



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

### PL Urządzenie do ćwiczeń na świeżym powietrzu

**Kategoria urządzenia:** Budowa mięśni

**Efekt treningu:** Wzmocnienie pasa ramion, górnej części pleców oraz mięśni ramion i nóg.

**Sposób używania:** Postaw stopy na pedałach, złap rękami za oba uchwyty. Przyciągnij uchwyt do brzucha prostując jednocześnie nogi. Powróć do pozycji wyjściowej.

**Stopień zaangażowania energii i siły:** Średni do wysokiego.

Pełne bezpieczeństwo użytkowania sprzętu można utrzymać tylko dzięki regularnej kontroli dotyczącej uszkodzeń i zużycia. Przestrzegać instrukcję montażu i konserwacji.

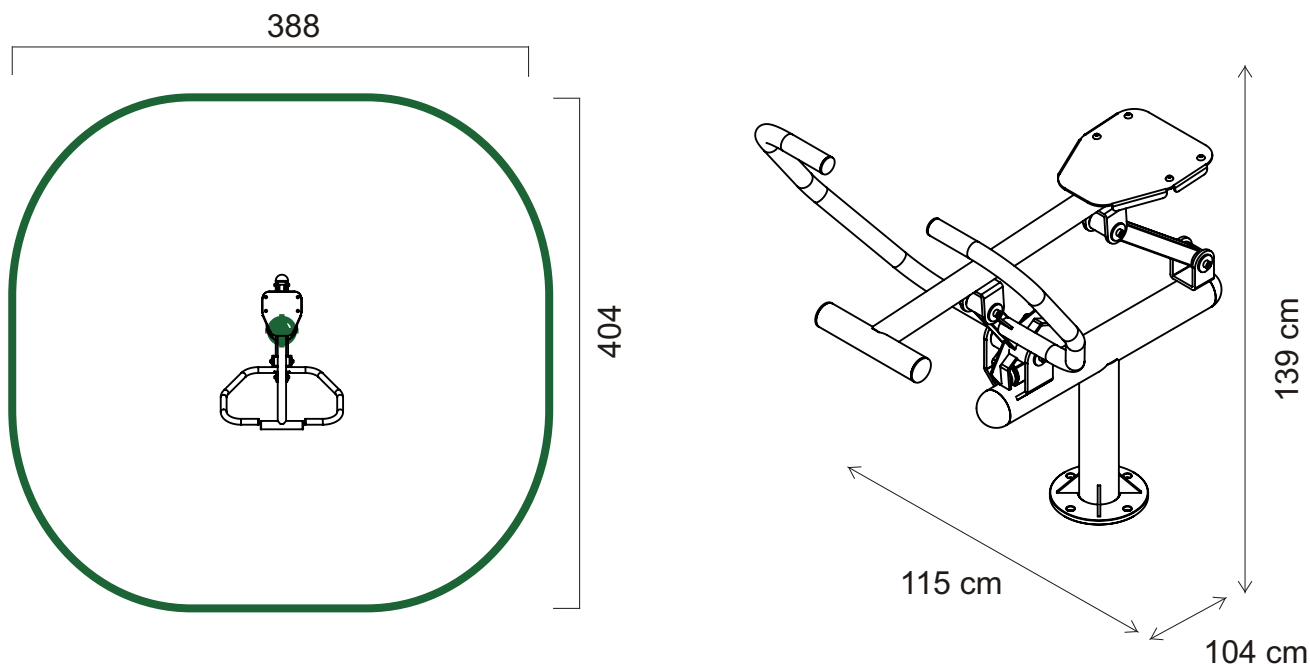
Sprzęt przeznaczony dla młodzieży i dorosłych o wzroście powyżej 140 cm

Przeznaczone dla jednej osoby. Maksymalne obciążenie 120 kg.

Waga urządzenia:

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

Wyprodukowane w Polsce.





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

**PL**

Kontrolę przeprowadza się w następujący sposób :

