

1. Budowa siłowni zewnętrznej do ćwiczeń fitness

Wszystkie zamontowane urządzenia fitness muszą spełniać wymagania jakości i bezpieczeństwa zawarte w normie PN-EN 16630: 2015 z dnia 10.06.2015 roku. Siłownia plenerowa przeznaczona jest dla osób dorosłych i młodzieży powyżej 14 roku życia lub o wzroście powyżej 140 cm. Siłownia zewnętrzna służyć będzie do wykonywania ćwiczeń fizycznych przez użytkowników bez nadzoru i pomocy z zewnątrz.

Zaprojektowano urządzenia siłowni zewnętrznej składające się z następujących elementów:

1. Jeździec 1szt.
2. Narty 1szt.
3. Biegacz 1szt.
4. Drabinka i podciąg 1szt.
5. Rower 1szt.
6. Orbitrek 1szt.

Przy wejściu do strefy siłowni zewnętrznej zaprojektowano także tablicę informacyjną z regulaminem siłowni.

Elementy wyposażenia siłowni plenerowej są to obiekty o konstrukcji prostej, które nie wymagają wykonywania obliczeń przewidzianych dla konstrukcji nośnych. Konstrukcja fundamentów jest określana przez producenta urządzeń i dostarczana jako komplet wraz z urządzeniami. Urządzenia kotwione w podłożu przy pomocy wylewanego fundamentu betonowego (beton klasy C16/20), możliwe jest również stosowanie fundamentów w postaci elementów prefabrykowanych w zależności od wytycznych producenta.

Montaż urządzeń zgodnie z wytycznymi producenta urządzeń lub zgodnie z obowiązującymi normami należy przeprowadzić w następujący sposób :

- wytyczyć w terenie- usytuować
- wyznaczyć punkty podparcia urządzeń
- w punktach podparcia wykopać doły fundamentowe o głębokości min.60 cm.
- w wykopanych otworach umieścić stalowe stelaże/pionowe elementy wraz z przykręconymi kotwami oraz elementami niezbędnymi do poprawnego ustawienia urządzenia/.
- wypoziomować urządzenie
- doły fundamentowe zalać betonem (beton klasy C16/20) w taki sposób aby szczelnie przykryć kotwę , a wysokość wylewki betonowej powinna kończyć się 20 cm pod powierzchnią gruntu.
- gdy beton stężeje należy przykryć do stelaża elementy podstaw urządzeń
- po zamontowaniu urządzenia należy jeszcze raz sprawdzić czy dokręcone są wszystkie śruby oraz czy konstrukcja urządzenia jest stabilna
- zamontowane urządzenie należy zabezpieczyć przed użytkowaniem do czasu uzyskania pełnej wytrzymałości przez beton /przynajmniej 2 tygodnie/.

Dane materiałowo-konstrukcyjne opisane w kartach technicznych produktów. Wokół powyższych urządzeń wykonać nawierzchnię trawiastą - zgodnie z pkt 2.5.2 niniejszej dokumentacji.

Wszystkie urządzenia muszą mieć tabliczki informujące o sposobie wykorzystania danego elementu wyposażenia i przestrzeganiu zasad bezpieczeństwa, trwale zamontowane i wykonane, które spełniają wymogi bezpieczeństwa.

Każde urządzenie posiada wytyczoną strefę bezpieczną. Przez strefę bezpieczną należy rozumieć strefę bezpieczną w przypadku upadku podczas ćwiczeń.

2. Budowa strefy relaksu

Projektuje się montaż urządzeń:

1. ławki - stelaż metalowy, siedzisko oraz oparcie drewniane; 4szt.
2. kosz metalowy z daszkiem montowany na stałe do podłoża, ocynkowany i malowany proszkowo poj. 35 l; 2szt.
3. stojak rowerowy metalowy i ocynkowany , pięciostanowiskowy; 1szt.
4. tablica z regulaminem placu zabaw - montowana na stałe do podłoża, konstrukcja metalowa zabezpieczona, podkład cynkowy, malowanie proszkowe; 1szt.
5. tablica z regulaminem siłowni zewnętrznej - montowana na stałe do podłoża, konstrukcja metalowa zabezpieczona, podkład cynkowy, malowanie proszkowe; 1szt.
6. tablica informacyjna OSA umieszczona przy głównym wejściu na teren obiektu. Wymiary tablicy nie powinny być mniejsze niż 60cm (h) x 80cm (s), tablica montowana na stałe do podłoża, konstrukcja metalowa zabezpieczona, malowanie proszkowe; 1szt.
7. stół do gry w piłkarzyki 1szt.
8. stół do gry w białkę 1szt.

Dane materiałowo-konstrukcyjne opisane w kartach technicznych produktów.

Wokół powyższych urządzeń wykonać nawierzchnię trawiastą. Konstrukcja fundamentów jest określana przez producenta urządzeń i dostarczana jako komplet wraz z urządzeniami. Montaż urządzeń, zgodnie z wytycznymi producenta urządzeń, należy przeprowadzić w następujący sposób :

- wytyczyć w terenie- usytuować
- wykopać otwory na fundamenty wg rysunku dla zamocowania elementów urządzenia (nasiąkliwość nie powinna przekraczać 5%, stopień mrozoodporności nie mniejszy niż F25, beton o wytrzymałości B15, możliwe jest również stosowanie fundamentów w postaci elementów prefabrykowanych).
- wstawić elementy mocujące do wykopów, podeprzeć trwale ustawiając elementy w pionie i poziomie, upewnić się czy znak poziomu podstawowego znajduje się równo z płaszczyzną zabawy,
- zalać betonem B15 i ukształtować wierzch fundamentu, następnie uzupełnić gruntem oraz nawierzchnią (wszystkie elementy mocujące urządzenie do fundamentu powinny być usytuowane min. 50 mm poniżej poziomu gleby czy innej użytej nawierzchni), przestrzeń w wykopie wokół stopy należy przed zabetonowaniem wypełnić pospółką i zagęścić poprzez ubijanie lub polewanie wodą,
- zabezpieczyć urządzenie przed użytkowaniem do czasu uzyskania przez fundament odpowiednich parametrów wytrzymałościowych, po tym okresie usunąć zabezpieczenia i przekazać urządzenie do użytkowania.

