

OPIS PRZEDMIOTU ZAMÓWIENIA

Przedmiotem zamówienia jest „Dostawa i montaż urządzeń siłowni zewnętrznej w miejscowości Radowice oraz w miejscowości Trzebiechów”.

Szczegółowy opis urządzeń (zdjęcia mają charakter poglądowy – konstrukcja urządzeń i technologia mogą się różnić w zależności od producenta jednakże muszą spełniać wymagania zawarte w niniejszym załączniku):

1. Orbitrek – Radowice – 1 szt., Trzebiechów – 1 szt.



Opis urządzenia:

Kompleksowe ćwiczenie wzmacniające mięśnie kończyn dolnych, ramion, obręczy barkowej oraz mięśnie grzbietu i mięśnie brzucha. Kształtuje sylwetkę oraz pomaga utrzymać prawidłową postawę ciała.

Przeznaczenie urządzenia:

Urządzenia do ćwiczeń przeznaczone do użytku dla dorosłych i dzieci powyżej 14 roku życia lub powyżej 140 cm wzrostu.

Typ ćwiczeń: Aerobowe

Stopień trudności: łatwe

Dopuszczalne obciążenie urządzenia: min. 120 kg

Urządzenie wolnostojące.

2. Wahadło + Twister na 1 słupie nośnym – Radowice – 1 kpl.

a) Wahadło



Opis urządzenia:

Wzmacnia siłę mięśni prostych i skośnych brzucha, lędźwi oraz pośladków. Poprawia funkcjonowanie układu krążeniowo - oddechowego wydolnościowego oraz wspomaga spalanie nadmiernej tkanki tłuszczowej. Dodatkowo kształtuje koordynację ruchową.

Przeznaczenie urządzenia:

Urządzenia do ćwiczeń przeznaczone do użytku dla dorosłych i dzieci powyżej 14 roku życia lub powyżej 140 cm wzrostu.

Typ ćwiczeń: Aerobowe

Stopień trudności: Łatwe

Dopuszczalne obciążenie urządzenia: min. 120 kg

Urządzenie mocowane do jednego słupa nośnego z „Twisterem”.

b) Twister

Opis urządzenia:

Wzmacnia siłę mięśni prostych i przede wszystkim skośnych brzucha, ale także angażuje do pracy dolne partie mięśni pleców - lędźwi. Ćwiczenie pomaga utrzymać prawidłową postawę ciała.

Typ ćwiczeń: Siłowe

Stopień trudności: Łatwe

Przeznaczenie: Urządzenia do ćwiczeń przeznaczone do użytku dla dorosłych i dzieci powyżej 14 roku życia lub powyżej 140 cm wzrostu.

Dopuszczalne obciążenie urządzenia: min. 120 kg

Urządzenie mocowane do jednego słupa nośnego z „Wahadłem”.

3. PRASA NOŻNA + SŁUP NOŚNY – RADOWICE – 1 kpl.



Opis urządzenia:

Wzmacnia siłę mięśni uda, pośladków oraz dolne partie brzucha. Wzmacnia układ kostno-stawowy kończyn dolnych oraz obręczy biodrowej.

Typ ćwiczeń: Siłowe

Stopień trudności: średnie

Przeznaczenie: Urządzenia do ćwiczeń przeznaczone do użytku dla dorosłych i dzieci powyżej 14 roku życia lub powyżej 140 cm wzrostu.

Dopuszczalne obciążenie urządzenia: min. 120 kg

Urządzenie mocowane do słupa nośnego.

4. WIOŚLARZ – RADOWICE – 1 SZT., TRZEBIECHÓW – 1 SZT.



Opis urządzenia:

Kompleksowe ćwiczenie wzmacniające mięśnie kończyn dolnych, ramion, obręczy barkowej oraz mięśnie grzbietu i mięśnie brzucha. Kształtuje sylwetkę oraz pomaga utrzymać prawidłową postawę ciała.

Przeznaczenie urządzenia:

Urządzenia do ćwiczeń przeznaczone do użytku dla dorosłych i dzieci powyżej 14 roku życia lub powyżej 140 cm wzrostu.

Typ ćwiczeń: Siłowe

Stopień trudności: Średnie

Dopuszczalne obciążenie urządzenia: min. 120 kg

Urządzenie wolnostojące.

5. TABLICA INFORMACYJNA Z REGULAMINEM – RADOWICE - 1 SZT., TRZEBIECHÓW – 1 SZT.



Tablica informacyjna z regulaminem zawierająca informacje dotyczące korzystania z urządzeń. Znajdują się na niej podstawowe informacje o siłowni zewnętrznej oraz zasadach zachowania bezpieczeństwa podczas przebywania na placu. Dodatkowo na tablicy znajduje się miejsce na umieszczenie danych kontaktowych do administratora.

