

**BUDOWA ELEMENTÓW MAŁEJ ARCHITEKTURY - SIŁOWNIA ZEWNĘTRZNA
W RAMACH ZADANIA BUDŻETU OBYWATELSKIEGO**

PN: SIŁOWNIA NA RAKOWIE

DZIAŁKA NR 38/9 OBRĘB 308, CZĘSTOCHOWA UL. LIMANOWSKIEGO

PROJEKT TECHNICZNO - WYKONAWCZY

INWESTOR :

Gmina Miasto Częstochowa
ul. Śląska 11/13
42-217 Częstochowa

PROJEKTANT :

mgr inż. arch. Tomasz Borowiecki
uprawn. 20/05/SLOKK/II

Częstochowa, V.2026

ING BANK ŚLĄSKI Nr K-ta 32 1050 1142 1000 0090 7136 6687 NIP 949-213-29-23

ZAWARTOŚĆ OPRACOWANIA

I. Strona tytułowa

II. Zawartość opracowania

III. Załączniki

- oświadczenie
- uprawnienia
- zaświadczenia z Izby Architektów
- BIOZ

IV. Opis techniczny

V. Część graficzna

- | | | |
|--------------------------------------|---------------------|-------|
| A1. projekt zagospodarowania działki | - plansza ogólna | 1:500 |
| A2. projekt zagospodarowania działki | - plansza wymiarowa | 1:75 |

Oświadczenie

Oświadczamy, że
DOKUMENTACJA TECHNICZNA DO ZGŁOSZENIA ZAMIARU
WYKONANIA ROBÓT BUDOWLANYCH

**BUDOWA ELEMENTÓW MAŁEJ ARCHITEKTURY - SIŁOWNIA
ZEWNĘTRZNA W RAMACH ZADANIA BUDŻETU OBYWATELSKIEGO
PN:**

SIŁOWNIA NA RAKOWIE

DZIAŁKA NR 38/9 OBREB 308

CZĘSTOCHOWA UL. LIMANOWSKIEGO

jest sporządzona zgodnie z obowiązującymi przepisami oraz zasadami wiedzy technicznej w rozumieniu ustawy z dnia 07.07.1994r. „Prawo Budowlane” (Dz.U. nr 207 poz. 2016 z 2003r. z późniejszymi zmianami).

PROJEKTANT :

mgr inż. arch. Tomasz Borowiecki
uprawn. 20/05/SLOKK/II



IZBA ARCHITEKTÓW
RZECZYPOSPOLITEJ POLSKIEJ

ŚLĄSKA OKRĘGOWA IZBA ARCHITEKTÓW
OKRĘGOWA KOMISJA KWALIFIKACYJNA

Oznaczenie sprawy nr OKK/Up/B/10/05/II

Katowice, dnia 10 stycznia 2006r.

DECYZJA Nr 20/05/SLOKK/II

Na podstawie art. 12 ust. 1 pkt 1 i ust. 2, art. 13 ust. 1 pkt 1 i art. 14 ust. 1 pkt 1 ustawy z dnia 7 lipca 1994 r. - Prawo budowlane (tekst jednolity: Dz. U. z 2003 r. Nr 207, poz. 2016; dalsze zmiany: Dz. U. z 2004 r. Nr 6, poz. 41, Nr 92, poz. 881, Nr 93, poz. 888 i Nr 96, poz. 959 oraz z 2005 r. Nr 113, poz. 954, Nr 163, poz. 1362 i Nr 163, poz. 1364), art. 11 i 24 ust. 1 pkt 2 ustawy z dnia 15 grudnia 2000 r. o samorządach zawodowych architektów, inżynierów budownictwa oraz urbanistów (Dz. U. z 2001 r. Nr 5, poz. 42, z 2002 r. Nr 23, poz. 221, Nr 153, poz. 1271 i Nr 240, poz. 2052, z 2003 r. Nr 124, poz. 1152 i Nr 190, poz. 1864, z 2004 r. Nr 141, poz. 1492 oraz z 2005 r. Nr 150, poz. 1247), oraz art. 104 i 107 § 1 i 4 ustawy z dnia 14 czerwca 1960 r. - Kodeks postępowania administracyjnego (tekst jednolity: Dz. U. z 2000 r. Nr 98, poz. 1071; dalsze zmiany: Dz. U. z 2001 r. Nr 49, poz. 509, z 2002 r. Nr 113, poz. 984, Nr 153, poz. 1271 i Nr 169, poz. 1387, z 2003 r. Nr 130, poz. 1188, z 2004 r. Nr 162, poz. 1692 oraz z 2005 r. Nr 64, poz. 565 i Nr 78, poz. 682), stwierdza się, że

Pan mgr inż. arch. Tomasz Borowiecki

posiada odpowiednie wykształcenie techniczne i praktykę zawodową i nadaje się Uprawnienia budowlane w specjalności architektonicznej do projektowania bez ograniczeń.

Decyzja niniejsza jako uwzględniająca w całości żądanie strony nie wymaga uzasadnienia.

Od decyzji niniejszej przysługuje Panu odwołanie do Krajowej Komisji Kwalifikacyjnej Izby Architektów za pośrednictwem okręgowej komisji kwalifikacyjnej, która wydała decyzję. Odwołanie wnosi się w terminie 14 dni od dnia doręczenia niniejszej decyzji.

mgr inż. arch. Wojciech Podleski

mgr inż. arch. Henryk Buszko

dr hab. inż. arch. Krzysztof Gasidło

dr inż. arch. Zygmunt Konopka

mgr inż. arch. Maciej Piwowarczyk

mgr inż. arch. Stanisław Rostkowski

mgr inż. arch. Jerzy Skulimowski

dr inż. arch. Jerzy Witeczek

Ł. Kłm:
[Signature]
[Signature]
[Signature]
[Signature]
[Signature]
[Signature]
[Signature]



Otrzymują:

1. Pan Tomasz Borowiecki

ul. Szajnowicza – Iwanowa 67/2, 42-200 Częstochowa

2. Minister właściwy do spraw architektury i budownictwa.

Gdy decyzja stanie się ostateczna:

- 1) Główny Inspektor Nadzoru Budowlanego – w celu wpisania do centralnego rejestru osób posiadających uprawnienia budowlane,
- 2) okręgowa rada Izby Architektów.

