nazwa urządzenia:</b>	Rower i jeździec na pylonie	
<b>Numer katalogowy:</b>	FL4	
<b>Zgodność z normami:</b>	PN-EN 16630:2015	
<b>Certyfikat:</b>	Na zgodność z norma PN-EN 16630:2015	
<b>Wydawca certyfikatu:</b>	TÜV Rheinland 	
<b>Wymiary urządzenia:</b> Wysokość: Szerokość: Długość: Głębokość posadowienia: Maksymalna wysokość upadku:	1997mm 665mm 2972mm 500mm 870mm	 <p>Ryc.2. Wymiary urządzenia fitness.</p>
<b>Bezpieczna strefa użytkowania:</b>	6572mm x 4265mm  (180cm z każdej strony urządzenia)	 <p>Ryc.3. Strefa bezpieczeństwa urządzenia fitness.</p>
<b>Funkcje urządzenia:</b> Rower	<ul style="list-style-type: none"> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni kończyn dolnych</li> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni bioder</li> <li>- poprawa ogólnej kondycji fizycznej</li> <li>- poprawa wydolności serca</li> <li>- poprawa wydolności płuc</li> </ul>	 <p>Ryc.4. Funkcje urządzenia fitness.</p>

<p><b>Funkcje urządzenia:</b> Jeździec</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni kończyn dolnych</li> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni kończyn górnych</li> <li>- budowa i wzmocnienie górnych partii mięśni pleców</li> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni klatki piersiowej</li> <li>- poprawa ogólnej kondycji fizycznej</li> <li>- poprawa wydolności serca</li> <li>- poprawa wydolności płuc</li> </ul>	 <p>Ryc.4. Funkcje urządzenia fitness.</p>
<p><b>Typ ćwiczeń:</b></p>	<p>Aerobowe/siłowe</p>	
<p><b>Stopień trudności ćwiczeń:</b></p>	<p>Łatwy/średni</p>	
<p><b>Sposób wykonywania ćwiczeń:</b> Rower</p>	<p>Usiądź na siedzisku. Chwyć uchwyty obiema dłońmi a stopy postaw na pedałach a następnie stopami wykonuj okrężne ruchy. Podczas użytkowania stopy należy cały czas trzymać na pedałach. Po skończonym ćwiczeniu należy zatrzymać urządzenie i dopiero zdjąć stopy z pedałów. Stanie na siedzisku jest zabronione. Każdy element do ćwiczeń przeznaczony jest tylko dla jednego użytkownika. Osoby o słabszym zdrowiu powinny korzystać z urządzenia po zapoznaniu się z opinią lekarza lub z asekuracją innej osoby.</p>	 <p>Ryc.5. Schemat wykonywania ćwiczeń.</p>
<p><b>Sposób wykonywania ćwiczeń:</b> Jeździec</p>	<p>Usiądź na siedzisku, postaw stopy na pedałach, obiema dłońmi chwyć uchwyty. Wyprostuj nogi jednocześnie trzymając ramiona wyprostowane. Powróć do pozycji wyjściowej. Podczas ćwiczeń należy utrzymywać pozycję tułowia wyprostowaną. Stanie na siedzisku jest zabronione. Każdy element do ćwiczeń przeznaczony jest tylko dla jednego użytkownika. Osoby o słabszym zdrowiu powinny korzystać z urządzenia po zapoznaniu się z opinią lekarza lub z asekuracją innej osoby.</p>	 <p>Ryc.5. Schemat wykonywania ćwiczeń.</p>
<p><b>Przeznaczenie urządzenia:</b> Maksymalna waga ćwiczącego: Minimalny wzrost ćwiczącego: Minimalny wiek ćwiczącego: Maksymalna liczba ćwiczących:</p>	<p>120kg 140cm 14 lat 2</p>	<p>Urządzenie fitness na siłownię zewnętrzną jest przeznaczone dla osób dorosłych i młodzieży powyżej 14 roku życia lub o wzroście powyżej 140cm.</p>
<p><b>Konstrukcja urządzenia:</b></p>		
<p><b>Pylon:</b></p>	<p>Rura stalowa 89mm x 3mm, blacha stalowa 10mm.</p>	
<p><b>Urządzenia do ćwiczeń:</b></p>	<p>W zależności od rodzaju urządzenia i przeznaczenia elementu: rura stalowa 140mm, 76mm, 60mm, 42mm lub 32mm; blacha stalowa 3mm, 5mm.</p>	
<p><b>Elementy ruchome:</b></p>	<p>Łożyska typu zamkniętego, odporne na zanieczyszczenia, niewymagające smarowania.</p>	

Rączki i uchwyty:	Polichlorek winylu - tworzywo sztuczne odporne na zmienne warunki atmosferyczne, niskie i wysokie temperatury oraz zapewniające odpowiedni komfort użytkownika.
Instrukcja:	Stalowa tablica zamontowana do pylonu, zawierająca informacje o użytkowaniu urządzenia w formie tekstowej i graficznej.
Farba:	Farba podkładowa cynkowa, farba proszkowa poliestrowa - struktura matowa tzw. "skórka pomarańczy" - urządzenia malowane dwukrotnie.
Kolorystyka:	Czerwony- RAL 3002 - pylon, dolna osłona pylonu Srebrny - RAL 9006 - urządzenia do ćwiczeń, górna osłona pylonu, tablica informacyjna.
Zabezpieczenia:	Górna część pylonu oraz dolna część pylonu i element mocujący do podłoża zabezpieczone za pomocą osłony aluminiowej. Śruby umieszczone w osłonach z tworzywa sztucznego.
Instalacja:	Pylon przymocowany do stalowej kotwy ocynkowanej ogniowo za pomocą 4 nakrętek samohamownych M18 umieszczonych na podkładach M18. Urządzenia do ćwiczeń zamontowane do pylonu za pomocą 4 lub 8 śrub M12 (w zależności od urządzenia) umieszczonych w osłonach z tworzywa sztucznego. Kotwa ocynkowana ogniowo, wyposażona w 4 gwinty M18, umieszczona w gruncie w fundamencie betonowym na głębokości 500mm.
Fundamentowanie:	Pylon: - fundament prefabrykowany lub utworzony bezpośrednio w gruncie o wymiarach min. 600mm x 600mm i głębokości 500mm - beton klasy C20/C25. Urządzenia do ćwiczeń, których konstrukcja opiera się na gruncie, usytuowane na prefabrykacie betonowym (krawężnik drogowy) o grubości 150mm (w przypadku niektórych urządzeń dodatkowo przymocowanie podstawy do prefabrykatu za pomocą kotew tulejowych).

**Instrukcje dotyczące urządzenia fitness:**

<b>Konserwacja i przeglądy okresowe urządzeń:</b>	W celu zapewnienia pełnego bezpieczeństwa użytkowania oraz pełnej funkcjonalności urządzeń fitness przeznaczonych na siłownię zewnętrzną należy stosować regularne przeglądy:
Kontrola regularna: co 1 - 7 dni	Kontrola polegająca na oględzinach urządzeń fitness i terenu siłowni zewnętrznej. Podczas tej kontroli należy sprawdzić teren wokół siłowni zewnętrznej oraz usunąć z niego wszelkie zanieczyszczenia oraz elementy stanowiące zagrożenie dla bezpieczeństwa użytkowników. Należy sprawdzić kompletność wszystkich elementów urządzeń fitness oraz ocenić ewentualne braki i uszkodzenia (powstałe na skutek kradzieży czy wandalizmu). Należy również sprawdzić oznakowanie urządzeń i funkcjonowanie poszczególnych części, szczególnie elementów ruchomych do ćwiczeń (czy elementy poruszają się bez problemów). Podczas tej kontroli należy również sprawdzić połączenia śrubowe (występujące luzy, odkręcone nakrętki, brakujące zaślepki gwintów śrub, uszkodzone gwinty). W razie konieczności należy dokręcić nakrętki lub wymienić śruby. Częstotliwość przeprowadzania kontroli regularnej siłowni zewnętrznej należy dostosować do występujących nieprawidłowości (zalecana częstsza kontrola na obszarach szczególnie narażonych na wandalizm).
Kontrola funkcjonalna: co 1 - 3 miesiące	Podczas tej kontroli należy sprawdzić stan fundamentów betonowych oraz mocowanie urządzeń. Jeśli siłownia zewnętrzna znajduje się na terenie trawiastym, glebowym lub piaszczystym należy sprawdzić stan nawierzchni przykrywającej fundament a w razie konieczności uzupełnić jej poziom. W czasie tej kontroli należy sprawdzić stan powłok

	lakierniczych oraz powstałych wskutek ich uszkodzenia możliwych śladów korozji. W przypadku uszkodzenia powłoki lakieru w celu naprawy należy miejsce uszkodzenia oczyścić i pomalować odpowiednią farbą przeznaczoną do elementów metalowych. Należy również sprawdzić stan elementów wykonanych z tworzyw sztucznych (uchwyty gumowe, zaślepki na śruby).
Kontrola podstawowa: Raz do roku	Kontrole roczne zalecane są przy udziale przedstawiciela producenta siłowni zewnętrznej lub odpowiednio wykwalifikowane osoby. Podczas tej kontroli należy sprawdzić ogólny stan techniczny siłowni zewnętrznej, przede wszystkim stan i zużycie elementów, stabilność, stan kotew i fundamentów betonowych. Należy również sprawdzić funkcjonalność urządzenia fitness poprzez wykonanie prostych testów użytkowych.
	Wszystkie procedury kontrolne powinny zostać przeprowadzone przez odpowiednio do tego przygotowane osoby oraz odpowiednio udokumentowane.
Postępowanie w przypadku awarii:	W przypadku wystąpienia awarii siłowni zewnętrznej należy dane urządzenie wyłączyć z użytkowania i odpowiednio zabezpieczyć przed możliwością dalszego używania (np. poprzez oznaczenie taśmą ostrzegawczą i umieszczenie informacji o niesprawności urządzenia) oraz wezwać serwis. W razie wątpliwości dotyczących sprawności urządzenia należy skontaktować się z producentem lub dostawcą. Producent zapewnia części zamienne do danego urządzenia. Niedozwolone jest stosowanie części zamiennych innych niż zalecane przez producenta.



Place zabaw z drewna

Stowarzyszenie  
Producentów  
Współdzielni  
we Włoszczynie

ATUT Tomasz Skiba

ul. Leśmiana 5

62-050 Mosina

e-mail: [biuro@atut-placezabaw.pl](mailto:biuro@atut-placezabaw.pl)

[www.atut-placezabaw.pl](http://www.atut-placezabaw.pl)

tel: 880081631

Wersja z dnia 20.08.2015r.

## Stojak na rowery – dane techniczne

### Nazwa urządzenia przeznaczonego na plac zabaw

- stojak na rowery

### Typ urządzenia przeznaczonego na plac zabaw

- urządzenie na plac zabaw związane z gruntem na stałe, wykonane zgodnie z normą PN-EN 1176-1 : 2009r.

### Specyfikacja urządzenia przeznaczonego na plac zabaw

#### Wymiary urządzenia:

- wysokość maksymalna – 24cm
- długość maksymalna – 180cm
- szerokość maksymalna – 40cm
- głębokość posadowienia – 30cm
- maksymalna wysokość upadku – nie dotyczy

#### Elementy składowe urządzenia:

- stojak na rowery 5 stanowiskowy

### Dane techniczne urządzenia przeznaczonego na plac zabaw

#### Materiały:

- stojak wykonany ze stali ocynkowanej ogniowo (rura o grubości ścianki 2,3mm)
- wszystkie spawy i łączenia elementów metalowych są gładkie i odpowiednio wyprofilowane
- konstrukcja w całości spawana

#### Zabezpieczenia:

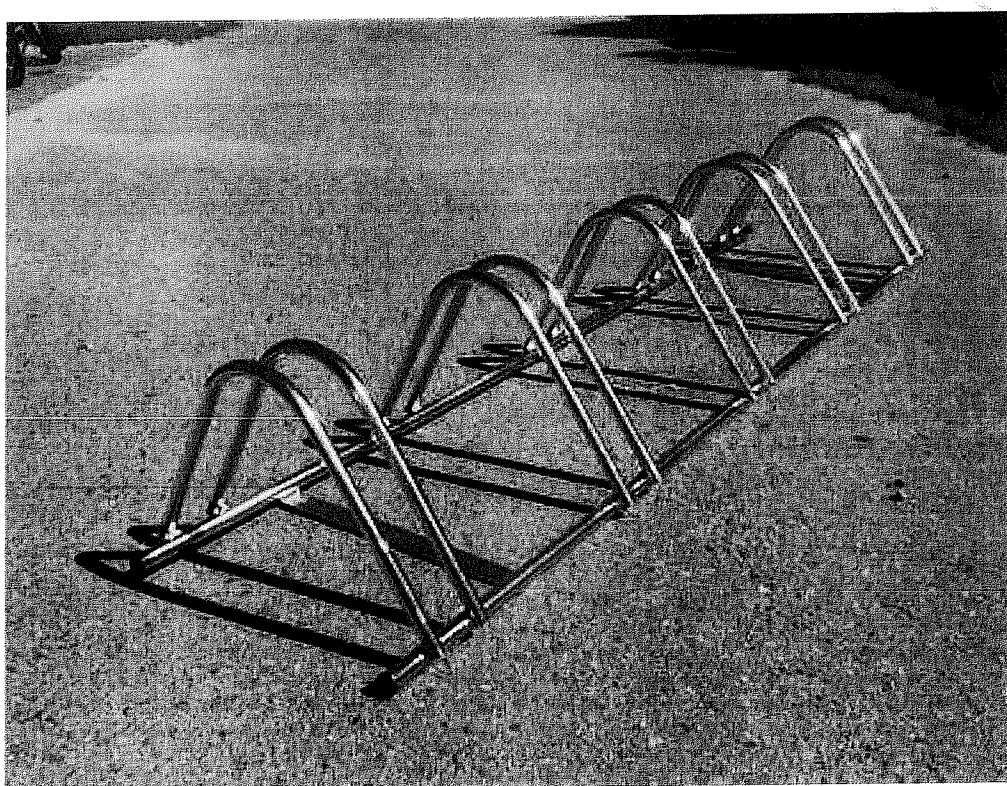
- elementy metalowe zabezpieczone przed korozją przez ocynkowanie
- końce rur zabezpieczone zaślepkami z tworzywa sztucznego

**Szczegóły dotyczące instalacji urządzenia przeznaczonego na plac zabaw**

**Fundamentowanie:**

- możliwość montażu do podłoża lub do ściany
- możliwość ustawienia stojaka jako urządzenie wolnostojące lub zakotwione w gruncie

## Stojak na rowery – instrukcja



ryc.1. Wizualizacja stojaka na rowery

### 1. Instrukcja instalowania urządzenia na placu zabaw lub w jego obrębie

- urządzenie przeznaczone na plac zabaw lub tereny rekreacyjne, instalowane na nawierzchni betonowej, trawiastej, żwirowej, piaskowej, wiórowej, korowej lub gumowej, związane z gruntem na stałe w fundamencie betonowym zgodnie z dokumentacją techniczną
- urządzenie instalowane na powierzchni przeznaczonej na plac zabaw charakteryzującej się względnie równym poziomem terenu gdyż zbyt wysokie wahania poziomu terenu wpływają na wysokość swobodnego upadku i mogą wymusić zastosowanie innego rodzaju nawierzchni lub całkowicie uniemożliwić montaż urządzenia
- montaż urządzenia na placu zabaw zgodnie z dokumentacją techniczną, na terenie nieuzbrojonym, poza strefą użytkowania urządzeń zabawowych umieszczonych na placu zabaw.