3. Nasadzenia

Na terenie OSA zaprojektowano:

1. drzewa liściaste: Klon czerwony (*Acer rubrum*) - 1 szt.

2. krzewy:

- *Salix purpurea* "Nana" wierzb purpurowa - 3 szt.;
- *Berberis thunbergii* - 4 szt.;
- *Spiraea cinerea* 'Grefsheim' tawuła szara- 4 szt.;
- *Spiraea japonica* 'Goldfeme' tawuła japońska - 3 szt.

Lp.	Podstawa	Opis i wyliczenia	j.m.	Poszcz.	Razem
1		Siłownia plenerowa			
1.1		Wypożyczenie			
1	d.1. kalk. własna	Dostawa i montaż urządzenia - rower	kpl.		
1		1	kpl.	1.000	
				RAZEM	1.000
2	d.1. kalk. własna	Dostawa i montaż urządzenia - Narty	kpl.		
1		1	kpl.	1.000	
				RAZEM	1.000
3	d.1. kalk. własna	Dostawa i montaż urządzenia - Orbitrek	kpl.		
1		1	kpl.	1.000	
				RAZEM	1.000
4	d.1. kalk. własna	Dostawa i montaż urządzenia - Drabinka i podciąg	kpl.		
1		1	kpl.	1.000	
				RAZEM	1.000
5	d.1. kalk. własna	Dostawa i montaż urządzenia - Jeździec	kpl.		
1		1	kpl.	1.000	
				RAZEM	1.000
6	d.1. kalk. własna	Dostawa i montaż urządzenia - Biegacz	kpl.		
1		1	kpl.	1.000	
				RAZEM	1.000
7	d.1. kalk. własna	Dostawa i montaż urządzenia - tablica z regulaminem siłowni zewnętrznej - montowana na stałe do podłoża, konstrukcja metalowa zabezpieczona, podkład cynkowy, malowanie proszkowe	kpl.		
1		1	kpl.	1.000	
				RAZEM	1.000
2		Strefa relaksu			
2.1		Wypożyczenie			
8	d.2. kalk. własna	Dostawa i montaż urządzenia - ławki - stelaż metalowy, siedzisko oraz oparcie drewniane	kpl.		
1		4	kpl.	4.000	
				RAZEM	4.000
9	d.2. kalk. własna	Dostawa i montaż urządzenia -kosz metalowy z daszkiem montowany na stałe do podłoża, ocynkowany i malowany proszkowo poj. 35 l	kpl.		
1		2	kpl.	2.000	
				RAZEM	2.000
10	d.2. kalk. własna	Dostawa i montaż urządzenia - stojak rowerowy metalowy i ocynkowany , pięciostanowiskowy	kpl.		
1		1	kpl.	1.000	
				RAZEM	1.000
11	d.2. kalk. własna	Dostawa i montaż urządzenia - tablica informacyjna OSA umieszczona przy głównym wejściu na teren obiektu. Wymiary tablicy nie powinny być mniejsze niż 60cm (h) x 80cm (s), tablica montowana na stałe do podłoża, konstrukcja metalowa zabezpieczona, malowanie pr	kpl.		
1		1	kpl.	1.000	
				RAZEM	1.000
12	d.2. kalk. własna	Dostawa i montaż urządzenia - stół do gry w piłkarzyki	kpl.		
1		1	kpl.	1.000	
				RAZEM	1.000
13	d.2. kalk. własna	Dostawa i montaż urządzenia - stół do gry w chińczyka	kpl.		
1		1	kpl.	1.000	
				RAZEM	1.000
3		Nasadzenia			
14	KNR 2-11	Sadzenie drzew w terenie płaskim. Dół o średnicy x głębokość 0.50x0.50 m w gruncie kat. I-II - Klon czerwony (Acer rubrum)	szt.		
d.3	0604-07	1	szt.	1.000	
				RAZEM	1.000

Lp.	Podstawa	Opis i wyliczenia	j.m.	Poszcz.	Razem
15	KNR 2-11 d.3 0604-01	Sadzenie krzewów w terenie płaskim. Dół o średnicy x głębokość 0.35x0.35 m w gruncie kat. I-II - Salix purpurea "Nana" wierzba purpurowa	szt.		
		3	szt.	3.000	
				RAZEM	3.000
16	KNR 2-11 d.3 0604-01	Sadzenie krzewów w terenie płaskim. Dół o średnicy x głębokość 0.35x0.35 m w gruncie kat. I-II - Berberis thunbergii	szt.		
		4	szt.	4.000	
				RAZEM	4.000
17	KNR 2-11 d.3 0604-01	Sadzenie krzewów w terenie płaskim. Dół o średnicy x głębokość 0.35x0.35 m w gruncie kat. I-II - Spiraea cinerea 'Grefsheim' tawuła szara	szt.		
		4	szt.	4.000	
				RAZEM	4.000
18	KNR 2-11 d.3 0604-01	Sadzenie krzewów w terenie płaskim. Dół o średnicy x głębokość 0.35x0.35 m w gruncie kat. I-II - Spiraea japonica 'Goldfleme' tawuła japońska	szt.		
		3	szt.	3.000	
				RAZEM	3.000