3. aa



IZBA ARCHITEKTÓW
RZECZYPOSPOLITEJ POLSKIEJ

Śląska Okręgowa Rada Izby Architektów RP

ZAŚWIADCZENIE - ORYGINAŁ
(wypis z listy architektów)

Śląska Okręgowa Rada Izby Architektów RP zaświadcza, że:

MGR INŻ. ARCH. TOMASZ LECH BOROWIECKI

posiadający kwalifikacje zawodowe do pełnienia samodzielnych funkcji technicznych w budownictwie w specjalności architektonicznej i w zakresie posiadanych uprawnień nr **20/05/SLOKK/II**, jest wpisany na listę członków Śląskiej Okręgowej Izby Architektów RP pod numerem: **SL-1130**.

Członek czynny od: 10-03-2006 r.

Data i miejsce wygenerowania zaświadczenia: 08-01-2026 r. Katowice.

Zaświadczenie jest ważne do dnia: **30-06-2026 r.**

Podpisano elektronicznie w systemie informatycznym Izby Architektów RP przez:
ANITA LANGER, Sekretarz Okręgowej Rady Izby Architektów RP.

Nr weryfikacyjny zaświadczenia:

SL-1130-4993-5567-4772-9B38

Dane zawarte w niniejszym zaświadczeniu można sprawdzić podając nr weryfikacyjny zaświadczenia w publicznym serwisie internetowym Izby Architektów: www.izbaarchitektow.pl lub kontaktując się bezpośrednio z właściwą Okręgową Izbą Architektów RP.

**INFORMACJA DOTYCZĄCA
BEZPIECZEŃSTWA I OCHRONY ZDROWIA „BIOZ”
wg Dziennika Ustaw Nr 120**

NAZWA OBIEKTU I ADRES :

**BUDOWA ELEMENTÓW MAŁEJ ARCHITEKTURY - SIŁOWNIA
ZEWNĘTRZNA W RAMACH ZADANIA BUDŻETU OBYWATELSKIEGO
PN:**

SIŁOWNIA NA RAKOWIE

DZIAŁKA NR 38/9 OBRĘB 308

CZĘSTOCHOWA UL. LIMANOWSKIEGO

Projektant :

mgr inż. arch. Tomasz Borowiecki

uprawn. 20/05/SLOKK/II

CZĘŚĆ OPISOWA

1 ZAKRES ROBÓT

Przedmiotem opracowania jest projekt zagospodarowania terenu :

**BUDOWA ELEMENTÓW MAŁEJ ARCHITEKTURY - SIŁOWNIA
ZEWNĘTRZNA W RAMACH ZADANIA BUDŻETU OBYWATELSKIEGO
PN:**

SIŁOWNIA NA RAKOWIE

DZIAŁKA NR 38/9 OBRĘB 308

CZĘSTOCHOWA UL. LIMANOWSKIEGO

Opracowanie obejmuje :

- Budowę obiektu małej architektury w formie urządzeń siłowni zewnętrznej konstrukcji monolitycznej, przeznaczonej do uprawiania sportów siłowych

2 WYKAZ ISTNIEJĄCYCH OBIEKTÓW

Projektowana siłownia jest zlokalizowane na terenie zielonym przy ul. Limanowskiego w Częstochowie .

- 3 W realizowanej inwestycji nie przewiduje się wystąpienie zagrożenia dla bezpieczeństwa i zdrowia ludzi.
- 4 Pracownicy przed przystąpieniem do robót niebezpiecznych powinni być przeszkoleni pod względem BHP i organizacji pracy, oraz posiadać należyte zabezpieczenia w czasie pracy.
- 5 Teren budowy w większości płaski z dostępem do drogi publicznej, co umożliwia szybką ewakuację na wypadek zagrożeń.

Środki techniczne i organizacyjne zapobiegające niebezpieczeństwom wynikającym z wykonywania robót budowlanych w strefach szczególnego zagrożenia zdrowia lub w ich sąsiedztwie: zgodnie z rozporządzeniem Ministra Infrastruktury w sprawie BHP i planem „bioz”.

W związku z brakiem wystąpienia prac budowlanych, które wymienione są w § 6 Rozporządzenia Ministra infrastruktury z dn.23.06.2003 (Dz. U. Nr 120 z r. 2003)nie jest konieczne opracowanie przez kierownika budowy planu Bezpieczeństwa i ochrony zdrowia przed rozpoczęciem budowy, zgodnie z wymogiem § 3 w/w rozporządzenia, z uwzględnieniem wymogów Rozporządzenia Ministra Infrastruktury z dnia 6.02.2003 w sprawie BHP podczas wykonywania robót budowlanych (Dz. U. Nr 47 z 2003r.).

OPIS TECHNICZNY
BUDOWA ELEMENTÓW MAŁEJ ARCHITEKTURY - SIŁOWNIA
ZEWNĘTRZNA W RAMACH ZADANIA BUDŻETU OBYWATELSKIEGO
PN: SIŁOWNIA NA RAKOWIE DZIAŁKA NR 38/9 OBRĘB 308

CZĘSTOCHOWA UL. LIMANOWSKIEGO

I. PODSTAWA PRAWNA

- Umowa pomiędzy Gminą Miasto Częstochowa a Firmą "TIM Architekci" S.C. Tomasz Borowiecki, Małgorzata Małasiewicz, Al. Armii Krajowej 1/3 42-202 Częstochowa, z dn. 27. 03 .2026r. na wykonanie dokumentacji projektowo-kosztorysowej
- Mapa sytuacyjno-wysokościowa 1:500
- Inwentaryzacja na potrzeby projektowe wykonana przez Pracownię "Tim Architekci" S.C.
- Wytyczne otrzymane od Inwestora i Wnioskodawcy
- Ustalenia i narady z Wnioskodawcą
- Wizje lokalne.