- urządzenie instalowane bezpośrednio po przywiezieniu na teren budowy placu zabaw
- urządzenie nie stanowi elementu zabawowego dlatego może być instalowane poza obszarem placu zabaw (np. przed wejściem na plac zabaw)

## **2. Instrukcja montażu, demontażu i wymiany części urządzenia**

- do czasu usunięcia nieprawidłowości urządzenie na placu zabaw zabezpieczyć przed użytkownikami budowlaną taśmą ostrzegawczą oraz umieszczoną w widocznym miejscu wiadomością w formie pisemnej informującą o uszkodzeniu urządzenia
- zdemontować uszkodzony element urządzenia, który stanowi zagrożenie dla bezpieczeństwa uczestników korzystających z placu zabaw
- wymienić uszkodzoną część na identyczną z użytymi przez producenta urządzenia
- w razie konieczności skontaktować się z producentem wyrobu

## **3. Instrukcja kontroli urządzenia dla osób odpowiedzialnych za bezpieczeństwo na placu zabaw**

- co 1 do 7 dni sprawdzić teren placu zabaw poprzez oględziny polegające na usunięciu z powierzchni urządzenia oraz strefy funkcjonowania urządzenia zanieczyszczeń oraz wszystkich elementów stanowiących zagrożenie dla użytkowników placu zabaw. Kontrola ta polega również na ocenie kompletności elementów i uszkodzeń będących skutkiem wandalizmu, zużycia lub niekorzystnych warunków pogodowych. Jeśli urządzenie znajduje się w miejscu szczególnie narażonym na wandalizm należy odpowiednio do potrzeb dopasować częstotliwość oględzin placu zabaw
- co 1 do 3 miesięcy przeprowadzić przegląd funkcjonalny urządzeń znajdujących się na placu zabaw polegający przede wszystkim na sprawdzeniu stanu połączeń śrubowych oraz stanu powierzchni drewnianych (zadry). W razie wykrycia nieprawidłowości usunąć je poprzez dokręcenie poluzowanych śrub oraz usunięcie zadr. Podczas tej kontroli ocenić należy funkcjonalność, stabilność oraz stopień zużycia urządzeń lub ich elementów. Podczas tej kontroli należy również sprawdzić stan nawierzchni i w razie konieczności wyrównać lub uzupełnić poziom nawierzchni trawiastej lub nawierzchni sypkich (piasek, żwir, kora) pod urządzeniem. Prawidłowy stan nawierzchni pod urządzeniem występuje gdy poziom nawierzchni trawiastej lub sypkiej znajduje się około 5cm pod podstawą kotwy. Tolerowany (nie stwarzający zagrożenia dla bezpieczeństwa) stan nawierzchni występuje gdy poziom nawierzchni znajduje się od 5cm do 15 cm pod podstawą kotwy. Przekroczenie granicy poziomu tolerowanego stwarza zagrożenie dla bezpieczeństwa użytkowników korzystających z placu zabaw (ryc.2.) Wskaźnik prawidłowego poziomu nawierzchni jest zaznaczony na kotwach słupów pionowych urządzenia w postaci linii
- raz w roku przeprowadzić kontrolę podstawową stanu technicznego urządzeń na placu zabaw najlepiej poprzez przedstawiciela producenta urządzeń lub wykwalifikowane do tego osoby. Podczas tej kontroli sprawdzić należy ogólny poziom bezpieczeństwa urządzeń, stan fundamentów oraz nawierzchni, ocenić wpływ warunków atmosferycznych na urządzenia, stan rozkładu i korozji oraz ocenić zmiany poziomu bezpieczeństwa na skutek przeprowadzonych napraw
- czynności kontrolne powinny być udokumentowane oraz wykonywane przez odpowiednio wykwalifikowany personel

## **4. Instrukcja użytkowania urządzenia na placu zabaw**

- stojak na rowery nie jest traktowany jako urządzenie zabawowe, nie służy do zabawy dzieci

- stojak na rowery stanowi element małej architektury stanowiący wyposażenie uzupełniające na placu zabaw

#### **5. Instrukcja pakowania, przechowywania i transportu urządzenia**

- podczas transportu urządzenie zabezpieczyć przed uszkodzeniami mechanicznymi
- urządzenia na plac zabaw należy przechowywać w miejscu zabezpieczonym przed osobami niepowołanymi
- w razie konieczności składowania urządzenie należy układać starannie na płaskim podłożu w warunkach zbliżonych do warunków eksploatacji



Place zabaw z drewna

Stowarzyszenie Producentów  
współzabawek

ATUT Tomasz Skiba

ul. Leśmiana 5

62-050 Mosina

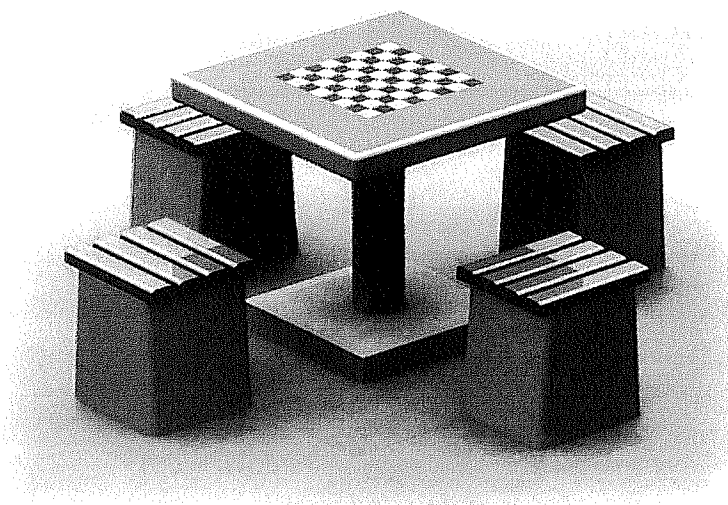
e-mail: [biuro@atut-placezabaw.pl](mailto:biuro@atut-placezabaw.pl)

[www.atut-placezabaw.pl](http://www.atut-placezabaw.pl)

tel: 880081631

Wersja z dnia 22.10.2016r.

## Stolik do gry w szachy/chińczyka



*ryc.1. Wizualizacja urządzenia.*

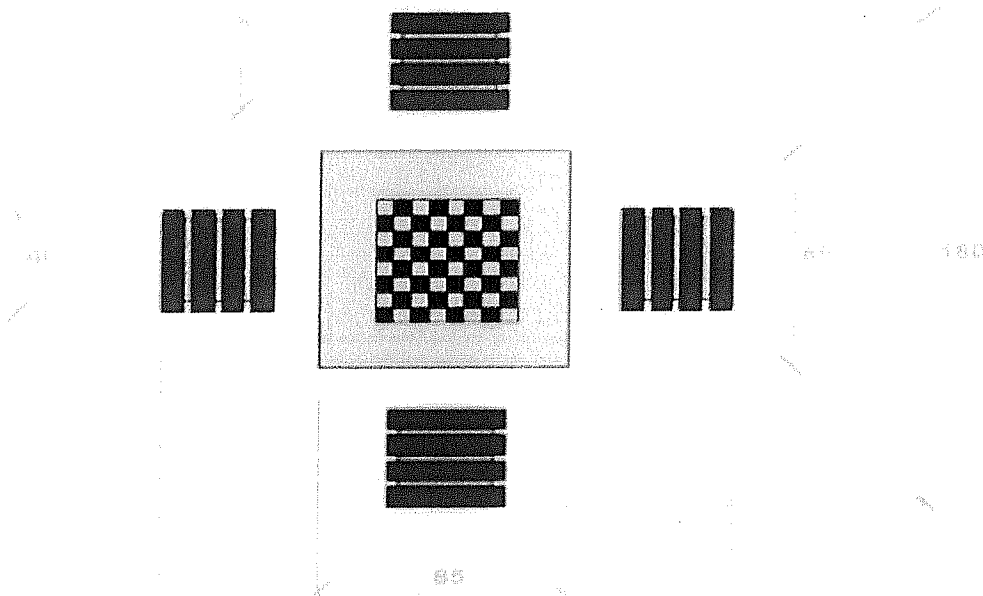
### Elementy składowe urządzenia:

- betonowy stół do gry szachy lub chińczyka z czterema siedziskami

### Wymiary urządzenia:

- wysokość maksymalna blatu - 76cm
- długość blatu - 85cm
- szerokość blatu - 85cm
- długość siedzisk - 30cm
- szerokość siedzisk - 40cm
- wysokość siedzisk - 45cm
- długość stołu razem z siedziskami - 180cm
- szerokość stołu razem z siedziskami - 180cm

- waga - 500kg
- głębokość posadowienia - 22cm
- maksymalna wysokość upadku - 76cm
- głębokość posadowienia - 46cm
- maksymalna wysokość upadku - 76cm



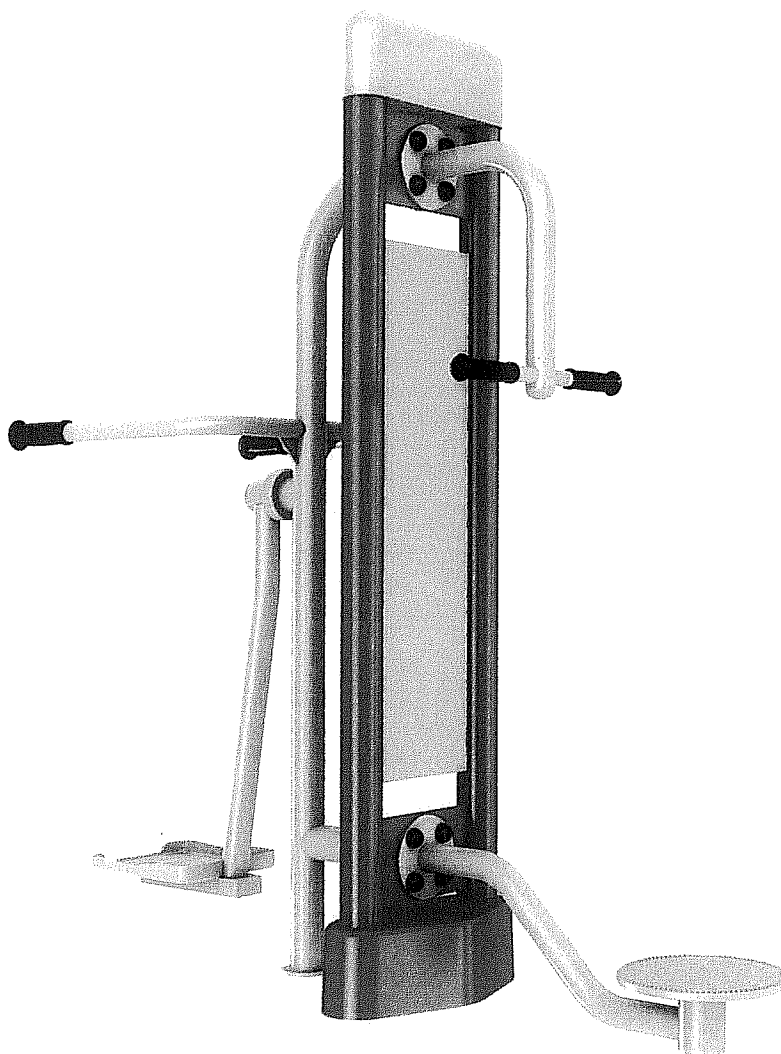
*ryc.2. Wymiar urządzenia.*

#### **Informacje techniczne na temat urządzenia:**

- montaż urządzenia do gier na placu zabaw dla dzieci zgodnie z dokumentacją techniczną
- urządzenie do gier przeznaczone dla użytkowników powyżej 3 roku życia
- ilość osób mogących jednocześnie korzystać z urządzenia do gier na placu zabaw nie powinna przekraczać 4
- betonowy stół do gry wykonany zgodnie z normą PN-EN 1176:2009
- stół do gry wykonany z wibrowanego betonu, beton zbrojony drutem stalowym o średnicy 8mm
- beton wytwarzany jest na bazie twardych kruszyw naturalnych
- blat o grubości 8cm w całości szlifowany i wygładzony
- blat stołu do gier zabezpieczony przed niekorzystnym wpływem warunków atmosferycznych poprzez lakierowanie specjalnymi środkami konserwującymi przeznaczonymi do betonu