**Rutynowe oględziny:**

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

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

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

**Kontrola operacyjna:**

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

- należy ją wykonać co 1 do 3 miesięcy

**Roczna inspekcja główna:**

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

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

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

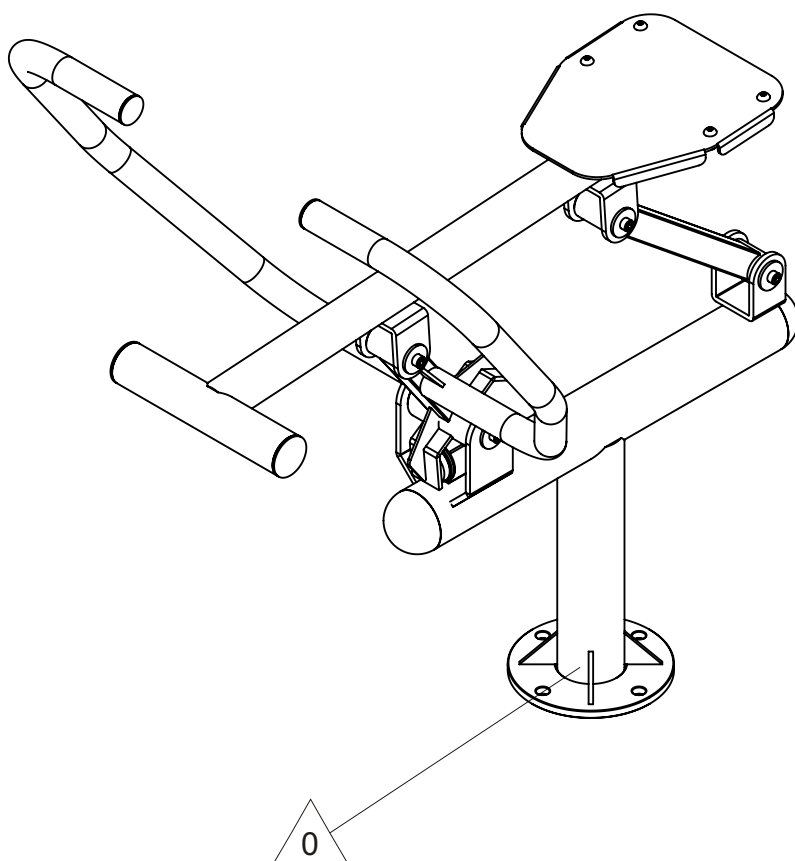
**Awarie**

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



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

0,58m	16 m <sup>2</sup>	140 → +

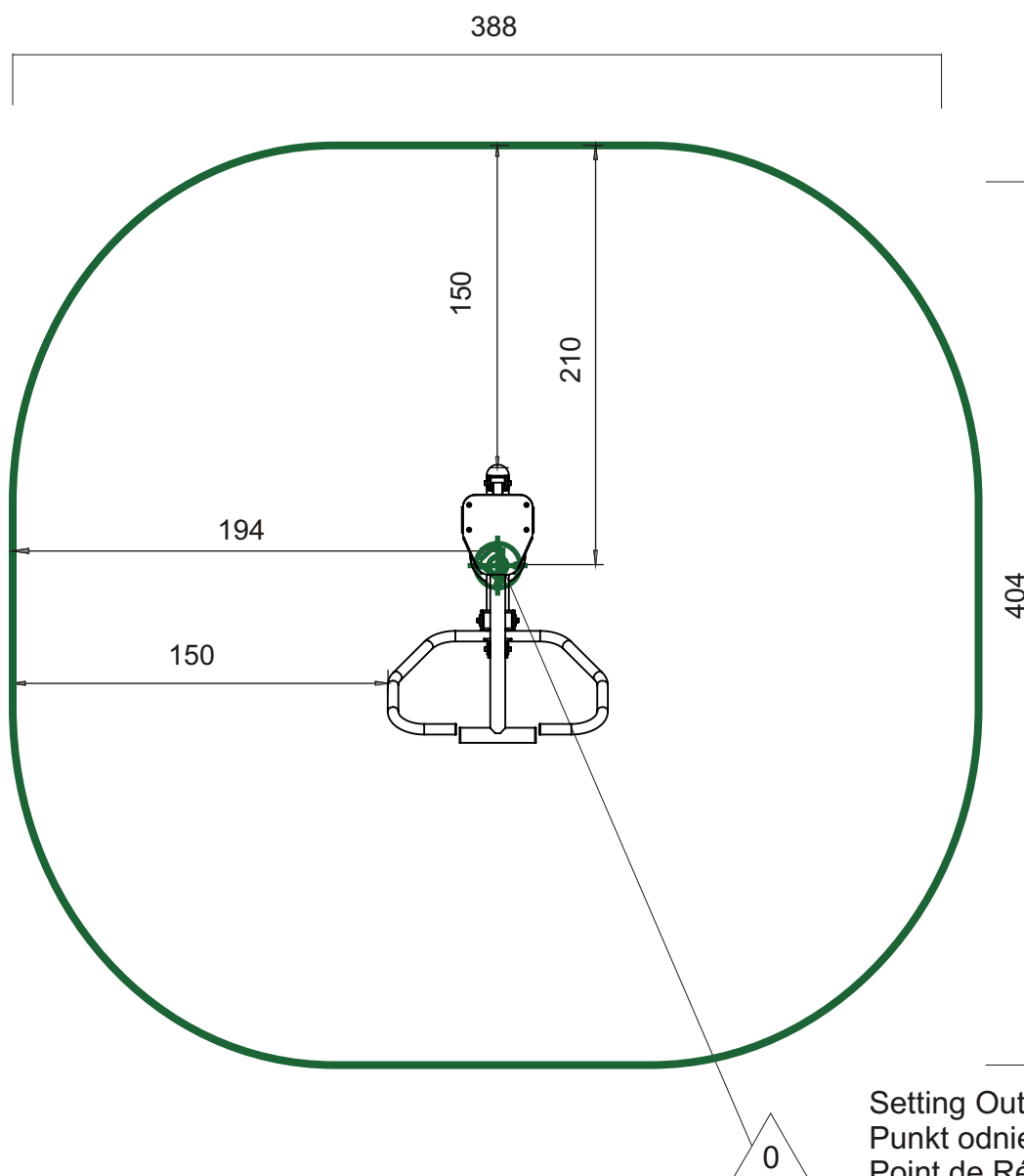




Impact Area  
Strefa upadku  