II. PRZEDMIOT INWESTYCJI

Budowa elementów małej architektury – siłowni zewnętrznej w ramach zadania Budżetu Obywatelskiego pod nazwą: „Siłownia na Rakowie”.

III. STAN ISTNIEJĄCY

Projektowana siłownia jest zlokalizowana na terenie zielonym przy ul. Limanowskiego w Częstochowie .Oznaczenie geodezyjne: Działka nr 38/9, obręb 308.

IV. ZAKRES PLANOWANYCH ROBÓT:

Inwestycja obejmuje utwardzenie terenu oraz montaż urządzeń siłowni plenerowej o łącznej powierzchni opracowania wynoszącej **127 m²**. W skład prac wchodzi:

- **Roboty ziemne i podbudowa:** Wykonanie koryta pod nawierzchnię, ułożenie podsypki piaskowej o grubości 5 cm.
- **Wykonanie nawierzchni:** Wylanie płyt betonowych 2/2,5 m pod urządzenia o grubości **15 cm** (beton klasy min. B16) bez dylatacji ze spadkiem 1-2% w celu odprowadzenia wód opadowych **łączna powierzchnia 50 m²** . Nawierzchnia trawiasta **trawa z rolki o pow. 71,9 m²**
- **Montaż urządzeń:** Instalacja 10 profesjonalnych stanowisk do ćwiczeń ze zmiennym obciążeniem (m.in. wyciskanie na klatkę, martwy ciąg, prasa nożna, ławka z hantlami) oraz tablicy regulaminowej.
- **Wykonanie krawężników 6/20/50 cm o długości 124 mb**
- **Wykonanie obrzeża eko bord o wysokości 10 cm i długości 48,5 mb**

V. PARAMETRY TECHNICZNE I BEZPIECZEŃSTWO:

- **Sposób montażu:** Urządzenia będą kotwione na stałe za pomocą kołków rozporowych do betonowej nawierzchni w formie płyty .
- **Zgodność z normami:** Wszystkie zainstalowane urządzenia będą spełniać wymogi normy PN-EN 16630 lub równoważne.
- **Strefy bezpieczeństwa:** Zachowano wymagane odległości – min. 0,5 m strefy bezpieczeństwa wokół urządzeń oraz alejki komunikacyjne o szerokości 0,9 m.
- **Ochrona antykorozyjna:** Elementy stalowe urządzeń zabezpieczone są poprzez cynkowanie i malowanie proszkowe, co zapewnia odporność na czynniki atmosferyczne.

VI. WPŁYW NA OTOCZENIE:

Planowana inwestycja nie zmienia przeznaczenia terenu ani nie wpływa negatywnie na istniejący drzewostan (zgodnie z planszą ogólną projektu). Obiekty małej architektury wpisują się w istniejącą funkcję rekreacyjną terenu

Zestawienie obejmuje 9 profesjonalnych maszyn ze zmiennym obciążeniem, stanowisko z wolnymi ciężarami oraz element informacyjny. Wszystkie urządzenia są wykonane w kolorystyce czarno-niebiesko-czerwonej i posiadają kody QR z instrukcjami wideo.

Nr ref.	Nazwa urządzenia	Zakres obciążenia	Przeznaczenie / Główne partie mięśniowe
7.75	Wyciskanie na klatkę (skos 45°)	2,5 – 135 kg	Mięśnie klatki piersiowej i naramienne; system "light start".
7.64	Wyciskanie na ławce poziomej	2,5 – 220 kg	Mięśnie klatki piersiowej, tricepsy, przednia część barków.
7.63	Wyciskanie na barki (siedząc)	2,5 – 135 kg	Barki, mięśnie naramienne, tricepsy, mięśnie szyi.
7.65	Przysiad ze zmiennym obciążeniem	2,5 – 220 kg	Mięśnie czworogłowe uda, pośladkowe i łydki.
7.66	Martwy ciąg	5,0 – 220 kg	Mięśnie najszerze grzbietu, nogi i przedramiona.
7.74	Prasa nożna	10 – 140 kg	Mięśnie nóg (możliwość pracy naprzemiennej) i pośladki.
7.69	Drażek ze zmiennym obciążeniem	5,0 – 40 kg	Mięśnie trójgłowe (tricepsy) i łokciowe.
7.70	Urządzenie do mięśni grzbietu	5,0 – 75 kg	Mięsień najszerzy grzbietu, bicepsy; regulowane siedzisko.
7.68	Sztanga wielofunkcyjna	5,0 – 115 kg	Trening ogólnorozwojowy; obrotowy gryf (standard olimpijski).
7.33	Ławka z modlitewnikiem i hantlami	11 – 18,5 kg	Mięśnie ramion i klatki; hantle na łańcuchach nierdzewnych.
—	Tablica regulaminowa —		Wymiary 40x60 cm, wys. 180 cm; piktogramy i zasady korzystania.