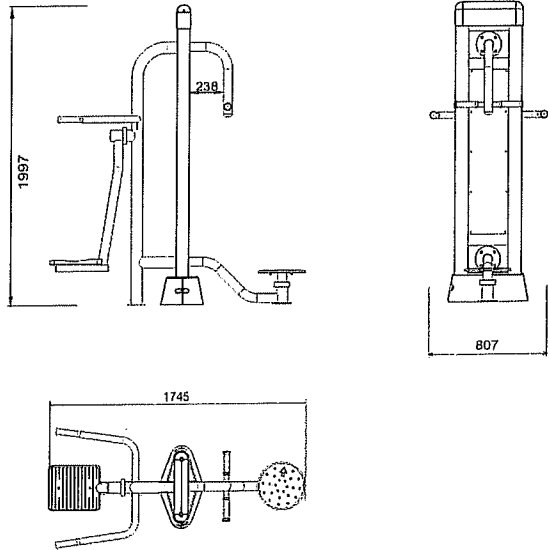
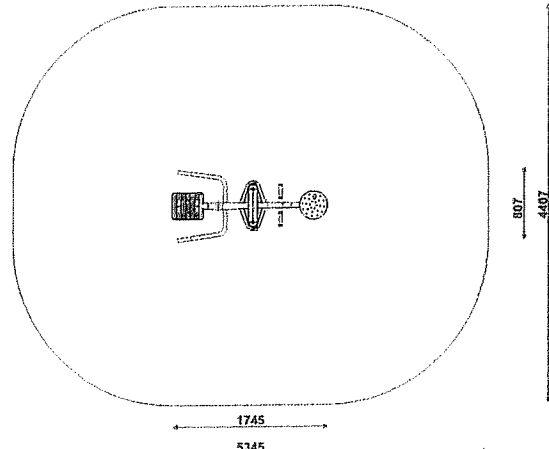
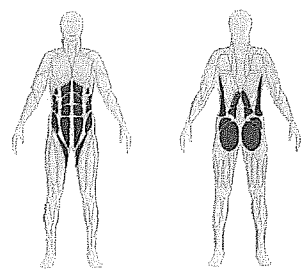
- obrzeża blatu wykończone profilem aluminiowym o zaokrąglonych krawędziach
- plansze do gier wykonane z płyty granitowej wtopionej w blat stołu
- elementy stalowe zabezpieczone przed korozją poprzez ocynkowanie
- blat oparty na konstrukcji stalowo-betonowej
- siedziska wykonane z drewna liściastego, impregnowanego oraz malowanego lakierobejcą
- siedziska oparte na konstrukcji stalowo-betonowej
- bardzo wysoka odporność na uszkodzenia mechaniczne i warunki atmosferyczne
- możliwość zamontowania w blacie stołu planszy do gry w szachy lub planszy do gry w chińczyka

## Surfer i twister na pylonie



*Ryc.1. Wizualizacja urządzenia fitness.*

**Informacje techniczne o urządzeniu fitness:**


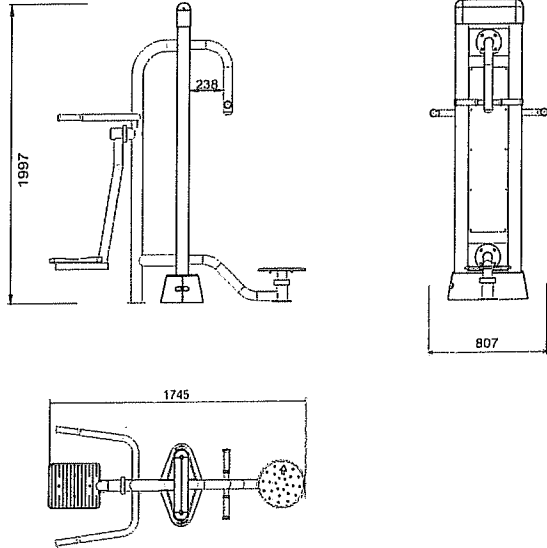
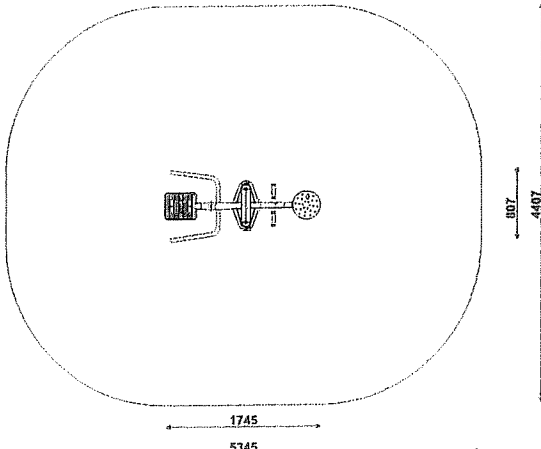
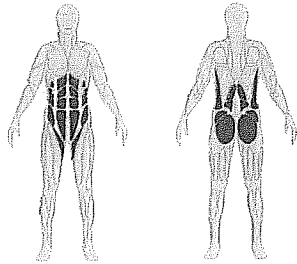
<b>Nazwa urządzenia:</b>	Surfer i twister na pylonie	
<b>Numer katalogowy:</b>	FL19	
<b>Zgodność z normami:</b>	PN-EN 16630:2015	
<b>Certyfikat:</b>	Na zgodność z norma PN-EN 16630:2015	
<b>Wydawca certyfikatu:</b>	TÜV Rheinland 	
<b>Wymiary urządzenia:</b> Wysokość: Szerokość: Długość: Głębokość posadowienia: Maksymalna wysokość upadku:	1997mm 807mm 1745mm 500mm 250mm	
<b>Bezpieczna strefa użytkowania:</b>	5345mm x 4407mm  (180cm z każdej strony urządzenia)	
<b>Funkcje urządzenia:</b> <b>Surfer</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni kończyn dolnych</li> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni bioder</li> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni brzucha</li> <li>- poprawa zmysłu równowagi</li> <li>- poprawa ogólnej kondycji fizycznej</li> <li>- poprawa wydolności serca</li> <li>- poprawa wydolności płuc</li> </ul>	

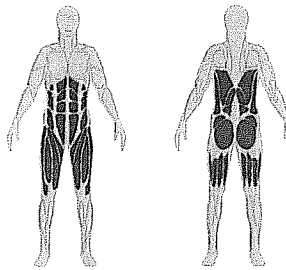
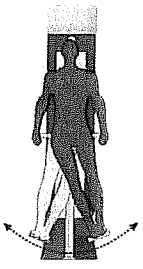
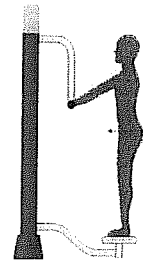
Ryc.2. Wymiary urządzenia fitness.

Ryc.3. Strefa bezpieczeństwa urządzenia fitness.

Ryc.4. Funkcje urządzenia fitness.

**Informacje techniczne o urządzeniu fitness:**

<b>Nazwa urządzenia:</b>	Surfer i twister na pylonie	
<b>Numer katalogowy:</b>	FL19	
<b>Zgodność z normami:</b>	PN-EN 16630:2015	
<b>Certyfikat:</b>	Na zgodność z norma PN-EN 16630:2015	
<b>Wydawca certyfikatu:</b>	TÜV Rheinland 	
<b>Wymiary urządzenia:</b> Wysokość: Szerokość: Długość: Głębokość posadowienia: Maksymalna wysokość upadku:	1997mm 807mm 1745mm 500mm 250mm	 <p style="text-align: center;"><i>Ryc.2. Wymiary urządzenia fitness.</i></p>
<b>Bezpieczna strefa użytkowania:</b>	5345mm x 4407mm  (180cm z każdej strony urządzenia)	 <p style="text-align: center;"><i>Ryc.3. Strefa bezpieczeństwa urządzenia fitness.</i></p>
<b>Funkcje urządzenia:</b> <b>Surfer</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni kończyn dolnych</li> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni bioder</li> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni brzucha</li> <li>- poprawa zmysłu równowagi</li> <li>- poprawa ogólnej kondycji fizycznej</li> <li>- poprawa wydolności serca</li> <li>- poprawa wydolności płuc</li> </ul>	 <p style="text-align: center;"><i>Ryc.4. Funkcje urządzenia fitness.</i></p>

<b>Funkcje urządzenia:</b> <b>Twister</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni brzucha</li> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni grzbietu</li> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni bioder</li> <li>- poprawa zmysłu równowagi</li> <li>- poprawa ogólnej kondycji fizycznej</li> <li>- poprawa wydolności serca</li> <li>- poprawa wydolności płuc</li> </ul>	 <p>Ryc.4. Funkcje urządzenia fitness.</p>
<b>Typ ćwiczeń:</b>	Aerobowe/siłowe	
<b>Stopień trudności ćwiczeń:</b>	Łatwy	
<b>Sposób wykonywania ćwiczeń:</b> <b>Surfer</b>	Chwyć uchwyty obiema dłońmi, stań na podstawie i odchylaj nogi naprzemian w lewą i prawą stronę. Zabronione jest przebywanie w odległości mniejszej niż 1m w czasie wykonywania ćwiczeń przez innego użytkownika. Każdy element do ćwiczeń przeznaczony jest tylko dla jednego użytkownika. Osoby o słabszym zdrowiu powinny korzystać z urządzenia po zapoznaniu się z opinią lekarza lub z asekuracją innej osoby.	 <p>Ryc.5. Schemat wykonywania ćwiczeń.</p>
<b>Sposób wykonywania ćwiczeń:</b> <b>Twister</b>	Chwyć obiema dłońmi poręcz i stań na podstawie. Obracaj talię naprzemian w lewo i prawo. Prędkość wykonywania ćwiczeń powinna być wolna. Każdy element do ćwiczeń przeznaczony jest tylko dla jednego użytkownika. Osoby o słabszym zdrowiu powinny korzystać z urządzenia po zapoznaniu się z opinią lekarza lub z asekuracją innej osoby.	 <p>Ryc.5. Schemat wykonywania ćwiczeń.</p>
<b>Przeznaczenie urządzenia:</b> Maksymalna waga ćwiczącego: Minimalny wzrost ćwiczącego: Minimalny wiek ćwiczącego: Maksymalna liczba ćwiczących:	120kg 140cm 14 lat 2	Urządzenie fitness na siłownię zewnętrzną jest przeznaczone dla osób dorosłych i młodzieży powyżej 14 roku życia lub o wzroście powyżej 140cm.
<b>Konstrukcja urządzenia:</b>		
<b>Pylon:</b>	Rura stalowa 89mm x 3mm, blacha stalowa 10mm.	
<b>Urządzenia do ćwiczeń:</b>	W zależności od rodzaju urządzenia i przeznaczenia elementu: rura stalowa 140mm, 76mm, 60mm, 42mm lub 32mm; blacha stalowa 3mm, 5mm.	
<b>Elementy ruchome:</b>	Łożyska typu zamkniętego, odporne na zanieczyszczenia, niewymagające smarowania.	
<b>Rączki i uchwyty:</b>	Polichlorek winylu - tworzywo sztuczne odporne na zmienne warunki atmosferyczne, niskie i wysokie temperatury oraz zapewniające odpowiedni komfort użytkownika.	
<b>Instrukcja:</b>	Stalowa tablica zamontowana do pylonu, zawierająca informacje o użytkowaniu urządzenia w formie tekstowej i graficznej.	
<b>Farba:</b>	Farba podkładowa cynkowa, farba proszkowa poliestrowa - struktura matowa tzw. "skórka pomarańczy" - urządzenia malowane dwukrotnie.	
<b>Kolorystyka:</b>	Czerwony- RAL 3002 - pylon, dolna osłona pylonu Srebrny - RAL 9006 - urządzenia do ćwiczeń, górna osłona pylonu, tablica	

	informacyjna.
Zabezpieczenia:	Górna część pylonu oraz dolna część pylonu i element mocujący do podłoża zabezpieczone za pomocą osłony aluminiowej. Śruby umieszczone w osłonach z tworzywa sztucznego.
Instalacja:	Pylon przymocowany do stalowej kotwy ocynkowanej ogniowo za pomocą 4 nakrętek samohamownych M18 umieszczonych na podkładkach M18. Urządzenia do ćwiczeń zamontowane do pylonu za pomocą 4 lub 8 śrub M12 (w zależności od urządzenia) umieszczonych w osłonach z tworzywa sztucznego. Kotwa ocynkowana ogniowo, wyposażona w 4 gwinty M18, umieszczona w gruncie w fundamencie betonowym na głębokości 500mm.
Fundamentowanie:	Pylon: - fundament prefabrykowany lub utworzony bezpośrednio w gruncie o wymiarach min. 600mm x 600mm i głębokości 500mm - beton klasy C20/C25. Urządzenia do ćwiczeń, których konstrukcja opiera się na gruncie, usytuowane na prefabrykacie betonowym (krawężnik drogowy) o grubości 150mm (w przypadku niektórych urządzeń dodatkowo przymocowanie podstawy do prefabrykatu za pomocą kotew tulejowych).