Zone d'Impact  
Area de Impacto  
Fallraum

16 m<sup>2</sup>

**Required surface:** topsoil, lawn, bark mulch, woodchip, sand, gravel  
Wymagana nawierzchnia: gleba, trawnik, mulcz z kory, drobno pokrojone kawałki drewna, piasek, żwir  
**Requis de surface:** couche arable, la pelouse, le paillis d'écorce, copeaux de bois, sable, gravier  
**Superficiale necessaria:** suolo, erba, paccime di corteccia, finemente tritato pezzi di legno, sabbia, ghiaia  
**Erforderliche Oberflächen:** Boden, Gras, Rindenmulch, fein gehackt Holzstücke, Sand, Kies

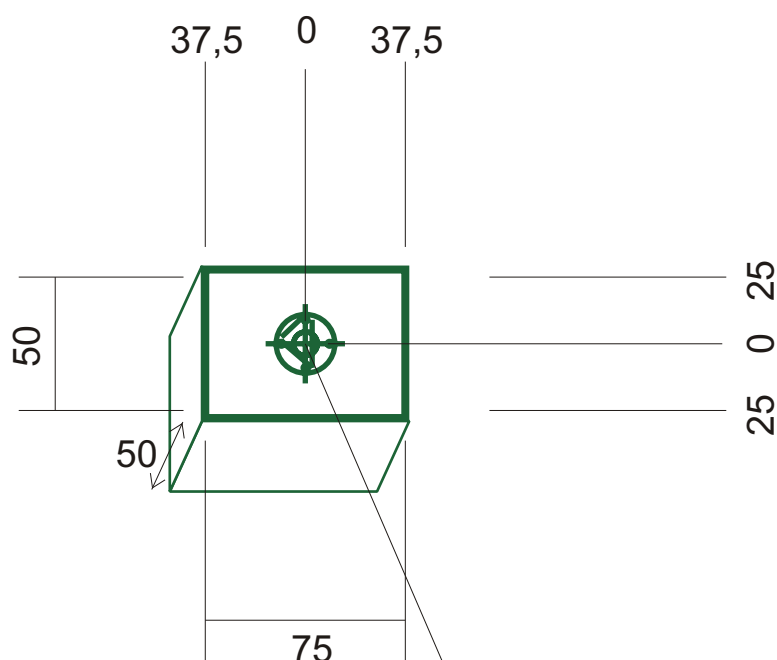


Setting Out Point  
Punkt odniesienia  
Point de Référence  
Punto de referencia  
Bezugspunkt



Concrete pad  
Fundament betonowy  
Dalle béton  
Solera de Hormigón  
Beton Bodenplatte