Dodatkowe parametry techniczne urządzeń:

- **Konstrukcja:** Profile stalowe min. 120x60x3 mm.
- **Obciążniki:** Stalowe, w całości obleczone gumą (dla amortyzacji i redukcji hałasu).
- **Elementy ruchome:** Oparte na uszczelnionych łożyskach tocznych.
- **Wykończenie:** Siedziska i oparcia z tworzywa sztucznego odpornego na UV i zmienne warunki atmosferyczne

VII. ZESTAWIENIE POWIERZCHNI I MAS ZIEMNYCH

Lp.	Rodzaj nawierzchni / elementu	Powierzchnia / Objętość	Uwagi techniczne
1.	Nawierzchnia betonowa	50,0 m ²	Płyta o gr. 15 cm, beton kl. min. B16, wykończenie zatarte na gładko/lekko szorstko.
2.	Nawierzchnia trawnik z rolki	71,9 m ²	Wydzielone strefy treningowe wokół urządzeń (zgodnie z arkuszem wymiarowym).
3.	Podbudowa (podsypka piaskowa)	6,0 m ³	Warstwa wyrównawcza o grubości 5 cm pod całą płytą betonową.
4.	Koryto pod nawierzchnię	14 m ³	Szacunkowa objętość wykopu pod konstrukcję (zakładając głębokość ok. 20 cm).
5.	Obrzeża betonowe	ok. 124 mb	
6.	Obrzeża eko bord	48,5 mb	

Szczegóły konstrukcyjne warstw:

- **Warstwa ścieralna:** Beton B16 z dylatacjami przeciwskurczowymi, spadek 1-2%. **Zastosować zbrojenie rozproszone (makrowłókna polimerowe lub włókna stalowe)** dodane bezpośrednio do mieszanki betonowej.
- **Warstwa nośna:** Podsypka piaskowa stabilizowana mechanicznie.
- **Wykończenie stref bezpieczeństwa:** Trawnik z siewu na ziemi urodzajnej gr 8-10 cm (zgodny z normą PN-EN 16630 dla maszyn o danej wysokości upadku – choć przy maszynach stacjonarnych beton jest dopuszczalny, projekt wskazuje trawnik jako warstwę uzupełniającą).

Dodatkowe informacje dla wykonawcy:

Projekt przewiduje zachowanie istniejących drzew w sąsiedztwie – prace ziemne w ich pobliżu należy prowadzić ręcznie, aby nie uszkodzić systemu korzeniowego.

Eko-Bord (wysokość 10 cm). Większa wysokość stworzy głębszą barierę korzeniową w ziemi, która powstrzyma podziemne kłącza (np. perzu) przed wrastaniem w trawę z rolki. **Głębokie wkopanie:** Obrzeże należy wbić i osadzić tak, aby jego górna krawędź była na równi z poziomem ziemi pod trawę z rolki (lub minimalnie nad nią – maksymalnie 0,5-1 cm). Ułatwi to późniejsze koszenie kosiarką. **Dodatkowa bariera z geowłókniny:** Samo tworzywo Eko-Bord posiada otwory konstrukcyjne i łączenia, przez które dzika trawa z czasem przejdzie. Przed montażem obrzeża wykopać wąski rowek i pionowo włożyć w niego grubą **geowłókninę** lub folię barierową. **Mocowanie:** Do miękkiego gruntu (ziemia, trawnik) używać długich plastikowych kotew mocujących (gwoździ) o długości 25 cm. Wbijać w każde wolne oczko montażowe na odcinkach łukowych, aby dzika trawa nie wypchnęła plastiku.

VIII. WYMAGANIA OGÓLNE I NORMATYWNE

- **Klasyfikacja robót (CPV):** 45000000-7 (Roboty budowlane), 45233293-9 (Instalowanie mebli ulicznych), 45112720-8 (Kształtowanie terenów sportowych).
- **Zgodność z normami:** Bezwzględna zgodność z normą **PN-EN 16630**. lub równoważną. Wykonawca musi dostarczyć certyfikat zgodności dla każdego urządzenia.
- **Standardy jakościowe:** Nie dopuszcza się stosowania zamienników o gorszych parametrach. Dopuszczalne odchylenie wymiarów urządzeń wynosi $\pm 5\%$.

IX. TECHNOLOGIA WYKONANIA NAWIERZCHNI

- **Podbudowa:** Warstwa zagęszczonej podsypki piaskowej o grubości **5 cm**.
- **Płyta nośna:** Nawierzchnia betonowa o grubości **15 cm** z wylewanego betonu klasy **min. B16**, w obramowaniu z obrzeży betonowych 5/20/50 cm
- **Stanowiska:** Urządzenia rozmieszczone na polach/wylewkach, tworzących spójny układ funkcjonalny zgodnie z planem zagospodarowania.

X. CHARAKTERYSTYKA TECHNICZNA URZĄDZEŃ

Wszystkie urządzenia wchodzące w skład siłowni muszą spełniać następujące wymagania technologiczne:

A. Konstrukcja i zabezpieczenie antykorozyjne

- **Profile:** Konstrukcja nośna wykonana z profili o przekroju min. **120x60 mm** i grubości ścianki min. **3 mm**.
- **Zabezpieczenie powierzchni:** Wielostopniowy proces: gratowanie, fosforowanie żelazowe, cynkowanie oraz malowanie proszkowe (odporność na uderzenia i warunki atmosferyczne).
- **Elementy ruchome:** Oparte na **łożyskach**. Szyny obciążeniowe wykonane ze **stali nierdzewnej kwasoodpornej**.
- **Wykończenie:** Zakończenia profili zamknięte. Siedziska i oparcia z tworzywa sztucznego odpornego na UV. Uchwyty z tworzywa **PCV**.

B. System obciążenia i funkcje dodatkowe

- **Obciążniki:** Wykonane ze stali, w całości **powlekane gumą**.
- **System Startu:** Urządzenia (np. 7.75, 7.74) wyposażone w dźwignię „**light start**” (zwalnianą nogą lub ręką), umożliwiającą bezpieczne rozpoczęcie treningu z wyższego pułapu.
- **Edukacja użytkownika:** Każde urządzenie musi posiadać **kod QR** kierujący do filmu instruktażowego oraz gumową wykładzinę zabezpieczającą kotwy.