### Instrukcje dotyczące urządzenia fitness:

Konserwacja i przeglądy okresowe urządzeń:	W celu zapewnienia pełnego bezpieczeństwa użytkowania oraz pełnej funkcjonalności urządzeń fitness przeznaczonych na siłownię zewnętrzne należy stosować regularne przeglądy:
Kontrola regularna: co 1 - 7 dni	Kontrola polegająca na oględzinach urządzeń fitness i terenu siłowni zewnętrznej. Podczas tej kontroli należy sprawdzić teren wokół siłowni zewnętrznej oraz usunąć z niego wszelkie zanieczyszczenia oraz elementy stanowiące zagrożenie dla bezpieczeństwa użytkowników. Należy sprawdzić kompletność wszystkich elementów urządzeń fitness oraz ocenić ewentualne braki i uszkodzenia (powstałe na skutek kradzieży czy wandalizmu). Należy również sprawdzić oznakowanie urządzeń i funkcjonowanie poszczególnych części, szczególnie elementów ruchomych do ćwiczeń (czy elementy poruszają się bez problemów). Podczas tej kontroli należy również sprawdzić połączenia śrubowe (występujące luzy, odkręcone nakrętki, brakujące zaślepki gwintów śrub, uszkodzone gwinty). W razie konieczności należy dokręcić nakrętki lub wymienić śruby. Częstotliwość przeprowadzania kontroli regularnej siłowni zewnętrznej należy dostosować do występujących nieprawidłowości (zalecana częstsza kontrola na obszarach szczególnie narażonych na wandalizm).
Kontrola funkcjonalna: co 1 - 3 miesiące	Podczas tej kontroli należy sprawdzić stan fundamentów betonowych oraz mocowanie urządzeń. Jeśli siłownia zewnętrzna znajduje się na terenie trawiastym, glebowym lub piaszczystym należy sprawdzić stan nawierzchni przykrywającej fundament a w razie konieczności uzupełnić jej poziom. W czasie tej kontroli należy sprawdzić stan powłok lakierniczych oraz powstałych wskutek ich uszkodzenia możliwych śladów korozji. W przypadku uszkodzenia powłoki lakieru w celu naprawy należy miejsce uszkodzenia oczyścić i pomalować odpowiednią farbą przeznaczoną do elementów metalowych. Należy również sprawdzić stan elementów wykonanych z tworzyw sztucznych (uchwyty gumowe, zaślepki na śruby).
Kontrola podstawowa: Raz do roku	Kontrolę roczną zalecane są przy udziale przedstawiciela producenta siłowni zewnętrznej lub odpowiednio wykwalifikowane osoby. Podczas tej kontroli należy sprawdzić ogólny stan techniczny siłowni

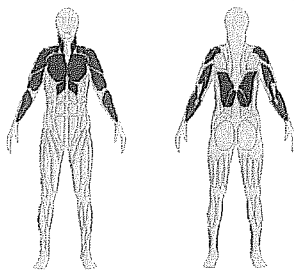
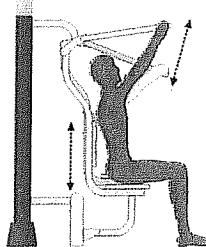
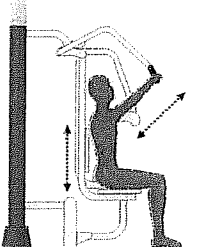
	zewnątrznej, przede wszystkim stan i zużycie elementów, stabilność, stan kotew i fundamentów betonowych. Należy również sprawdzić funkcjonalność urządzenia fitness poprzez wykonanie prostych testów użytkowych.
	Wszystkie procedury kontrolne powinny zostać przeprowadzone przez odpowiednio do tego przygotowane osoby oraz odpowiednio udokumentowane.
Postępowanie w przypadku awarii:	W przypadku wystąpienia awarii siłowni zewnętrznej należy dane urządzenie wyłączyć z użytkowania i odpowiednio zabezpieczyć przed możliwością dalszego używania (np. poprzez oznaczenie taśmą ostrzegawczą i umieszczenie informacji o niesprawności urządzenia) oraz wezwać serwis. W razie wątpliwości dotyczących sprawności urządzenia należy skontaktować się z producentem lub dostawcą. Producent zapewnia części zamienne do danego urządzenia. Niedozwolone jest stosowanie części zamiennych innych niż zalecane przez producenta.

## Wyciąg górny i krzesło do wyciskania na pylonie



*Ryc.1. Wizualizacja urządzenia fitness.*



<p><b>Funkcje urządzenia:</b> <b>Krzeseł do wyciskania</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni barków</li> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni ramion</li> <li>- budowa i wzmocnienie mięśni piersiowych</li> <li>- poprawa ogólnej kondycji fizycznej</li> <li>- poprawa wydolności serca</li> <li>- poprawa wydolności płuc</li> </ul>	 <p>Ryc.4. Funkcje urządzenia fitness.</p>
<p><b>Typ ćwiczeń:</b></p>	<p>Siłowe</p>	
<p><b>Stopień trudności ćwiczeń:</b></p>	<p>Średni</p>	
<p><b>Sposób wykonywania ćwiczeń:</b> <b>Wyciąg górny</b></p>	<p>Usiądź na siedzisku opierając się plecami o oparcie. Chwyć uchwyty obiema dłońmi a następnie pociągnij w dół. Powróć do pozycji wyjściowej. Najlepsze efekty dają serie ćwiczeń (od 5 do 10 powtórzeń) dostosowane do indywidualnych potrzeb użytkownika. Stanie na siedzisku jest zabronione. Każdy element do ćwiczeń przeznaczony jest tylko dla jednego użytkownika. Osoby o słabszym zdrowiu powinny korzystać z urządzenia po zapoznaniu się z opinią lekarza lub z asekuracją innej osoby.</p>	 <p>Ryc.5. Schemat wykonywania ćwiczeń.</p>
<p><b>Sposób wykonywania ćwiczeń:</b> <b>Krzeseł do wyciskania</b></p>	<p>Usiądź na siedzisku opierając się plecami o oparcie. Chwyć uchwyty obiema dłońmi i przesun do przodu prostując ramiona. Powróć do pozycji wyjściowej. Najlepsze efekty dają serie ćwiczeń (od 5 do 10 powtórzeń) dostosowane do indywidualnych potrzeb użytkownika. Stanie na siedzisku jest zabronione. Każdy element do ćwiczeń przeznaczony jest tylko dla jednego użytkownika. Osoby o słabszym zdrowiu powinny korzystać z urządzenia po zapoznaniu się z opinią lekarza lub z asekuracją innej osoby.</p>	 <p>Ryc.5. Schemat wykonywania ćwiczeń.</p>
<p><b>Przeznaczenie urządzenia:</b> Maksymalna waga ćwiczącego: Minimalny wzrost ćwiczącego: Minimalny wiek ćwiczącego: Maksymalna liczba ćwiczących:</p>	<p>120kg 140cm 14 lat 2</p>	<p>Urządzenie fitness na siłownię zewnętrzną jest przeznaczone dla osób dorosłych i młodzieży powyżej 14 roku życia lub o wzroście powyżej 140cm.</p>
<p><b>Konstrukcja urządzenia:</b></p>		
<p><b>Pylon:</b></p>	<p>Rura stalowa 89mm x 3mm, blacha stalowa 10mm.</p>	
<p><b>Urządzenia do ćwiczeń:</b></p>	<p>W zależności od rodzaju urządzenia i przeznaczenia elementu: rura stalowa 140mm, 76mm, 60mm, 42mm lub 32mm; blacha stalowa 3mm, 5mm.</p>	
<p><b>Elementy ruchome:</b></p>	<p>Łożyska typu zamkniętego, odporne na zanieczyszczenia, niewymagające smarowania.</p>	
<p><b>Rączki i uchwyty:</b></p>	<p>Polichlorek winylu - tworzywo sztuczne odporne na zmienne warunki atmosferyczne, niskie i wysokie temperatury oraz zapewniające odpowiedni komfort użytkownika.</p>	

Instrukcja:	Stalowa tablica zamontowana do pylonu, zawierająca informacje o użytkowaniu urządzenia w formie tekstowej i graficznej.
Farba:	Farba podkładowa cynkowa, farba proszkowa poliestrowa - struktura matowa tzw. "skórka pomarańczy" - urządzenia malowane dwukrotnie.
Kolorystyka:	Czerwony- RAL 3002 - pylon, dolna osłona pylonu Srebrny - RAL 9006 - urządzenia do ćwiczeń, górna osłona pylonu, tablica informacyjna.
Zabezpieczenia:	Górna część pylonu oraz dolna część pylonu i element mocujący do podłoża zabezpieczone za pomocą osłony aluminiowej. Śruby umieszczone w osłonach z tworzywa sztucznego.
Instalacja:	Pylon przymocowany do stalowej kotwy ocynkowanej ogniowo za pomocą 4 nakrętek samohamownych M18 umieszczonych na podkładach M18. Urządzenia do ćwiczeń zamontowane do pylonu za pomocą 4 lub 8 śrub M12 (w zależności od urządzenia) umieszczonych w osłonach z tworzywa sztucznego. Kotwa ocynkowana ogniowo, wyposażona w 4 gwinty M18, umieszczona w gruncie w fundamencie betonowym na głębokości 500mm.
Fundamentowanie:	Pylon: - fundament prefabrykowany lub utworzony bezpośrednio w gruncie o wymiarach min. 600mm x 600mm i głębokości 500mm - beton klasy C20/C25. Urządzenia do ćwiczeń, których konstrukcja opiera się na gruncie, usytuowane na prefabrykacie betonowym (krawężnik drogowy) o grubości 150mm (w przypadku niektórych urządzeń dodatkowo przymocowanie podstawy do prefabrykatu za pomocą kotew tulejowych).

#### Instrukcje dotyczące urządzenia fitness:

Konserwacja i przeglądy okresowe urządzeń:	W celu zapewnienia pełnego bezpieczeństwa użytkowania oraz pełnej funkcjonalności urządzeń fitness przeznaczonych na siłownię zewnętrzną należy stosować regularne przeglądy:
Kontrola regularna: co 1 - 7 dni	Kontrola polegająca na oględzinach urządzeń fitness i terenu siłowni zewnętrznej. Podczas tej kontroli należy sprawdzić teren wokół siłowni zewnętrznej oraz usunąć z niego wszelkie zanieczyszczenia oraz elementy stanowiące zagrożenie dla bezpieczeństwa użytkowników. Należy sprawdzić kompletność wszystkich elementów urządzeń fitness oraz ocenić ewentualne braki i uszkodzenia (powstałe na skutek kradzieży czy wandalizmu). Należy również sprawdzić oznakowanie urządzeń i funkcjonowanie poszczególnych części, szczególnie elementów ruchomych do ćwiczeń (czy elementy poruszają się bez problemów). Podczas tej kontroli należy również sprawdzić połączenia śrubowe (występujące luzy, odkręcone nakrętki, brakujące zaślepki gwintów śrub, uszkodzone gwinty). W razie konieczności należy dokręcić nakrętki lub wymienić śruby. Częstotliwość przeprowadzania kontroli regularnej siłowni zewnętrznej należy dostosować do występujących nieprawidłowości (zalecana częstsza kontrola na obszarach szczególnie narażonych na wandalizm).
Kontrola funkcjonalna: co 1 - 3 miesiące	Podczas tej kontroli należy sprawdzić stan fundamentów betonowych oraz mocowanie urządzeń. Jeśli siłownia zewnętrzna znajduje się na terenie trawiastym, glebowym lub piaszczystym należy sprawdzić stan nawierzchni przykrywającej fundament a w razie konieczności uzupełnić jej poziom. W czasie tej kontroli należy sprawdzić stan powłok lakierniczych oraz powstałych wskutek ich uszkodzenia możliwych śladów korozji. W przypadku uszkodzenia powłoki lakieru w celu naprawy należy miejsce uszkodzenia oczyścić i pomalować odpowiednią

	<p>farbą przeznaczoną do elementów metalowych. Należy również sprawdzić stan elementów wykonanych z tworzyw sztucznych (uchwyty gumowe, zaślepki na śruby).</p>
<p>Kontrola podstawowa: Raz do roku</p>	<p>Kontrole roczne zalecane są przy udziale przedstawiciela producenta siłowni zewnętrznej lub odpowiednio wykwalifikowane osoby. Podczas tej kontroli należy sprawdzić ogólny stan techniczny siłowni zewnętrznej, przede wszystkim stan i zużycie elementów, stabilność, stan kotew i fundamentów betonowych. Należy również sprawdzić funkcjonalność urządzenia fitness poprzez wykonanie prostych testów użytkowych.</p>
	<p>Wszystkie procedury kontrolne powinny zostać przeprowadzone przez odpowiednio do tego przygotowane osoby oraz odpowiednio udokumentowane.</p>
<p>Postępowanie w przypadku awarii:</p>	<p>W przypadku wystąpienia awarii siłowni zewnętrznej należy dane urządzenie wyłączyć z użytkowania i odpowiednio zabezpieczyć przed możliwością dalszego używania (np. poprzez oznaczenie taśmą ostrzegawczą i umieszczenie informacji o niesprawności urządzenia) oraz wezwać serwis. W razie wątpliwości dotyczących sprawności urządzenia należy skontaktować się z producentem lub dostawcą. Producent zapewnia części zamienne do danego urządzenia. Niedozwolone jest stosowanie części zamiennych innych niż zalecane przez producenta.</p>



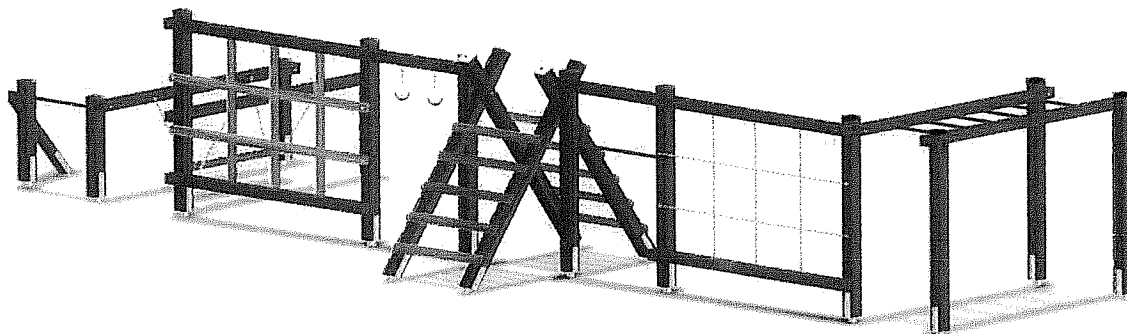
Place zabaw z drewna

Stowarzyszenie Powiatowe  
we Wrocławiu

ATUT Tomasz Skiba  
ul. Leśmiana 5  
62-050 Mosina  
e-mail: [biuro@atut-placezabaw.pl](mailto:biuro@atut-placezabaw.pl)  
[www.atut-placezabaw.pl](http://www.atut-placezabaw.pl)  
tel: 880081631

Wersja z dnia 16.03.2016r.