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

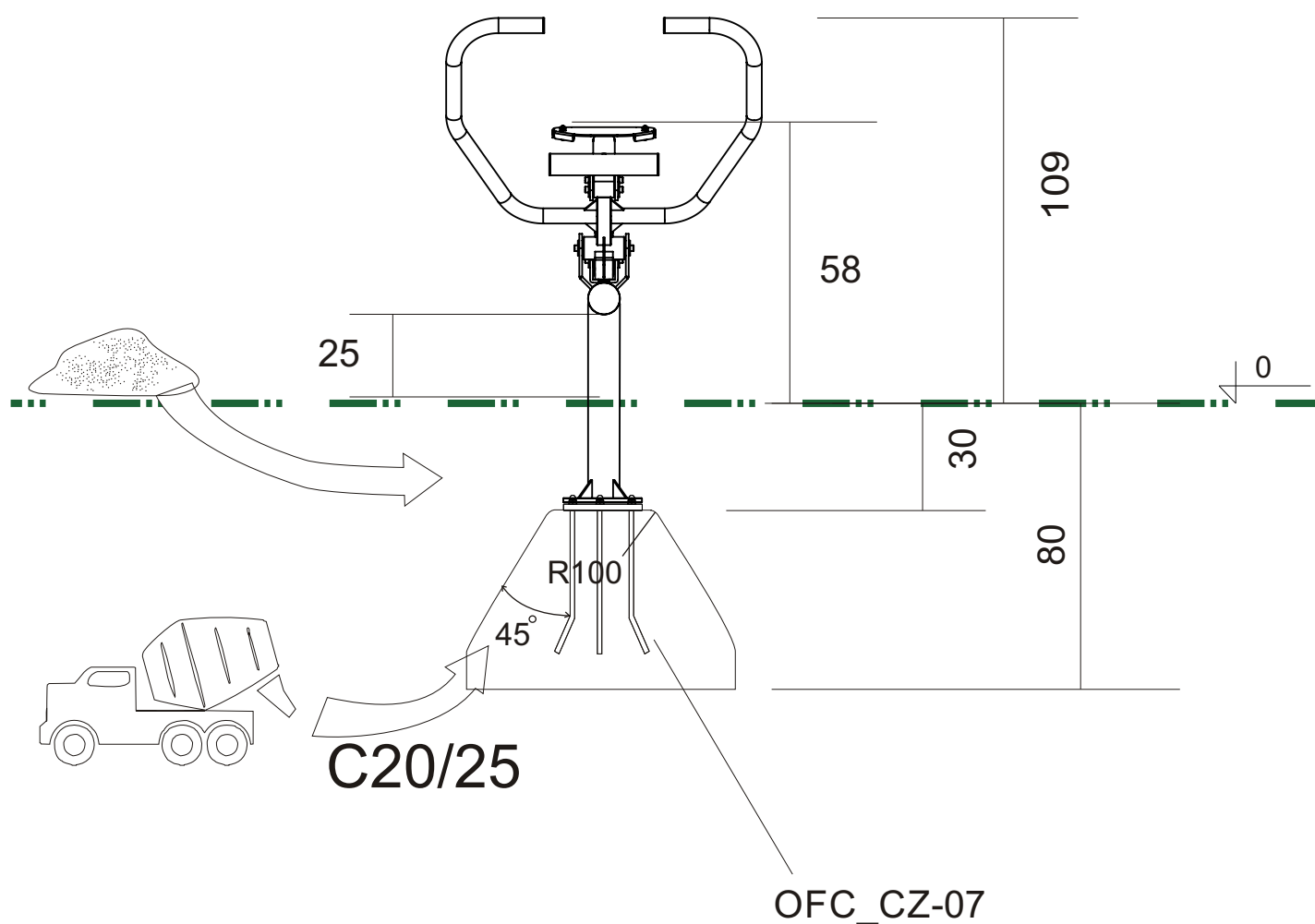


Setting Out Point  
Punkt odniesienia  
Point de Référence  
Punto de referencia  
Bezugspunkt


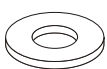



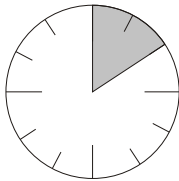
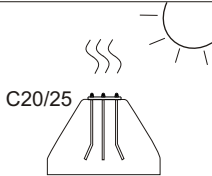
# OF2-13 Wioślarz



Footing plan  
Plan fundamentowania  
Implanation  
Implanación  
Fundamentplan



Zalecamy dokręcać śruby fundamentowe kluczem z regulowaną siłą dokręcania.

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

STARMAX Marek Starczewski  
Outdoor Fitness Center  
ul. Rycerska 3,  
83-050 Bąkowo k. Gdańska



[www.outdoorfitness.pl](http://www.outdoorfitness.pl)



Spare parts  
Części zamienne  
Pièces de rechange  
Pezzi di ricambio  
Ersatzteile

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

Nr Elementu	Numer części	Opis	Ilość
1	Korbowód przedni Kompletny		1
2	Rama dolna		1
3	Korbowód tylni		1
4	Rama gorna		1
5	Odbojnik	D 50/20 /60 irh	2
6	Siedzisko		1
7	Gb_socket_type7 M10x20-n		4
8	Gb_special_type18 M10-n		4
9	Podkładka	Podkładka 11x42x4	8
10	Gb_fastener_screws_Hshcs m10x20-n		8
11	Okucie m10 78mm		3
12	Walek 30mm	Walek 30x136 h11	1
13	Din 625 - 6006 - 14,de,nc,14_68	Łożysko din 625	2
14	Podkładka dystansowa Łożyska	Podkładka 42x31x4	2