XI. SZCZEGÓŁOWE ZESTAWIENIE WYPOSAŻENIA (WYBRANE POZYCJE)

Nr ref.	Nazwa urządzenia	Zakres obciążeń	Masa całkowita urządzenia
---------	------------------	-----------------	---------------------------

7.75	Wyciskanie na skosie 45°	2,5 kg – 135 kg	min. 373 kg
7.64	Wyciskanie poziome	2,5 kg – 220 kg	min. 420 kg
7.63	Wyciskanie na barki	2,5 kg – 135 kg	min. 355 kg
7.65	Przysiad	2,5 kg – 220 kg	min. 390 kg
7.66	Martwy ciąg	5 kg – 220 kg	min. 390 kg
7.68	Sztanga wielofunkcyjna	5 kg – 115 kg	min. 295 kg
7.33	Ławka z hantlami	hantle: 11kg, 16kg, 18,5kg	min. 187 kg

7.75. wyciskanie na klatkę piersiową na ławce skośnej pod kątem 45°



DANE TECHNICZNE:

Wymiary DxSxW:

min. 2010 x 1670 x 1680 mm

Łączne obciążenie regulowane w zakresie:

od 2,5 kg do 135 kg

Obciążniki stalowe powlekane gumą:

min. 8 szt. x 15 kg, 6 szt. x 2,5 kg

Waga całkowita :

min. 373 kg

Kolorystyka:

czarny, niebieski, czerwony

PRZEZNACZENIE:

Urządzenie przeznaczone do treningu mięśni klatki piersiowej i mięśni naramiennych.

OPIS URZĄDZENIA:

- urządzenie musi posiadać „light start” – czyli dźwignię zwalnianą nogą umożliwiającą rozpoczęcie treningu z wyższym, łatwiejszym uchwytem.

Konstrukcja nośna wykonana jest z profili min. 120x60 mm, grubość ścianki profilu wynosi min. 3 mm. Elementy stalowe zabezpieczone antykorozyjnie poprzez: gratowanie, fosforowanie żelazowe, cynkowanie i malowanie proszkowo dla zapewnienia odporności na uderzenia oraz

warunki atmosferyczne.

Obciążenie jest zależne od przemieszczenia ciężarów wzdłuż czterech szyn wykonanych ze stali nierdzewnej kwasoodpornej. Obciążniki wykonane ze stali, w pełni obleczone gumą. Dla bezpieczeństwa zakończenia profilów prostokątnych są zamknięte. Urządzenie wyposażone w oparcie i siedzisko wykonane z tworzywa sztucznego odpornego na zmienne warunki atmosferyczne. Elementy obrotowe są oparte na łożyskach. Atlas wyposażony w gumową wykładzinę, która zabezpiecza kotwy. Urządzenie wyposażone w kod QR umożliwiający wyświetlenie filmu instruktażowego.

7.63. wyciskanie na barki w pozycji siedzącej



DANE TECHNICZNE:

Wymiary DxSxW:

min. 1780 x 1670 x 1580 mm

Łączne obciążenie regulowane w zakresie:

od 2,5 kg do 135 kg

Obciążniki stalowe powlekane gumą:

min. 8 szt. x 15 kg., 6 szt. 2,5 kg

min. 355 kg

Waga całkowita:

czarny, niebieski, czerwony

Kolorystyka:

OPIS URZĄDZENIA:

Konstrukcja nośna wykonana jest z profili min. 120x60 mm, grubość ścianki profilu wynosi min. 3 mm. Elementy stalowe zabezpieczone antykorozyjnie poprzez: gratowanie, fosforowanie żelazowe, cynkowanie i malowanie proszkowo dla zapewnienia odporności na uderzenia oraz warunki atmosferyczne. Obciążenie jest zależne od przemieszczenia ciężarów wzdłuż czterech szyn wykonanych ze stali nierdzewnej kwasoodpornej. Obciążniki wykonane są ze stali, w pełni obleczone gumą. Dla bezpieczeństwa zakończenia profilów prostokątnych są zamknięte.

Urządzenie wyposażone w oparcie i siedzisko wykonane z tworzywa sztucznego odpornego na zmienne warunki atmosferyczne. Elementy obrotowe są oparte na łożyskach.

Atlas wyposażony w gumową wykładzinę, która zabezpiecza kotwy. Urządzenie posiada kod QR umożliwiający wyświetlenie filmu instruktażowego.

7.64 wyciskanie na ławce w pozycji poziomej



DANE TECHNICZNE:

Wymiary DxSxW:

min. 2420 x 1590 x 1260 mm

Łączne obciążenie regulowane w zakresie:

od 2,5 kg do 220 kg

Obciążniki stalowe powlekane gumą:

**min. 10 szt. x 20 kg., 8 szt. x 2,5 kg
min. 420 kg**

Waga całkowita:

czarny, niebieski, czerwony

Kolorystyka:

PRZEZNACZENIE:

Urządzenie przeznaczone do rozwijania mięśni klatki piersiowej. Sprzęt przypomina wyciskanie na ławce ze sztangą, z tym, że charakteryzuje się większą głębokością ruchów, co przyczynia się do lepszego rozciągnięcia dużych mięśni piersiowych. Zajmowane są również tricepsy i przednia część mięśni naramiennych.

OPIS URZĄDZENIA:

Konstrukcja nośna wykonana jest z profili min. 120x60 mm, grubość ścianki profilu wynosi min. 3 mm. Elementy stalowe zabezpieczone antykorozyjnie poprzez: gratowanie, fosforowanie żelazowe, cynkowanie i malowanie proszkowo dla zapewnienia odporności na uderzenia oraz warunki atmosferyczne. Obciążenie zależne od przemieszczenia ciężarów wzdłuż czterech szyn wykonanych ze stali nierdzewnej kwasoodpornej. Obciążniki wykonane ze stali, w pełni obleczone gumą. Dla bezpieczeństwa

zakończenia profiliów prostokątnych są zamknięte. Urządzenie wyposażone w ławeczkę wykonaną z tworzywa sztucznego odpornego na zmienne warunki atmosferyczne. Elementy obrotowe są oparte na łożyskach. Atlas wyposażony w gumową wykładzinę, która zabezpiecza kotwy. Urządzenie posiada kod QR umożliwiający wyświetlenie filmu instruktażowego.