## Zestaw sprawnościowy nr 1 – instrukcja



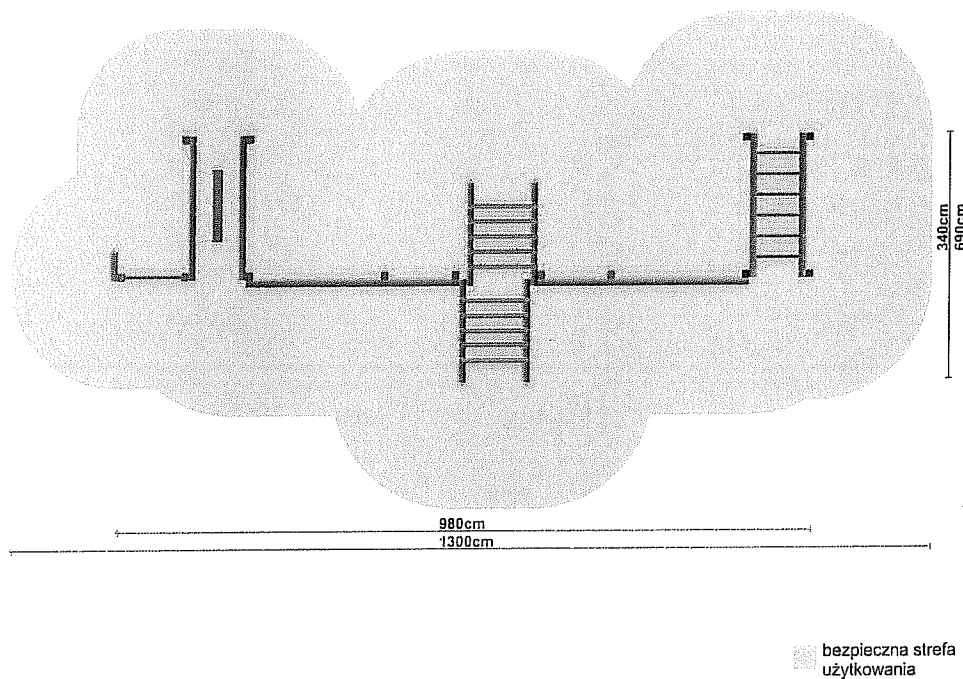
ryc.1. Wizualizacja zestawu sprawnościowego nr 1

### 1. Instrukcja instalowania urządzenia zabawowego na placu zabaw

- urządzenie zabawowe przeznaczone na plac zabaw, instalowane na nawierzchni żwirowej, piaskowej, wiórowej, korowej lub gumowej, związane z gruntem na stałe w fundamencie betonowym zgodnie z dokumentacją techniczną
- urządzenie zabawowe instalowane na powierzchni przeznaczonej na plac zabaw charakteryzującej się względnie równym poziomem terenu gdyż zbyt wysokie wahańa

poziomu terenu wpływają na wysokość swobodnego upadku i mogą wymusić zastosowanie innego rodzaju nawierzchni lub całkowicie uniemożliwić montaż urządzenia

- przestrzeń montażowa niezbędna do zamontowania urządzenia zabawowego na placu zabaw odpowiada minimalnej strefie funkcjonowania
- minimalna strefa funkcjonalna urządzenia zabawowego to 1300cm x 690cm (ryc. 2)



ryc. 2. Minimalna strefa użytkowania urządzenia

- montaż urządzenia na placu zabaw zgodnie z dokumentacją techniczną, na terenie nieuzbrojonym, poza strefą użytkowania innych urządzeń zabawowych umieszczonych na placu zabaw. W przypadku montażu zestawów zabawowych przy budynkach wielorodzinnych objętych jednym pozwoleniem na budowę istnieje obowiązek zachowania odległości 10m od linii rozgraniczających ulicę, od okien pomieszczeń przeznaczonych na pobyt ludzi oraz od miejsc gromadzenia odpadów. Zasada ta nie dotyczy placówek oświatowych. Plac zabaw powinien być oddalony od parkingu o przynajmniej 7m w przypadku parkingu na 4 stanowiska włącznie, 10m w przypadku parkingu z liczbą miejsc od 5 do 60 włącznie oraz 20m w przypadku parkingu z liczbą miejsc powyżej 60
- urządzenie zabawowe instalowane bezpośrednio po przywiezieniu na teren budowy placu zabaw

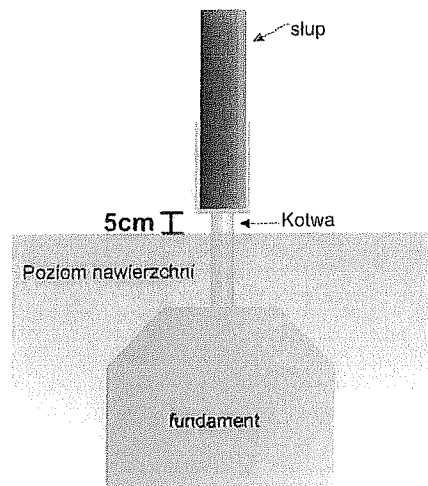
## **2. Instrukcja montażu, demontażu i wymiany części urządzenia zabawowego**

- do czasu usunięcia nieprawidłowości urządzenie na placu zabaw zabezpieczyć przed użytkownikami budowlaną taśmą ostrzegawczą oraz umieszczoną w widocznym miejscu informacją w formie pisemnej zakazującą korzystania z urządzenia na placu zabaw
- zdemontować uszkodzony element urządzenia zabawowego, który stanowi zagrożenie dla bezpieczeństwa uczestników korzystających z placu zabaw
- wymienić uszkodzoną część na identyczną z użytymi przez producenta placu zabaw

- w razie konieczności skontaktować się z producentem wyrobu

### **3. Instrukcja kontroli urządzenia dla osób odpowiedzialnych za bezpieczeństwo na placu zabaw**

- co 1 do 7 dni sprawdzić teren placu zabaw poprzez oględziny polegające na usunięciu z powierzchni urządzenia zabawowego oraz strefy funkcjonowania urządzenia zanieczyszczeń oraz wszystkich elementów stanowiących zagrożenie dla użytkowników placu zabaw. Kontrola ta polega również na ocenie kompletności elementów i uszkodzeń będących skutkiem wandalizmu, zużycia lub niekorzystnych warunków pogodowych. Jeśli urządzenie zabawowe znajduje się w miejscu szczególnie narażonym na wandalizm należy odpowiednio do potrzeb dopasować częstotliwość oględzin placu zabaw
- co 1 do 3 miesięcy przeprowadzić przegląd funkcjonalny urządzeń zabawowych znajdujących się na placu zabaw polegający przede wszystkim na sprawdzeniu stanu połączeń śrubowych oraz stanu powierzchni drewnianych (zadry). W razie wykrycia nieprawidłowości usunąć je poprzez dokręcenie poluzowanych śrub oraz usunięcie zadr. Podczas tej kontroli ocenić należy funkcjonalność, stabilność oraz stopień zużycia urządzeń zabawowych lub ich elementów. Podczas tej kontroli należy również sprawdzić stan nawierzchni i w razie konieczności wyrównać lub uzupełnić poziom nawierzchni trawiastej lub nawierzchni sypkich (piasek, żwir, kora) pod urządzeniem. Należy zwrócić szczególną uwagę na elementy szczególnie eksploatowane np. huśtawki, zjeżdżalnie, wejścia na podesty. Prawidłowy stan nawierzchni pod urządzeniem występuje gdy poziom nawierzchni trawiastej lub sypkiej znajduje się około 5cm pod podstawą kotwy. Tolerowany (nie stwarzający zagrożenia dla bezpieczeństwa) stan nawierzchni występuje gdy poziom nawierzchni znajduje się od 5cm do 15 cm pod podstawą kotwy. Przekroczenie granicy poziomu tolerowanego stwarza zagrożenie dla bezpieczeństwa użytkowników korzystających z placu zabaw (ryc.3.) Wskaźnik prawidłowego poziomu nawierzchni jest zaznaczony na kotwach słupów pionowych urządzenia w postaci linii



ryc.3. Schemat prawidłowego poziomu nawierzchni nad fundamentem

- raz w roku przeprowadzić kontrolę podstawową stanu technicznego urządzeń zabawowych na placu zabaw najlepiej poprzez przedstawiciela producenta urządzeń lub wykwalifikowane do tego osoby. Podczas tej kontroli sprawdzić należy ogólny poziom bezpieczeństwa urządzeń zabawowych, stan fundamentów oraz nawierzchni, ocenić wpływ warunków atmosferycznych na urządzenia, stan rozkładu i korozji oraz ocenić zmiany poziomu bezpieczeństwa na skutek przeprowadzonych napraw

- czynności kontrolne powinny być udokumentowane oraz wykonywane przez odpowiednio wykwalifikowany personel

#### **4. Instrukcja użytkowania urządzenia zabawowego na placu zabaw**

- urządzenie zabawowe jest przeznaczone dla dzieci od 3 do 12 roku życia
- dzieci do 12 roku życia powinny korzystać z urządzenia na placu zabaw tylko pod opieką osoby dorosłej
- ilość osób mogących korzystać jednocześnie z urządzenia na placu zabaw nie powinna przekraczać 12

#### **5. Instrukcja pakowania, przechowywania i transportu urządzenia zabawowego**

- podczas transportu urządzenie zabawowe zabezpieczyć przed uszkodzeniami mechanicznymi
- urządzenia na plac zabaw należy przechowywać w miejscu zabezpieczonym przed osobami niepowołanymi
- w razie konieczności składowania urządzenie zabawowe należy układać starannie na płaskim podłożu w warunkach zbliżonych do warunków eksploatacji

#### **6. Instrukcja konserwacji oraz postępowania z elementami zużywającymi się wskutek normalnej eksploatacji**

- urządzenie zawiera elementy zużywające się wskutek normalnej eksploatacji
- elementy zużywające się należy wymienić na nowe gdy zostanie stwierdzone, że obecne nie nadają się do prawidłowego użytkowania urządzenia
- podczas stwierdzenia zużycia się części należy wyłączyć urządzenie zabawowe z użytkowania
- elementy zużywające się powinny być zastąpione identycznymi z pierwotnymi lub o identycznych właściwościach. W celu wymiany elementów zużywających się lub uzyskania informacji na ich temat należy zwrócić się do producenta urządzenia
- producent urządzenia zapewnia dostępność identycznych części zamiennych lub o identycznych właściwościach technicznych, spełniających wymagania jakościowe oraz bezpieczeństwa określone w normie PN-EN 1176 -1 : 2009r.
- w razie wątpliwości stwierdzenia czy element uległ naturalnemu zużyciu należy zwrócić się do producenta urządzenia lub odpowiedniej instytucji mogącej określić stan zużycia
- ogniwa łańcucha wskutek normalnej eksploatacji ulegają naturalnemu zużyciu w formie przetarcia
- zużycie łańcucha można zauważyć poprzez przetarcie się ogniw i widoczne ślady rdzy na ich powierzchni. Łańcuch powinien zostać wymieniony na identyczny lub o identycznych właściwościach technicznych i spełniających wymogi wytrzymałościowe oraz bezpieczeństwa określone w normie PN-EN 1176-1 : 2009r.
- elementy drewniane wskutek normalnej eksploatacji ulegają zużyciu, co skutkuje zanikiem (wytarciem) barwnego impregnatu na ich powierzchni. W celu odnowienia kolorów oraz dodatkowej ochrony przedłużającej żywotność urządzenia producent zaleca przemalowanie elementów drewnianych odpowiednimi farbami do tego przeznaczonymi (np. Altax) mniej więcej co 1-2 lata. W razie konieczności czynność tą należy zgłosić producentowi urządzenia zabawowego
- w elementach drewnianych wraz z upływem czasu i wskutek normalnej eksploatacji mogą pojawić się niewielkie pęknięcia nie stanowiące zagrożenia dla uczestników oraz stabilności konstrukcji. Spękania te można usunąć stosując odpowiednie uszczelniacze do drewna (np.

Sikaflex 11FC). W razie konieczności czynność tą należy zgłosić producentowi urzędzenia zabawowego



Place zabaw z drewna

Stowarzyszenie  
Pracodawców  
Polski

ATUT Tomasz Skiba

ul. Leśmiana 5

62-050 Mosina

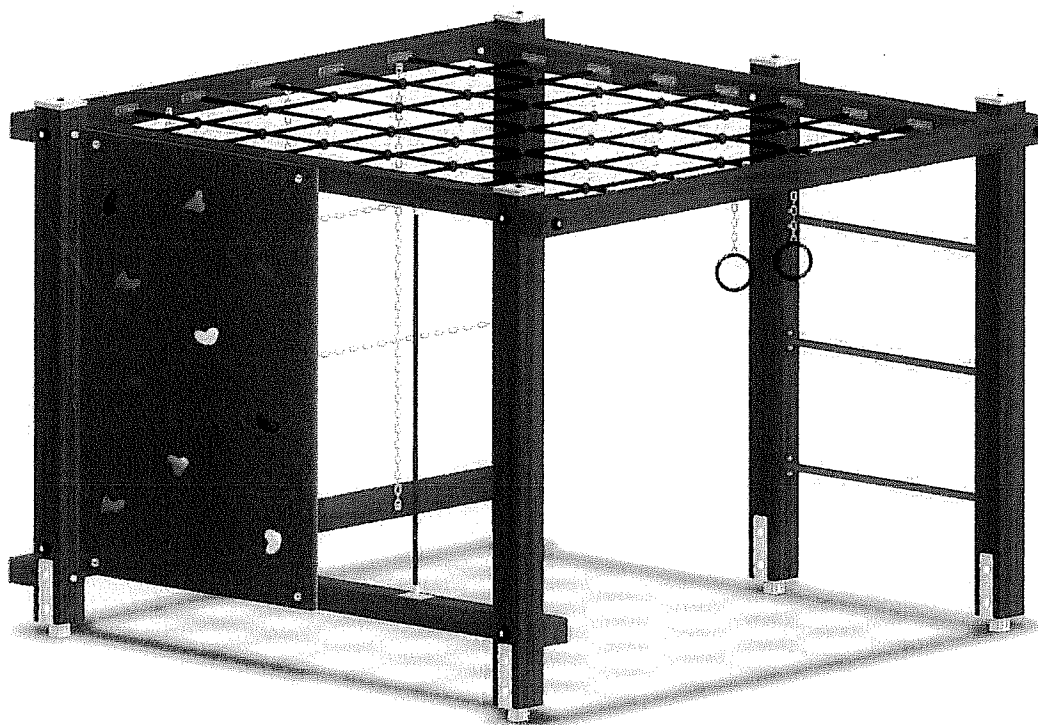
e-mail: [biuro@atut-placezabaw.pl](mailto:biuro@atut-placezabaw.pl)

[www.atut-placezabaw.pl](http://www.atut-placezabaw.pl)

tel: 880081631

Wersja z dnia 16.03.2016r.