6. DRABINKA + ŁAWECZKA NA JEDNYM SŁUPIE NOŚNYM – TRZEBIECHÓW – 1 KPL.

a) Drabinka



Opis urządzenia:

Wzmacnia mięśnie pleców, klatki piersiowej, obręczy barkowej i ramion oraz mięśnie proste i skośne brzucha. Dodatkowo pomaga przy ćwiczeniach rozciągających tułowia i nóg, ale także może mieć zastosowanie przy ćwiczeniach elongacyjnych (wyciąganie kręgosłupa w osi długiej).

Typ ćwiczeń: Siłowe, rozgrzewające

Stopień trudności: średnie / trudne

Przeznaczenie: Urządzenia do ćwiczeń przeznaczone do użytku dla dorosłych i dzieci powyżej 14 roku życia lub powyżej 140 cm wzrostu.

Dopuszczalne obciążenie urządzenia: min. 120 kg

Urządzenie mocowane do jednego słupa nośnego z „Ławeczką”.

b) Ławeczka



Opis urządzenia:

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

Typ ćwiczeń: Siłowe,

Stopień trudności: średnie

Przeznaczenie: Urządzenia do ćwiczeń przeznaczone do użytku dla dorosłych i dzieci powyżej 14 roku życia lub powyżej 140 cm wzrostu.

Dopuszczalne obciążenie urządzenia: min. 120 kg

Urządzenie mocowane do jednego słupa nośnego z „Drabinką”.

7. WYCISKANIE SIEDZĄC + STEPER MOCOWANE NA JEDNYM PYLONIE – TRZEBIECHÓW – 1 KPL.

a) Wyciskanie siedząc



Opis urządzenia:

Wzmacnia górne partie mięśni pleców, mięśnie kończyn górnych oraz mięśnie obręczy barkowej. Doskonale kształtuje górną część tułowia.

Typ ćwiczeń: Siłowe

Stopień trudności: średnie

Przeznaczenie: Urządzenia do ćwiczeń przeznaczone do użytku dla dorosłych i dzieci powyżej 14 roku życia lub powyżej 140 cm wzrostu.

Dopuszczalne obciążenie urządzenia: min. 120 kg

Urządzenie mocowane do jednego pylona ze „Steperem”.

b) Steper



Opis urządzenia:

Wzmacnia siłę mięśni prostych i skośnych brzucha, lędźwi oraz pośladków. Poprawia funkcjonowanie układu krążeniowo - oddechowego wydolność oraz wspomaga spalanie nadmiernej tkanki tłuszczowej. Kształtuje koordynację ruchową.

Typ ćwiczeń: Siłowe

Stopień trudności: łatwe

Przeznaczenie: Urządzenia do ćwiczeń przeznaczone do użytku dla dorosłych i dzieci powyżej 14 roku życia lub powyżej 140 cm wzrostu.

Dopuszczalne obciążenie urządzenia: min. 120 kg

Urządzenie mocowane do jednego pylona z „Wyciskanie siedząc”

8. BIEGACZ – TRZEBIECHÓW – 1 SZT.



Opis urządzenia:

Wzmacnia siłę mięśni kończyn dolnych, brzucha oraz mięśnie w lędźwiowym odcinku kręgosłupa. Poprawia funkcjonowanie układu krążeniowo - oddechowego oraz kształtuje koordynację ruchową. Wspomaga również redukcję nadmiernej tkanki tłuszczowej.

Przeznaczenie urządzenia:

Urządzenia do ćwiczeń przeznaczone do użytku dla dorosłych i dzieci powyżej 14 roku życia lub powyżej 140 cm wzrostu.

Typ ćwiczeń: Aerobowe

Stopień trudności: Łatwe

Dopuszczalne obciążenie urządzenia: min. 120 kg

Urządzenie wolnostojące.

Uwaga:

Wszystkie zamontowane urządzenia rekreacyjne muszą być fabrycznie nowe, posiadać komplet niezbędnych certyfikatów i atestów uprawniających je do ogólnego stosowania oraz instrukcje konserwacji i tabliczkę lub naklejkę zawierającą instrukcję użytkowania słowną i obrazkową.

Konstrukcja w/w urządzeń:

Konstrukcja nośna i pozostałe elementy rurowe wykonane z grubej stali w celu zapewnienia maksymalnej trwałości, z rur stalowych ocynkowanych ogniowo. Stopnice i siedziska wykonane z blachy stalowej o grubości min. 3 mm. Zakończenia rur zaślepione. Zakończenia śrub osłonięte zaślepkami. Nakrętki kołpakowe ocynkowane zabezpieczone przed odkręcaniem, łożyska zamknięte bezobsługowe. Wszystkie elementy metalowe poddane obróbce strumieniowo – ścierniej, a następnie malowane proszkowo podkładem cynkowym oraz farbą proszkową poliestrową odporną na warunki atmosferyczne i promienie UV. Montaż urządzeń do kotew stalowych zalewanych betonem lub połączenie słupów nośnych ramy w fundamencie za pomocą śrub jako połączenie sztywne.

Zamawiający dopuszcza zastosowanie urządzeń równoważnych.