7.65 przysiad ze zmiennym obciążeniem



DANE TECHNICZNE:

Wymiary DxSxW:	min. 1880 x 1630 x 1660 mm
Łączne obciążenie regulowane w zakresie:	od 2,5 kg do 220 kg
Obciążniki stalowe powlekane gumą:	min. 8 szt. x 25 kg., 8 szt. x 2,5 kg
Waga całkowita:	min. 390 kg
Kolorystyka:	czarny, niebieski, czerwony

PRZEZNACZENIE:

Urządzenie przeznaczone jest do rozwoju mięśnia czworogłowego uda, mięśnia pośladkowego średniego, mięśnia pośladkowego dużego i łydek..

OPIS URZĄDZENIA:

Konstrukcja nośna wykonana jest z profili min. 120x60 mm, grubość ścianki profilu wynosi min. 3 mm. Elementy stalowe zabezpieczone antykorozyjnie poprzez: gratowanie, fosforowanie żelazowe, cynkowanie i malowanie proszkowo dla zapewnienia odporności na uderzenia oraz warunki atmosferyczne. Uchwyty są wykonane z tworzywa PCV. Obciążenie jest zależne od przemieszczenia ciężarów wzdłuż czterech szyn wykonanych ze stali nierdzewnej kwasoodpornej. Obciążniki wykonane są ze stali, w pełni obleczone gumą. Dla bezpieczeństwa zakończenia profiliów prostokątnych są zamknięte. Elementy obrotowe są oparte na łożyskach. Atlas wyposażony w gumową wykładzinę, która zabezpiecza kotwy. Urządzenie posiada kod QR

umożliwiający wyświetlenie filmu instruktażowego.

7.66 urządzenie do martwego ciągu



DANE TECHNICZNE:

Wymiary D x S x W:	min. 2000 x 1580 x 1192 mm
Łączne obciążenie regulowane w zakresie:	od 5 kg do 220 kg
Obciążenie regulowane w zakresie:	od 2,5 kg do 110 kg na jedną rękę
Obciążniki stalowe powlekane gumą:	min. 8 szt. x 25 kg., 8 szt. x 2,5 kg min. 390 kg
Waga całkowita:	czarny, niebieski, czerwony
Kolorystyka:	

PRZEZNACZENIE:

Urządzenie przeznaczone jest do rozwoju mięśnia najszerzszego grzbietu, tylnych mięśni podgrzebieniowych, nóg i przedramion. Uchwyty są ustawione równolegle, co pozwala na symulację ćwiczeń z hantlami i sztangą.

OPIS URZĄDZENIA:

Konstrukcja nośna wykonana jest z profili min. 120x60 mm, grubość ścianki profilu wynosi min. 3 mm. Elementy stalowe zabezpieczone antykorozyjnie poprzez: gratowanie, fosforowanie żelazowe, cynkowanie i malowanie proszkowo dla zapewnienia odporności na uderzenia oraz warunki atmosferyczne. Uchwyty są wykonane z tworzywa PCV. Obciążenie jest zależne od przemieszczenia ciężarów wzdłuż czterech szyn wykonanych ze stali nierdzewnej kwasoodpornej. Obciążniki wykonane są ze stali, w pełni obleczone gumą. Dla bezpieczeństwa zakończenia profili prostokątnych są zamknięte. Elementy obrotowe są oparte na łożyskach. Atlas wyposażony w

gumową wykładzinę, która zabezpiecza kotwy.

Urządzenie posiada kod QR umożliwiający wyświetlenie filmu instruktażowego.

7.68 urządzenie wielofunkcyjne – sztanga



DANE TECHNICZNE:

Wymiary DxSxW:	min. 2106 x 1390 x 1500 mm
Łączne obciążenie regulowane w zakresie:	od 5 kg do 115 kg
Obciążenie regulowane w zakresie:	od 2,5 kg do 57,5 kg na jedną rękę
Obciążniki stalowe powlekane gumą:	min. 10 szt. x 10 kg., 6 szt. x 2,5 kg
Waga całkowita:	min. 295 kg
Kolorystyka:	czarny, niebieski, czerwony

PRZEZNACZENIE:

Urządzenie pozwala ćwiczyć mięśnie całego ciała (rozwija mięśnie bicepsów, pośladków, zewnętrzne i wewnętrzne mięśnie ud, łydek, rąk, barków, brzucha, pleców itp.). Urządzenie umożliwia wykonywanie przysiadów i wyciskania z przednią oraz tylną sztangą.

OPIS URZĄDZENIA:

Konstrukcja nośna wykonana jest z profili min. 120x60 mm, grubość ścianki profilu wynosi min. 3 mm. Elementy stalowe zabezpieczone antykorozyjnie poprzez: gratowanie, fosforowanie żelazowe, cynkowanie i malowanie proszkowo dla zapewnienia odporności na uderzenia oraz warunki atmosferyczne. Obciążenie jest zależne od przemieszczenia ciężarów wzdłuż czterech szyn wykonanych ze stali nierdzewnej kwasoodpornej. Urządzenie posiada obrotowy gryf na łożyskach, tak jak w przypadku gryfu olimpijskiego. Obciążniki wykonane są ze stali, w pełni obleczone gumą. Dla bezpieczeństwa zakończenia profili prostokątnych są zamknięte. Elementy obrotowe są oparte na łożyskach. Atlas wyposażony w gumową wykładzinę, która zabezpiecza kotwy. Urządzenie posiada kod QR umożliwiający wyświetlenie filmu instruktażowego.