## Zestaw sprawnościowy nr 2 – instrukcja



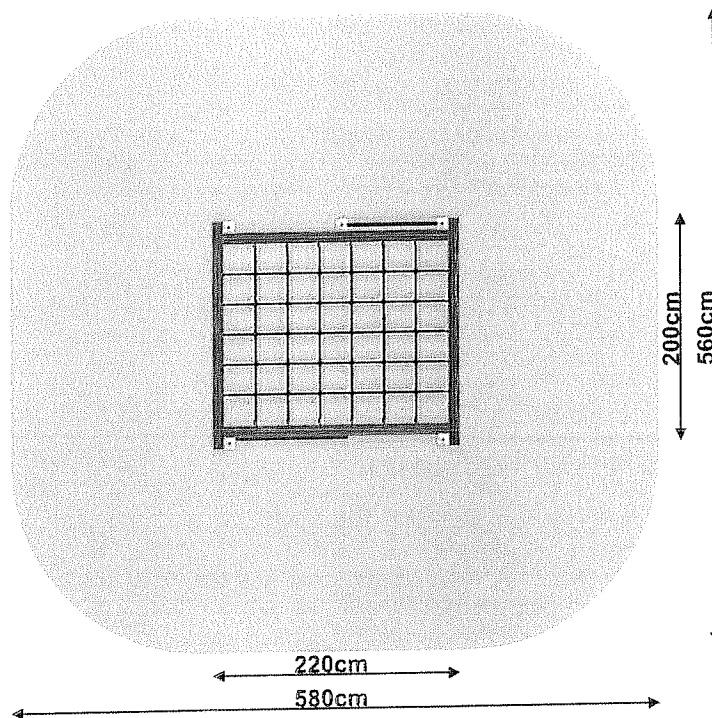
ryc.1. Wizualizacja zestawu sprawnościowego nr 2

### 1. Instrukcja instalowania urządzenia zabawowego na placu zabaw

- urządzenie zabawowe przeznaczone na plac zabaw, instalowane na nawierzchni zwirowej, piaskowej, wiórowej, korowej lub gumowej, związane z gruntem na stałe w fundamencie betonowym zgodnie z dokumentacją techniczną
- urządzenie zabawowe instalowane na powierzchni przeznaczonej na plac zabaw charakteryzującej się względnie równym poziomem terenu gdyż zbyt wysokie wzniesienia

poziomu terenu wpływają na wysokość swobodnego upadku i mogą wymusić zastosowanie innego rodzaju nawierzchni lub całkowicie uniemożliwić montaż urządzenia

- przestrzeń montażowa niezbędna do zamontowania urządzenia zabawowego na placu zabaw odpowiada minimalnej strefie funkcjonowania
- minimalna strefa funkcjonalna urządzenia zabawowego to 580cm x 560cm (ryc. 2)



ryc. 2. Minimalna strefa użytkowania urządzenia

- montaż urządzenia na placu zabaw zgodnie z dokumentacją techniczną, na terenie nieuzbrojonym, poza strefą użytkowania innych urządzeń zabawowych umieszczonych na placu zabaw. W przypadku montażu zestawów zabawowych przy budynkach wielorodzinnych objętych jednym pozwoleniem na budowę istnieje obowiązek zachowania odległości 10m od linii rozgraniczających ulicę, od okien pomieszczeń przeznaczonych na pobyt ludzi oraz od miejsc gromadzenia odpadów. Zasada ta nie dotyczy placówek oświatowych. Plac zabaw powinien być oddalony od parkingu o przynajmniej 7m w przypadku parkingu na 4 stanowiska włącznie, 10m w przypadku parkingu z liczbą miejsc od 5 do 60 włącznie oraz 20m w przypadku parkingu z liczbą miejsc powyżej 60
- urządzenie zabawowe instalowane bezpośrednio po przywiezieniu na teren budowy placu zabaw

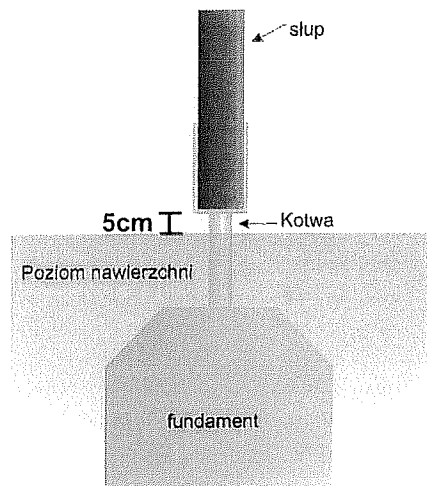
## **2. Instrukcja montażu, demontażu i wymiany części urządzenia zabawowego**

- do czasu usunięcia nieprawidłowości urządzenie na placu zabaw zabezpieczyć przed użytkownikami budowlaną taśmą ostrzegawczą oraz umieszczoną w widocznym miejscu informacją w formie pisemnej zakazującą korzystania z urządzenia na placu zabaw
- zdemontować uszkodzony element urządzenia zabawowego, który stanowi zagrożenie dla bezpieczeństwa uczestników korzystających z placu zabaw
- wymienić uszkodzoną część na identyczną z użytymi przez producenta placu zabaw

- w razie konieczności skontaktować się z producentem wyrobu

### **3. Instrukcja kontroli urządzenia dla osób odpowiedzialnych za bezpieczeństwo na placu zabaw**

- co 1 do 7 dni sprawdzić teren placu zabaw poprzez oględziny polegające na usunięciu z powierzchni urządzenia zabawowego oraz strefy funkcjonowania urządzenia zanieczyszczeń oraz wszystkich elementów stanowiących zagrożenie dla użytkowników placu zabaw. Kontrola ta polega również na ocenie kompletności elementów i uszkodzeń będących skutkiem wandalizmu, zużycia lub niekorzystnych warunków pogodowych. Jeśli urządzenie zabawowe znajduje się w miejscu szczególnie narażonym na wandalizm należy odpowiednio do potrzeb dopasować częstotliwość oględzin placu zabaw
- co 1 do 3 miesięcy przeprowadzić przegląd funkcjonalny urządzeń zabawowych znajdujących się na placu zabaw polegający przede wszystkim na sprawdzeniu stanu połączeń śrubowych oraz stanu powierzchni drewnianych (zadry). W razie wykrycia nieprawidłowości usunąć je poprzez dokręcenie poluzowanych śrub oraz usunięcie zadr. Podczas tej kontroli ocenić należy funkcjonalność, stabilność oraz stopień zużycia urządzeń zabawowych lub ich elementów. Podczas tej kontroli należy również sprawdzić stan nawierzchni i w razie konieczności wyrównać lub uzupełnić poziom nawierzchni trawiastej lub nawierzchni sypkich (piasek, żwir, kora) pod urządzeniem. Należy zwrócić szczególną uwagę na elementy szczególnie eksploatowane np. huśtawki, zjeżdżalnie, wejścia na podesty. Prawidłowy stan nawierzchni pod urządzeniem występuje gdy poziom nawierzchni trawiastej lub sypkiej znajduje się około 5cm pod podstawą kotwy. Tolerowany (nie stwarzający zagrożenia dla bezpieczeństwa) stan nawierzchni występuje gdy poziom nawierzchni znajduje się od 5cm do 15 cm pod podstawą kotwy. Przekroczenie granicy poziomu tolerowanego stwarza zagrożenie dla bezpieczeństwa użytkowników korzystających z placu zabaw (ryc.3.) Wskaźnik prawidłowego poziomu nawierzchni jest zaznaczony na kotwach słupów pionowych urządzenia w postaci linii



ryc.3. Schemat prawidłowego poziomu nawierzchni nad fundamentem

- raz w roku przeprowadzić kontrolę podstawową stanu technicznego urządzeń zabawowych na placu zabaw najlepiej poprzez przedstawiciela producenta urządzeń lub wykwalifikowane do tego osoby. Podczas tej kontroli sprawdzić należy ogólny poziom bezpieczeństwa urządzeń zabawowych, stan fundamentów oraz nawierzchni, ocenić wpływ warunków atmosferycznych na urządzenia, stan rozkładu i korozji oraz ocenić zmiany poziomu bezpieczeństwa na skutek przeprowadzonych napraw

- czynności kontrolne powinny być udokumentowane oraz wykonywane przez odpowiednio wykwalifikowany personel

#### **4. Instrukcja użytkowania urządzenia zabawowego na placu zabaw**

- urządzenie zabawowe jest przeznaczone dla dzieci od 3 do 12 roku życia
- dzieci do 12 roku życia powinny korzystać z urządzenia na placu zabaw tylko pod opieką osoby dorosłej
- ilość osób mogących korzystać jednocześnie z urządzenia na placu zabaw nie powinna przekraczać 8

#### **5. Instrukcja pakowania, przechowywania i transportu urządzenia zabawowego**

- podczas transportu urządzenie zabawowe zabezpieczyć przed uszkodzeniami mechanicznymi
- urządzenia na plac zabaw należy przechowywać w miejscu zabezpieczonym przed osobami niepowołanymi
- w razie konieczności składowania urządzenie zabawowe należy układać starannie na płaskim podłożu w warunkach zbliżonych do warunków eksploatacji

#### **6. Instrukcja konserwacji oraz postępowania z elementami zużywającymi się wskutek normalnej eksploatacji**

- urządzenie zawiera elementy zużywające się wskutek normalnej eksploatacji
- elementy zużywające się należy wymienić na nowe gdy zostanie stwierdzone, że obecne nie nadają się do prawidłowego użytkowania urządzenia
- podczas stwierdzenia zużycia się części należy wyłączyć urządzenie zabawowe z użytkowania
- elementy zużywające się powinny być zastąpione identycznymi z pierwotnymi lub o identycznych właściwościach. W celu wymiany elementów zużywających się lub uzyskania informacji na ich temat należy zwrócić się do producenta urządzenia
- producent urządzenia zapewnia dostępność identycznych części zamiennych lub o identycznych właściwościach technicznych, spełniających wymagania jakościowe oraz bezpieczeństwa określone w normie PN-EN 1176 -1 : 2009r.
- w razie wątpliwości stwierdzenia czy element uległ naturalnemu zużyciu należy zwrócić się do producenta urządzenia lub odpowiedniej instytucji mogącej określić stan zużycia
- ogniwa łańcucha wskutek normalnej eksploatacji ulegają naturalnemu zużyciu w formie przetarcia
- zużycie łańcucha można zauważyć poprzez przetarcie się ogniw i widoczne ślady rdzy na ich powierzchni. Łańcuch powinien zostać wymieniony na identyczny lub o identycznych właściwościach technicznych i spełniających wymogi wytrzymałościowe oraz bezpieczeństwa określone w normie PN-EN 1176-1 : 2009r.
- wierzchnia warstwa liny ze wzmocnionym rdzeniem wraz z upływem czasu, wskutek normalnej eksploatacji ulega naturalnemu zużyciu w formie przetarć lub rozwarstwień
- zużycie liny można zauważyć poprzez przetarcie lub rozwarstwianie się wierzchniej warstwy (widoczne rozstrzępione włókna lub widoczny rdzeń wewnętrzny liny). Lina powinna zostać wymieniona na identyczną lub o identycznych właściwościach technicznych i spełniających wymogi wytrzymałościowe oraz bezpieczeństwa określone w normie PN-EN 1176-1 : 2009r.
- elementy drewniane wskutek normalnej eksploatacji ulegają zużyciu, co skutkuje zanikiem (wytarciem) barwnego impregnatu na ich powierzchni. W celu odnowienia kolorów oraz dodatkowej ochrony przedłużającej żywotność urządzenia producent zaleca przemalowanie

elementów drewnianych odpowiednimi farbami do tego przeznaczonymi (np. Altax) mniej więcej co 1-2 lata. W razie konieczności czynność tą należy zgłosić producentowi urządzenia zabawowego

- w elementach drewnianych wraz z upływem czasu i wskutek normalnej eksploatacji mogą pojawić się niewielkie pęknięcia nie stanowiące zagrożenia dla uczestników oraz stabilności konstrukcji. Spękania te można usunąć stosując odpowiednie uszczelniacze do drewna (np. Sikaflex 11FC). W razie konieczności czynność tą należy zgłosić producentowi urządzenia zabawowego



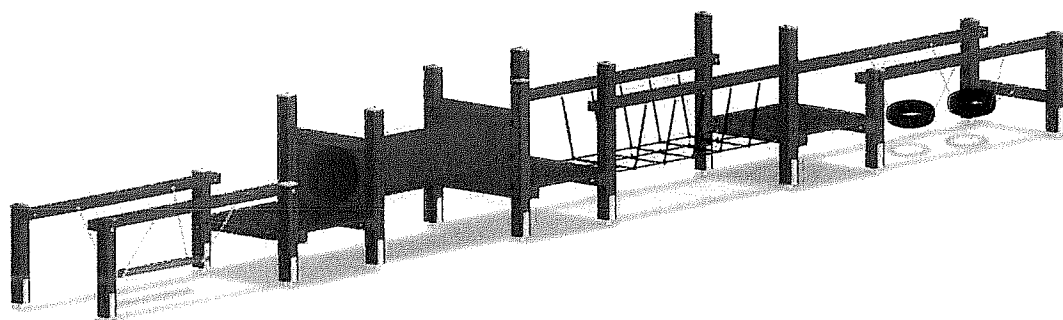
Place zabaw z drewna

Starostwo Powiatowe  
w Władysławowie

ATUT Tomasz Skiba  
ul. Leśmiana 5  
62-050 Mosina  
e-mail: [biuro@atut-placezabaw.pl](mailto:biuro@atut-placezabaw.pl)  
[www.atut-placezabaw.pl](http://www.atut-placezabaw.pl)  
tel: 880081631

Wersja z dnia 16.03.2016r.