7.69 drążek ze zmiennym obciążeniem



DANE TECHNICZNE:

Wymiary D x S x W:

min. 1410 x 1350 x 1640 mm

Obciążenie regulowane w zakresie:

od 5 kg do 40 kg

Obciążniki stalowe powlekane gumą:

min. 8 szt. x 5 kg

Waga całkowita:

min. 158 kg

Kolorystyka:

czarny, niebieski

PRZEZNACZENIE:

Urządzenie przeznaczone do rozwijania mięśni trójgłowych i łokciowych.

OPIS URZĄDZENIA:

Konstrukcja nośna wykonana jest z profili min. 120x60 mm, grubość ścianki profilu wynosi min. 3 mm. Elementy stalowe zabezpieczone antykorozyjnie poprzez: gratowanie, fosforowanie żelazowe, cynkowanie i malowanie proszkowo dla zapewnienia odporności na uderzenia oraz warunki atmosferyczne. Uchwyty są wykonane z tworzywa PCV. Obciążenie jest zależne od przemieszczenia ciężarów wzdłuż szyny wykonanej ze stali nierdzewnej kwasoodpornej. Obciążniki wykonane są ze stali, w pełni obleczone gumą. Dla bezpieczeństwa zakończenia profili prostokątnych są zamknięte. Elementy obrotowe są oparte na łożyskach. Atlas wyposażony w gumową wykładzinę, która zabezpiecza kotwy. Urządzenie posiada kod QR umożliwiający wyświetlenie filmu instruktażowego.

7.70 urządzenie po treningu mięśni najszerszych grzbietu



DANE TECHNICZNE:

Wymiary DxSxW:	min. 1565 x 1730 x 1235 mm
Obciążenie regulowane w zakresie:	od 2,5 kg do 37,5 kg na jedną rękę
Łączne obciążenie regulowane w zakresie:	od 5 kg. do 75 kg.
Obciążniki stalowe powlekane gumą:	min. 12 szt. x 5 kg., 6 szt. x 2,5 kg
Waga całkowita:	min. 243 kg
Kolorystyka:	czarny, niebieski, czerwony

PRZEZNACZENIE:

Urządzenie przeznaczone do rozwijania mięśnia najszerzego grzbietu, bicepsów. Powoduje to wtórne obciążenie mięśni ramion.

OPIS URZĄDZENIA:

Konstrukcja nośna wykonana jest z profili min. 120x60 mm, grubość ścianki profilu wynosi min. 3 mm. Elementy stalowe zabezpieczone antykorozyjnie poprzez: grатовanie, fosforowanie żelazowe, cynkowanie i malowanie proszkowo dla zapewnienia odporności na uderzenia oraz warunki atmosferyczne.

Regulowane siedzisko z możliwością ustawienia w pięciu poziomach wysokości. Regulowane uchwyty z dziewięcioma pozycjami umożliwiającymi optymalny i wygodny chwyt. Uchwyty są wykonane z tworzywa PCV.

Obciążenie jest zależne od przemieszczenia ciężarów wzdłuż czterech szyn wykonanych ze stali nierdzewnej kwasoodpornej. Obciążniki wykonane są ze stali, w pełni obleczone gumą. Zakończenie profili prostokątnych są zamknięte. Urządzenie posiada oparcie i siedzisko wykonane z tworzywa sztucznego odpornego na zmienne warunki atmosferyczne. Elementy obrotowe są oparte na łożyskach. Atlas wyposażony w gumową wykładzinę, która zabezpiecza kotwy. Urządzenie posiada kod QR umożliwiający wyświetlenie filmu instruktażowego.

7.74 prasa nożna ze zmiennym obciążeniem

DANE TECHNICZNE:

Wymiary DxSxW:	min. 2430 x 1770 x 1540 mm
Łączne obciążenie regulowane w zakresie:	od 10 kg do 140 kg
Obciążniki stalowe powlekane gumą:	14 szt. x 10 kg min. 420 kg
Waga całkowita:	czarny, niebieski, czerwony
Kolorystyka:	

PRZEZNACZENIE:

Sprzęt jest przeznaczony do treningu mięśni czworogłowych ud i pośladkowych. Urządzenie umożliwia wykonywanie ćwiczeń mięśni nóg z możliwością pracy naprzemienną – każda noga może ćwiczyć niezależnie. Urządzenie posiada dźwignię zwalniającą i zabezpieczającą ciężary umożliwiającą rozpoczęcie treningu z wyższym, łatwiejszym chwytem.

OPIS URZĄDZENIA:

Konstrukcja nośna wykonana jest z profili min. 120x60 mm, grubość ścianki profilu wynosi min. 3 mm.

Elementy stalowe muszą być zabezpieczone antykorozyjnie poprzez: gratowanie, fosforowanie żelazowe, cynkowanie i malowanie proszkowo dla zapewnienia odporności na uderzenia oraz warunki atmosferyczne.

Uchwyty są wykonane z tworzywa PCV. Obciążenie jest zależne od przemieszczenia ciężarów wzdłuż szyny wykonanej ze stali nierdzewnej kwasoodpornej. Obciążniki wykonane są ze stali, w pełni obleczone gumą.

Dla bezpieczeństwa zakończenia profili prostokątnych są zamknięte.

Oparcie i siedzisko wykonane z tworzywa sztucznego odpornego na zmienne warunki atmosferyczne. Urządzenie umożliwia wykonywanie ćwiczeń mięśni nóg z możliwością pracy naprzemienną – każda noga może ćwiczyć niezależnie. Urządzenie posiada dźwignię zwalniającą i zabezpieczającą ciężary umożliwiającą rozpoczęcie treningu z wyższym, łatwiejszym chwytem. Elementy obrotowe są oparte na łożyskach. Atlas wyposażony w gumową wykładzinę, która zabezpieczy kotwy. Urządzenie posiada kod QR umożliwiający wyświetlenie filmu instruktażowego.