## Zestaw sprawnościowy nr 5 – instrukcja



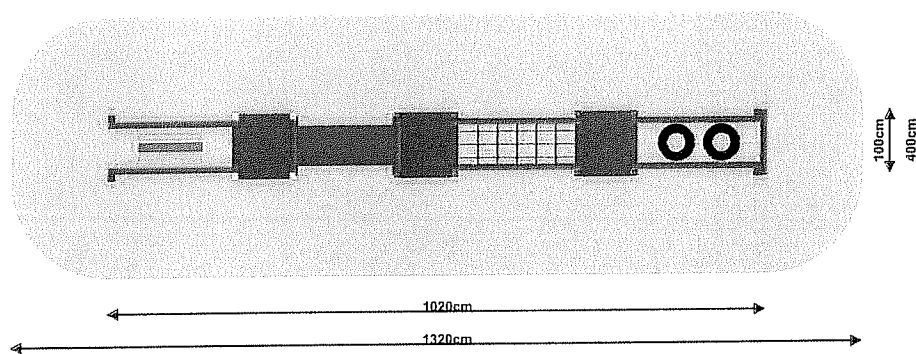
ryc.1. Wizualizacja zestawu sprawnościowego nr 5

### **1. Instrukcja instalowania urządzenia zabawowego na placu zabaw**

- urządzenie zabawowe przeznaczone na plac zabaw, instalowane na nawierzchni żwirowej, piaskowej, wiórowej, korowej lub gumowej, związane z gruntem na stałe w fundamencie betonowym zgodnie z dokumentacją techniczną
- urządzenie zabawowe instalowane na powierzchni przeznaczonej na plac zabaw charakteryzującej się względnie równym poziomem terenu gdyż zbyt wysokie wzniesienia

poziomu terenu wpływają na wysokość swobodnego upadku i mogą wymusić zastosowanie innego rodzaju nawierzchni lub całkowicie uniemożliwić montaż urządzenia

- przestrzeń montażowa niezbędna do zamontowania urządzenia zabawowego na placu zabaw odpowiada minimalnej strefie funkcjonowania
- minimalna strefa funkcjonalna urządzenia zabawowego to 1320cm x 400cm (ryc. 2)



ryc. 2. Minimalna strefa użytkowania urządzenia

- montaż urządzenia na placu zabaw zgodnie z dokumentacją techniczną, na terenie nieuzbrojonym, poza strefą użytkowania innych urządzeń zabawowych umieszczonych na placu zabaw. W przypadku montażu zestawów zabawowych przy budynkach wielorodzinnych objętych jednym pozwoleniem na budowę istnieje obowiązek zachowania odległości 10m od linii rozgraniczających ulicę, od okien pomieszczeń przeznaczonych na pobyt ludzi oraz od miejsc gromadzenia odpadów. Zasada ta nie dotyczy placówek oświatowych. Plac zabaw powinien być oddalony od parkingu o przynajmniej 7m w przypadku parkingu na 4 stanowiska włącznie, 10m w przypadku parkingu z liczbą miejsc od 5 do 60 włącznie oraz 20m w przypadku parkingu z liczbą miejsc powyżej 60
- urządzenie zabawowe instalowane bezpośrednio po przywiezieniu na teren budowy placu zabaw

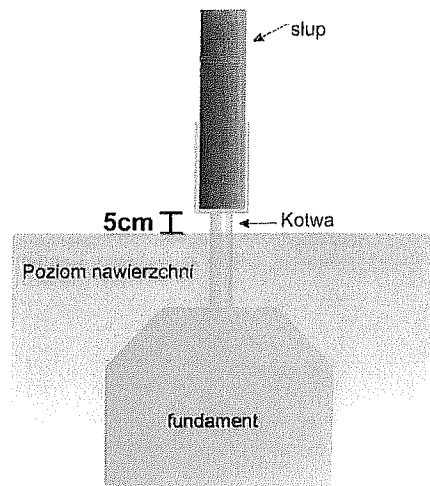
## 2. Instrukcja montażu, demontażu i wymiany części urządzenia zabawowego

- do czasu usunięcia nieprawidłowości urządzenie na placu zabaw zabezpieczyć przed użytkownikami budowlaną taśmą ostrzegawczą oraz umieszczoną w widocznym miejscu informacją w formie pisemnej zakazującą korzystania z urządzenia na placu zabaw
- zdemontować uszkodzony element urządzenia zabawowego, który stanowi zagrożenie dla bezpieczeństwa uczestników korzystających z placu zabaw
- wymienić uszkodzoną część na identyczną z użytymi przez producenta placu zabaw

- w razie konieczności skontaktować się z producentem wyrobu

### **3. Instrukcja kontroli urządzenia dla osób odpowiedzialnych za bezpieczeństwo na placu zabaw**

- co 1 do 7 dni sprawdzić teren placu zabaw poprzez oględziny polegające na usunięciu z powierzchni urządzenia zabawowego oraz strefy funkcjonowania urządzenia zanieczyszczeń oraz wszystkich elementów stanowiących zagrożenie dla użytkowników placu zabaw. Kontrola ta polega również na ocenie kompletności elementów i uszkodzeń będących skutkiem wandalizmu, zużycia lub niekorzystnych warunków pogodowych. Jeśli urządzenie zabawowe znajduje się w miejscu szczególnie narażonym na wandalizm należy odpowiednio do potrzeb dopasować częstotliwość oględzin placu zabaw
- co 1 do 3 miesięcy przeprowadzić przegląd funkcjonalny urządzeń zabawowych znajdujących się na placu zabaw polegający przede wszystkim na sprawdzeniu stanu połączeń śrubowych oraz stanu powierzchni drewnianych (zadry). W razie wykrycia nieprawidłowości usunąć je poprzez dokręcenie poluzowanych śrub oraz usunięcie zadr. Podczas tej kontroli ocenić należy funkcjonalność, stabilność oraz stopień zużycia urządzeń zabawowych lub ich elementów. Podczas tej kontroli należy również sprawdzić stan nawierzchni i w razie konieczności wyrównać lub uzupełnić poziom nawierzchni trawiastej lub nawierzchni sypkich (piasek, żwir, kora) pod urządzeniem. Należy zwrócić szczególną uwagę na elementy szczególnie eksploatowane np. huśtawki, zjeżdżalnie, wejścia na podesty. Prawidłowy stan nawierzchni pod urządzeniem występuje gdy poziom nawierzchni trawiastej lub sypkiej znajduje się około 5cm pod podstawą kotwy. Tolerowany (nie stwarzający zagrożenia dla bezpieczeństwa) stan nawierzchni występuje gdy poziom nawierzchni znajduje się od 5cm do 15 cm pod podstawą kotwy. Przekroczenie granicy poziomu tolerowanego stwarza zagrożenie dla bezpieczeństwa użytkowników korzystających z placu zabaw (ryc.3.) Wskaźnik prawidłowego poziomu nawierzchni jest zaznaczony na kotwach słupów pionowych urządzenia w postaci linii



*ryc.3. Schemat prawidłowego poziomu nawierzchni nad fundamentem*

- raz w roku przeprowadzić kontrolę podstawową stanu technicznego urządzeń zabawowych na placu zabaw najlepiej poprzez przedstawiciela producenta urządzeń lub wykwalifikowane do tego osoby. Podczas tej kontroli sprawdzić należy ogólny poziom bezpieczeństwa urządzeń zabawowych, stan fundamentów oraz nawierzchni, ocenić wpływ warunków atmosferycznych na urządzenia, stan rozkładu i korozji oraz ocenić zmiany poziomu bezpieczeństwa na skutek przeprowadzonych napraw

- czynności kontrolne powinny być udokumentowane oraz wykonywane przez odpowiednio wykwalifikowany personel

#### **4. Instrukcja użytkowania urządzenia zabawowego na placu zabaw**

- urządzenie zabawowe jest przeznaczone dla dzieci od 3 do 12 roku życia
- dzieci do 12 roku życia powinny korzystać z urządzenia na placu zabaw tylko pod opieką osoby dorosłej
- ilość osób mogących korzystać jednocześnie z urządzenia na placu zabaw nie powinna przekraczać 12

#### **5. Instrukcja pakowania, przechowywania i transportu urządzenia zabawowego**

- podczas transportu urządzenie zabawowe zabezpieczyć przed uszkodzeniami mechanicznymi
- urządzenia na plac zabaw należy przechowywać w miejscu zabezpieczonym przed osobami niepowołanymi
- w razie konieczności składowania urządzenie zabawowe należy układać starannie na płaskim podłożu w warunkach zbliżonych do warunków eksploatacji

#### **6. Instrukcja konserwacji oraz postępowania z elementami zużywającymi się wskutek normalnej eksploatacji**

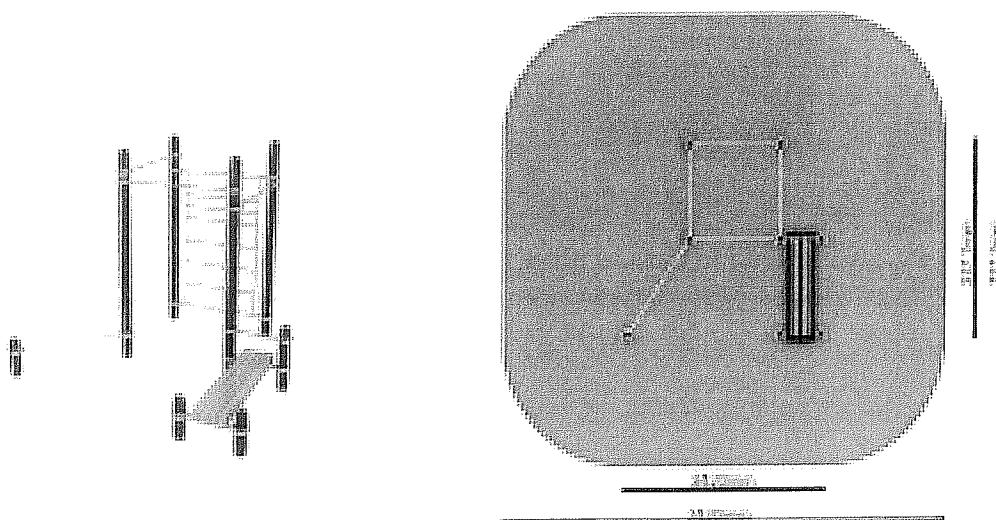
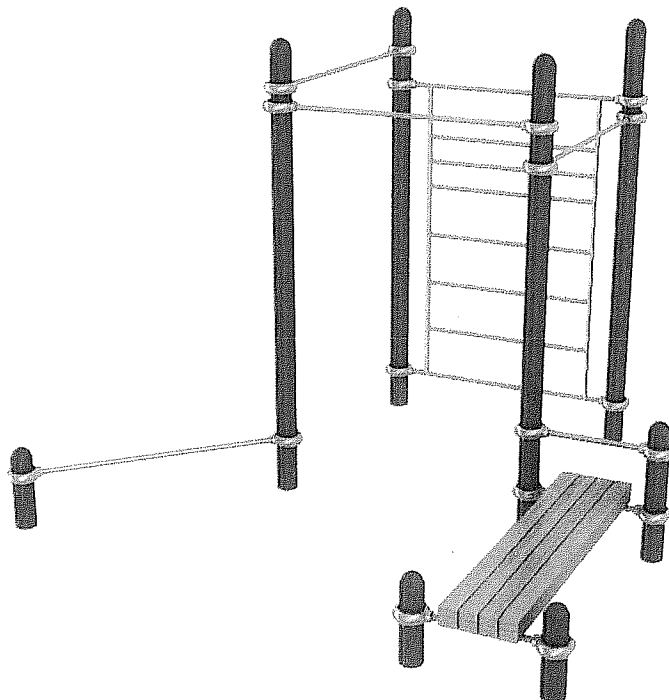
- urządzenie zawiera elementy zużywające się wskutek normalnej eksploatacji
- elementy zużywające się należy wymienić na nowe gdy zostanie stwierdzone, że obecne nie nadają się do prawidłowego użytkowania urządzenia
- podczas stwierdzenia zużycia się części należy wyłączyć urządzenie zabawowe z użytkowania
- elementy zużywające się powinny być zastąpione identycznymi z pierwotnymi lub o identycznych właściwościach. W celu wymiany elementów zużywających się lub uzyskania informacji na ich temat należy zwrócić się do producenta urządzenia
- producent urządzenia zapewnia dostępność identycznych części zamiennych lub o identycznych właściwościach technicznych, spełniających wymagania jakościowe oraz bezpieczeństwa określone w normie PN-EN 1176 -1 : 2009r.
- w razie wątpliwości stwierdzenia czy element uległ naturalnemu zużyciu należy zwrócić się do producenta urządzenia lub odpowiedniej instytucji mogącej określić stan zużycia
- ogniwa łańcucha wskutek normalnej eksploatacji ulegają naturalnemu zużyciu w formie przetarcia
- zużycie łańcucha można zauważyć poprzez przetarcie się ogniw i widoczne ślady rdzy na ich powierzchni. Łańcuch powinien zostać wymieniony na identyczny lub o identycznych właściwościach technicznych i spełniających wymogi wytrzymałościowe oraz bezpieczeństwa określone w normie PN-EN 1176-1 : 2009r.
- wierzchnia warstwa liny ze wzmocnionym rdzeniem wraz z upływem czasu, wskutek normalnej eksploatacji ulega naturalnemu zużyciu w formie przetarć lub rozwarstwień
- zużycie liny można zauważyć poprzez przetarcie lub rozwarstwianie się wierzchniej warstwy (widoczne rozstrzępione włókna lub widoczny rdzeń wewnętrzny liny). Lina powinna zostać wymieniona na identyczną lub o identycznych właściwościach technicznych i spełniających wymogi wytrzymałościowe oraz bezpieczeństwa określone w normie PN-EN 1176-1 : 2009r.
- elementy drewniane wskutek normalnej eksploatacji ulegają zużyciu, co skutkuje zanikiem (wytarciem) barwnego impregnatu na ich powierzchni. W celu odnowienia kolorów oraz dodatkowej ochrony przedłużającej żywotność urządzenia producent zaleca przemaalowanie

elementów drewnianych odpowiednimi farbami do tego przeznaczonymi (np. Altax) mniej więcej co 1-2 lata. W razie konieczności czynność tą należy zgłosić producentowi urządzenia zabawowego

- w elementach drewnianych wraz z upływem czasu i wskutek normalnej eksploatacji mogą pojawić się niewielkie pęknięcia nie stanowiące zagrożenia dla uczestników oraz stabilności konstrukcji. Spękania te można usunąć stosując odpowiednie uszczelniacze do drewna (np. Sikaflex 11FC). W razie konieczności czynność tą należy zgłosić producentowi urządzenia zabawowego

### Zestaw street workout

Zestaw do wykonywania ćwiczeń kalistenicznych, składający się z umieszczonych na różnych wysokościach drążków i poręczy, drabinki pionowej, ławeczki oraz poręczy niskiej.



**Wymiary urządzenia fitness na siłownię zewnętrzne - zestaw street workout**  
wysokość maksymalna - 235cm

- długość maksymalna - 342cm
- szerokość maksymalna - 317,1cm
- głębokość posadowienia - 70cm
- strefa użytkowania urządzenia - 742cm x 717,1cm
- maksymalna wysokość upadku - 235cm

**Elementy składowe urządzenia street workout przeznaczonego na siłownię zewnętrzne:**

- drabinka pionowa - 1szt
- drążek do wymyków / podciągania - 3szt
- ławka - 1szt
- poręcz niska - 1szt
- słup nośny - 8szt

**Funkcje urządzenia street workout przeznaczonego na siłownię zewnętrzne:**

Ćwiczenia kalisteniczne polegają na treningu siłowym opartym o ćwiczenia wykonywane z wykorzystaniem masy własnego ciała. Trening z wykorzystaniem ćwiczeń kalistenicznych wykorzystuje się w treningach wojskowych, w klubach sportowych i na lekcjach wychowania fizycznego w szkołach na całym świecie. Kalistenika ma pozytywny wpływ na organizm człowieka a prawidłowo wykonywane, regularne ćwiczenia wpływają przede wszystkim na:

- wzmocnienie wszystkich partii mięśni - ćwiczenia mają charakter ogólnorozwojowy
- poprawa elastyczności stawów
- poprawa koordynacji ruchowej i zwinności
- poprawa zmysłu równowagi
- poprawa wydolności serca i układu krwionośnego
- poprawa wydolności płuc
- poprawa ogólnej kondycji fizycznej

**Informacje dotyczące urządzenia street workout przeznaczonego na siłownię zewnętrzne:**

- montaż urządzenia street workout na obszarze przeznaczonym na siłownię zewnętrzne zgodnie z dokumentacją techniczną
- urządzenie street workout przeznaczone dla użytkowników powyżej 14 roku życia lub o wzroście co najmniej 1,4m
- ilość osób mogących jednocześnie korzystać z urządzenia street workout znajdującego się na siłowni zewnętrznej nie powinna przekraczać 6
- osoby o słabszym zdrowiu powinny korzystać z urządzeń siłowni zewnętrznej po zapoznaniu się z opinią lekarza lub z asekuracją innej osoby.
- rodzaj wykonywanych ćwiczeń: siłowe
- stopień trudności wykonywania ćwiczeń: trudny

**Informacje techniczne urządzenia fitness przeznaczonego na siłownię zewnętrzne:**

- zestaw street workout wykonany ze stali ocynkowanej oraz malowanej proszkowo (farba proszkowa o strukturze matowej, tzw. "skórka pomarańczy")
- ławka wykonana z drewna impregnowanego
- standardowa kolorystyka: kolor srebrny (RAL 9006) i kolor czerwony (RAL 3002)
- urządzenie street workout przeznaczone na siłownię zewnętrzną posadowione w gruncie w fundamencie betonowym

## 20. Przedmiar robót

000034

Lp.	Podstawa	Opis i wyliczenia	j.m.	Poszcz	Razem
<b>Budowa miejsc rekreacji - Otwartych Stref Aktywności w gminie Boniewo</b>					
<b>1</b>		<b>ROBOTY BUDOWLANE</b>			
<b>1.1</b>		<b>Wykonanie ogrodzenia</b>			
1	KNR 2-02 d.1. 1805-01 1	Ogrodzenie systemowe panele 2,5m	szt.		
		23	szt.	23.000	
				<b>RAZEM</b>	<b>23.000</b>
2	KNR 2-02 d.1. 1805-01 1	Ogrodzenie systemowe słupki 1,1m	szt.		
		24	szt.	24.000	
				<b>RAZEM</b>	<b>24.000</b>
3	KNR 2-02 d.1. 1805-01 1	Ogrodzenie systemowe fundamenty prefabrykowane	szt.		
		23	szt.	23.000	
				<b>RAZEM</b>	<b>23.000</b>
4	KNR 2-02 d.1. 1808-02 1	systemowa furtka	kpl.		
		1	kpl.	1.000	
				<b>RAZEM</b>	<b>1.000</b>
<b>1.2</b>		<b>Zakup nowych urządzeń z montażem - fitness</b>			
5	KNR 2-23 d.1. 0310-03 2 analogia	Drażek i poręczce na pylonie	szt.		
		1	szt.	1.000	
				<b>RAZEM</b>	<b>1.000</b>
6	KNR 2-23 d.1. 0310-03 2 analogia	Koła tai-chi małe i duże na pylonie	szt.		
		1	szt.	1.000	
				<b>RAZEM</b>	<b>1.000</b>
7	KNR 2-23 d.1. 0310-03 2 analogia	Orbit rek i biegacz na pylonie	szt.		
		1	szt.	1.000	
				<b>RAZEM</b>	<b>1.000</b>
8	KNR 2-23 d.1. 0310-03 2 analogia	Rower i jeździec na pylonie	szt.		
		1	szt.	1.000	
				<b>RAZEM</b>	<b>1.000</b>
9	KNR 2-23 d.1. 0310-03 2 analogia	Surfer i twister na pylonie	szt.		
		1	szt.	1.000	
				<b>RAZEM</b>	<b>1.000</b>
10	KNR 2-23 d.1. 0310-03 2 analogia	Wyciąg górny i krzesło do wyciskania na pylonie	szt.		
		1	szt.	1.000	
				<b>RAZEM</b>	<b>1.000</b>
11	KNR 2-23 d.1. 0310-03 2 analogia	Stół betonowy do gry w szachy/warcaby z krzesłami	szt.		
		2	szt.	2.000	
				<b>RAZEM</b>	<b>2.000</b>
12	KNR 2-23 d.1. 0310-03 2 analogia	Kosz na śmieci	szt.		
		1	szt.	1.000	
				<b>RAZEM</b>	<b>1.000</b>
13	KNR 2-23 d.1. 0310-03 2 analogia	Ławki drewniane	szt.		
		4	szt.	4.000	
				<b>RAZEM</b>	<b>4.000</b>
14	KNR 2-23 d.1. 0310-03 2 analogia	Stojak na rowery	szt.		
		1	szt.	1.000	
				<b>RAZEM</b>	<b>1.000</b>

Lp.	Podstawa	Opis i wyliczenia	j.m.	Poszcz	Razem
15	KNR 2-23 d.1. 0310-03 2 analogia	Regulamin	szt.		
		1	szt.	1.000	
				<b>RAZEM</b>	<b>1.000</b>
16	KNR 2-23 d.1. 0310-03 2 analogia	Transport	kpl		
		1	kpl	1.000	
				<b>RAZEM</b>	<b>1.000</b>
<b>1.3</b>		<b>Zakup nowych urządzeń z montażem - plac zabaw</b>			
17	KNR 2-23 d.1. 0310-03 3 analogia	Zestaw sprawnościowy nr 1	szt.		
		1	szt.	1.000	
				<b>RAZEM</b>	<b>1.000</b>
18	KNR 2-23 d.1. 0310-03 3 analogia	Zestaw sprawnościowy nr 2	szt.		
		1	szt.	1.000	
				<b>RAZEM</b>	<b>1.000</b>
19	KNR 2-23 d.1. 0310-03 3 analogia	Zestaw sprawnościowy nr 5	szt.		
		1	szt.	1.000	
				<b>RAZEM</b>	<b>1.000</b>
20	KNR 2-23 d.1. 0310-03 3 analogia	Zestaw street workout	szt.		
		1	szt.	1.000	
				<b>RAZEM</b>	<b>1.000</b>
<b>1.4</b>		<b>Wykonanie nawierzchni trawiastej</b>			
21	KNR 2-01 d.1. 0505-05 4	Mechaniczne plantowanie na czysto z uformowaniem i zagęszczeniem i opsianiem trawą terenu zieleni	m <sup>2</sup>		
		378	m <sup>2</sup>	378.000	
				<b>RAZEM</b>	<b>378.000</b>
22	KNR 2-21 d.1. 0323-01 4	Sadzenie drzew i krzewów iglastych na terenie płaskim w gruncie kat. III bez zaprawy dołów; średnica/głębokość : 0.5 m	szt.		
		10	szt.	10.000	
				<b>RAZEM</b>	<b>10.000</b>

## 21. Załączniki

Województwo : KUJAWSKO-POMORSKIE

Powiat : WŁOCŁAWSKI

Jednostka ewidencyjna : 041803\_2 BONIEWO

Obręb : 0009 BONIEWO

**INFORMACJA O DZIAŁCE**

z dnia: 28-01-2018

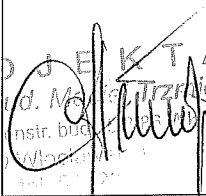
Jednostka rejestrowa : G.5

Nr działki	Ark	Położenie działki	Użytki		Pow działki[ha]
15	1	BONIEWO	Klasoużytek	Pow.	0.7700
Id działki : 041803_2.0009.15			Bi	0.7700	

000035

## OŚWIADCZENIE

Oświadczam, że projekt budowlany „Budowa miejsc rekreacji - Otwartych Stref Aktywności w gminie Boniewo” zlokalizowanej w województwie Kujawsko – Pomorskim, Powiat Włocławski, miejscowość Cyprianka, działka nr 253/1 wykonany na rzecz Inwestora: Gminy Boniewo wg opracowania z dnia 19.01.2018 r. został sporządzony zgodnie z aktualnie obowiązującymi przepisami prawa, normami oraz zasadami wiedzy technicznej.

ZAKRES OPRACOWANIA	PROJEKTANT	DATA ZŁOŻENIA OŚWIADCZENIA	CZYTELNY PODPIS I PIECZĄTKA
Projekt budowlany	Maciej Trzmielewski	19.01.2018 r.	 <b>PROJEKTANT</b> tech. bud. Maciej Trzmielewski upr. arch. Włocławski, powiat Włocławski 87-800 Włocławek


Podstawa prawna: art. 20 ust.4 ustawy z dnia 07.07.1994 r. Prawo budowlane z późniejszymi zmianami (Dz. U. z 2017 r. poz. 1332 z późniejszymi zmianami)

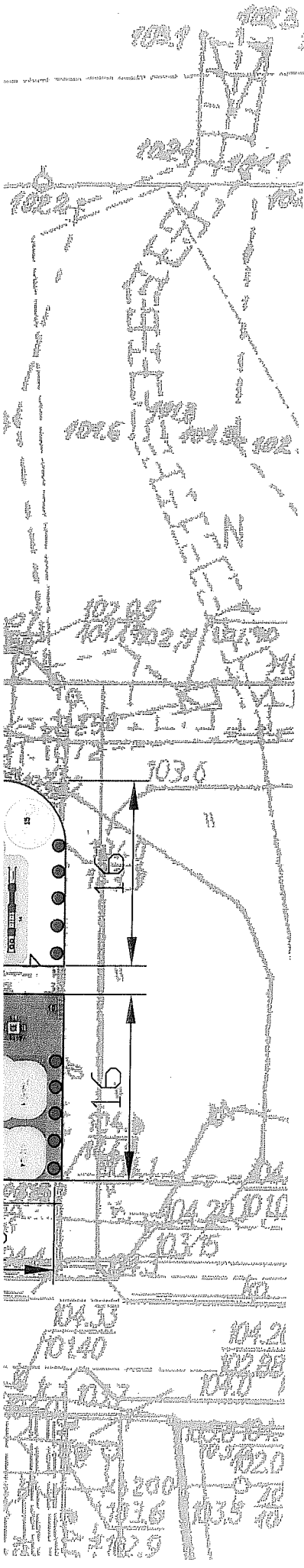


## LEGENDA:

### Stan projektowany:

- 1 - wyciąg górny i krzesło do wyciskania na pylonie
  - 2 - rower i jeździec na pylonie
  - 3 - orbitrek i biegacz na pylonie
  - 4 - surfer i twister na pylonie
  - 5 - koła tai-chi mała i koło duże na pylonie
  - 6 - drążek i poręcz na pylonie
  - 7 - betonowy stół do gry w szachy/warcaby z czterema siedziskami
  - 8 - ławka z oparciem
  - 9 - kosz na śmieci
  - 10 - stojak na rowery 5 stanowiskowy
  - 11 - regulamin
  - 12 - zestaw sprawnościowy nr 1
  - 13 - zestaw sprawnościowy nr 2
  - 14 - zestaw sprawnościowy nr 5
  - 15 - zestaw street workout
- - bezpieczna strefa użytkowania
- - drzewo/krzew
- - ogrodzenie panelowe

 PRACOWNIA PROJEKTOWA, NADZOR I REALIZACJA INWESTYCJI 87-850 Choceli ul. W. Łożnika 3, NIP 558-122-48-37 kom 605 587 811		
Inwestor:	GMINA BONIEWO, UL. SZKOLNA 28	
Projekt:	Budowa miejsc rekreacji - Otwartych Stref Aktywności w gminie Boniewo	
Faza/Temat:	ZAGOSPODAROWANIE	
IMIĘ I NAZWISKO PROJEKTANTA:	UPRAWNIENIA:	PODPIS:
PROJEKTANT Maciej Trzmielewski		
Główny projektant:	tech. bud. i konstrukcyjny mgr. arch. i konserwacji zabytków 87-800 Włocławek, ul. Łańcisze 41 tel. 541 234 25 43	
Sprawdzający:		
Branża:	DROGOWA	Nr Projektu:
Data:	19.01.2018	Nr rysunku:
Skala:	1:500	00002-B





R

ię istnienia w terenie innych – niż wykazanych na  
ie – urządzeń podziemnych, które nie były  
iwentaryzacji lub o których brak jest informacji w  
anżowych.

owania sieci uzbrojenia terenu przedkłada do  
westor.

winien być sporządzony na kopii aktualnej mapy  
z opracowanymi geodezyjnie liniami  
mji oraz osiami ulic i dróg jeżeli zostały ustalone  
planie zagospodarowania przestrzennego lub w  
leniu warunków zabudowy i zagospodarowania

B z dnia 02.05.2001 r. Dz.U.Nr 38, poz. 455 z  
zp. M.G.P i B z dnia 21.02.1995r. Dz.U.Nr 25, poz.