7.33 prasa ławka prosta z modletewnikiem i hantlami

DANE TECHNICZNE:

Wymiary DxSxW:	min. 1290 x 2200 x 1100 mm
Wymiary ławki DxSxW:	min. 1550 x 570 x 1100 mm
Wymiary stojaka DxSxW:	min. 1150 x 200 x 560 mm
Waga całkowita:	min. 187 kg
Kolorystyka:	czarny, niebieski, czerwony
Waga konstrukcji:	80 kg
Waga ławeczki:	45 kg
Waga stojaka do przechowywania hantli:	17,5 kg
Hantle min.:	11 kg- 1 para,
	16 kg- 1 para,
	18,5 kg- 1 para

PRZEZNACZENIE:

Sprzęt przeznaczony do rozwijania mięśni ramion, mięśni naramiennych i piersiowych większych. Uwaga: możliwość wykonania większej ilości ćwiczeń na prawie wszystkie grupy mięśniowej.

OPIS URZĄDZENIA:

Konstrukcja nośna wykonana jest z profili min. 120x60 mm, grubość ścianki profilu wynosi min. 3 mm. Elementy stalowe muszą być zabezpieczone antykorozyjnie poprzez: grатовanie, fosforowanie żelazowe, cynkowanie i malowanie proszkowo dla zapewnienia odporności na uderzenia oraz warunki atmosferyczne. Hantle wykonane ze stali, w pełni pokryte warstwą gumy. Obciążniki wykonane są ze stali, w pełni obleczone gumą przytwierdzone do urządzenia za pomocą łańcuchów ze stali nierdzewnej.

Dla bezpieczeństwa zakończenia profilów prostokątnych są zamknięte. Urządzenie posiada ławeczkę oraz modlitewnik wykonane z tworzywa sztucznego odpornego na zmienne warunki atmosferyczne. Atlas wyposażony w gumową wykładzinę, która zabezpieczy kotwy.

Urządzenie posiada kod QR umożliwiający wyświetlenie filmu instruktażowego. Atlas wyposażony w gumową wykładzinę, która zabezpiecza kotwy. Urządzenie posiada kod QR umożliwiający wyświetlenie filmu instruktażowego.

SPOSÓB MONTAŻU URZĄDZEŃ:

Urządzenia będą kotwione na stałe do wykonanej płyty betonowej o grubości 15 cm pod stopami montażowymi należy zastosować gumową wykładzinę zabezpieczającą kotwy i amortyzującą drgania

Rodzaj łączników: Ze względu na wysokie obciążenia dynamiczne i masę maszyn (do 420 kg) zaleca się stosowanie **kotew chemicznych** (żywica winyloestrowa lub epoksydowa) z prętami gwintowanymi o średnicy **M12**. Alternatywnie dopuszcza się stalowe kotwy mechaniczne do dużych obciążeń (śruby do betonu lub kotwy sworzniowe).

Wymagania materiałowe: Wszystkie elementy kotwiące (pręty, śruby,

nakrętki, podkładki) muszą być wykonane wyłącznie ze **stali nierdzewnej (klasa min. A2 lub A4)** bądź stali ocynkowanej ogniowo (HDG), co zapewni pełną odporność na czynniki atmosferyczne

Głębokość zakotwienia: Efektywna głębokość osadzenia łącznika w betonie musi wynosić **min. 65–80 mm** (przy całkowitej długości pręta ok. 100–120 mm, uwzględniając grubość stopy maszyny i podkładki).

Bezpieczeństwo (BHP): Wszystkie wystające elementy złączne i gwinty po dokręceniu należy zabezpieczyć zaokrąglonymi tworzywowymi kapturkami ochronnymi, zgodnie z wymogami normy **PN-EN 16630** w celu eliminacji ostrych krawędzi.

XII. KOLORYSTYKA I ESTETYKA

Urządzenia należy wykonać zgodnie z kodami kolorystycznymi:

Czerwony: S 3057 (#d00309)

Niebieski: C 6112 (#08bae4)

Czarny: Pantone Black 6C (#000000)

XIII. TABLICA REGULAMINOWA

Wymiary: Lico 40x60 cm wykonane z kompozytu **dibond**.

Wysokość: 180 cm.

Montaż: Bezpośrednio w fundamencie betonowym.

Treść: Nadruk na folii zabezpieczony laminatem bezbarwnym, zawierający piktogramy i zasady bezpieczeństwa.

1x Tablica informacyjna z informacją o realizacji obiektu w ramach Budżetu Obywatelskiego oraz z regulaminem korzystania z placu rekreacji ruchowej z miejscem na uzupełnienie danych administratora/zarządcy obiektu, konstrukcje ze stali ocynkowanej i malowanej proszkowo (k.szary), elementy złączne nierdzewne, tablica z blachy ocynkowanej z nadrukiem odpornym na działanie warunków atmosferycznych. Tablica zawierać będzie informacje takie jak: numery alarmowe, numer telefonu do zarządcy placu, adres placu zabaw oraz dane inwestora. Regulamin winien zawierać informacje o zasadach korzystania z placu rekreacji ruchowej oraz informację o realizacji zadania w ramach Budżetu Obywatelskiego w Częstochowie. Tablica na fundamentach prefabrykowanych. Urządzenie mocowane bezpośrednio w prefabrykowanym fundamencie betonowym.



XIV. ODDZIAŁYWANIE NA ŚRODOWISKO

Inwestycja nie powoduje negatywnego oddziaływania na środowisko.

XV. OBSZAR ODDZIAŁYWANIA

Ograniczony do działki inwestora.

XVI. UWAGI KOŃCOWE

Roboty należy prowadzić zgodnie z przepisami prawa budowlanego oraz zasadami BHP.

Podane materiały i wyposażenie są przykładowe i mogą zostać zastąpione innymi o nie gorszych parametrach, po uzgodnieniu z projektantem

UWAGA !
WYMIARY SPRAWDZIĆ NA BUDOWIE
WSZYSTKIE ZMIANY USTALAĆ Z PROJEKTANTEM