

SPECYFIKACJA TECHNICZNA WYPOSAŻENIA SIŁOWNI I KLUBU FITNESS

Nazwa zadania: **Wypożenie siłowni i klubu fitness w Krobi**

Obiekt : Pomieszczenia siłowni i klubu fitness w Krobi, 63-840 Krobia
ul. Zwierzyckiego 1.

Inwestor : Gmina Krobia. 63-840 Krobia ul. Rynek 1

Kody CPV : 36400000-45, – Artykuły i sprzęt sportowy
28000000-2 – Gotowe wyroby i materiały

Opracował: Biuro Obsługi Budownictwa tech.bud. Andrzej Giszczynski
63-840 Krobia ul. Harcerska 6/8

Krobia, dnia 15 sierpnia 2011 r.

Szczegółowa specyfikacja wykonania i odbioru robót budowlanych

SPIS TREŚCI

ST – 01. Wymagania ogólne

1. Nazwa nadana zamówieniu przez Inwestora
 2. Przedmiot i zakres ST
 3. Zakres stosowania ST
 4. Zabezpieczenie interesów osób trzecich
 5. Ochrona środowiska
 6. Ochrona p-poż
 7. Materiały szkodliwe dla otoczenia
 8. Warunki bezpieczeństwa pracy
 9. Określenia podstawowe
 10. Wymagania dotyczące właściwości materiałów, urządzeń i sprzętów.
 11. Dokumenty do odbioru
 12. Dokumenty i odniesienia
1. SST – 02. Wyposażenie siłowni i klubu fitness

Ogólna specyfikacja techniczna

OST – 01. WYMAGANIA OGÓLNE

WYMAGANIA OGÓLNE

1. Nazwa nadana zamówieniu przez Inwestora

Specyfikacja Techniczna ST-01. - Wymagania Ogólne odnosi się do wymagań wspólnych dla poszczególnych wymagań technicznych dotyczących dostawy i montażu sprzętu w ramach zadania pt.:

WYPOSAŻENIE SIŁOWNI I KLUBU FITNESS W KROBI

lokalizacja – 63-840 Krobia ul. Zwierzyckiego 1

2. Przedmiot i Zakres objęty ST

2.1. Przedmiot ST

Przedmiotem będących tematem niniejszego opracowania jest specyfikacja techniczna na dostarczenie i zamontowanie sprzętów i urządzeń do wyposażenia siłowni i klubu fitness w Krobi.

2.2. Zakres ST:

- Dostarczenie sprzętów i urządzeń sportowych
- Zamontowanie oraz zmontowanie sprzętów i urządzeń sportowych w pomieszczeniach siłowni i klubu fitness
- Wykonanie prób technicznych zamontowanego i dostarczonego sprzętu

3. Zakres stosowania ST

3.1. Wymagania ogólne należy rozumieć i stosować w powiązaniu z niżej wymienionymi Specyfikacjami Technicznymi:

SST - 02. - Wyposażenie siłowni i klubu fitness

3.2. Niezależnie od postanowień Warunków Szczególnych normy państwowe, instrukcje i przepisy wymienione w Specyfikacjach Technicznych będą stosowane przez Wykonawcę w języku polskim.

4. Zabezpieczenie interesów osób trzecich

Wykonawca odpowiada za ochronę instalacji takich jak: rurociągi, kable itp. oraz stan techniczny posadzek i innych elementów będących na wyposażeniu obiektu w czasie montowania dostarczonych sprzętów i urządzeń.

O fakcie przypadkowego uszkodzenia tych instalacji Wykonawca bezzwłocznie powiadomi Inspektora nadzoru i Inwestora dostarczając wszelkiej pomocy potrzebnej przy dokonywaniu napraw. Wykonawca będzie odpowiadać za wszelkie spowodowane przez jego działania uszkodzenia instalacji i wyposażenia na powierzchni siłowni i klubu fitness.

5. Ochrona środowiska

Wykonawca ma obowiązek znać i stosować w czasie prowadzenia Robót wszelkie przepisy dotyczące ochrony środowiska naturalnego.

6. Ochrona przeciwpożarowa

Wykonawca będzie przestrzegać przepisów ochrony przeciwpożarowej.

Wykonawca będzie utrzymywać sprawny sprzęt przeciwpożarowy jeśli taki jest wymagany przepisami prawa w trakcie wykonywanych robót i czynności objętych zakresem zadania.

Szczegółowa specyfikacja wykonania i odbioru robót budowlanych

Materiały łatwopalne będą składowane w sposób zgodny z odpowiednimi przepisami i zabezpieczone przed dostępem osób trzecich.

Wykonawca będzie odpowiedzialny za wszelkie straty spowodowane pożarem wywołanym jako rezultat realizacji Robót albo przez personel Wykonawcy.

7. Materiały szkodliwe dla otoczenia

Materiały, które w sposób trwały są szkodliwe dla otoczenia, nie będą dopuszczone do użycia. Nie dopuszcza się użycia materiałów wywołujących szkodliwe promieniowanie o stężeniu większym od dopuszczalnego, określonego odpowiednimi przepisami.

Jeżeli Wykonawca użył materiałów szkodliwych dla otoczenia zgodnie ze Specyfikacjami, a ich użycie spowodowało jakiegokolwiek zagrożenie środowiska, to konsekwencje tego poniesie Wykonawca.

8. Warunki bezpieczeństwa pracy.

Wykonawca ma obowiązek znać przepisy dotyczące bezpieczeństwa i higieny pracy zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Infrastruktury z dnia 23 czerwca 2003 roku w sprawie informacji dotyczącej bezpieczeństwa i ochrony zdrowia oraz planu bezpieczeństwa i ochrony zdrowia.

9. Określenia podstawowe

Zamawiający/Inwestor – Gmina Krobia. 63-840 Krobia ul. Rynek 1

Wykonawca – zwycięzca przetargu na wyposażenie siłowni i klubu fitness w Krobi.

Użytkownik – instytucja lub osoba wytypowana przez Inwestora do administrowania i użytkowania ośrodka

Inspektor – Inspektor Nadzoru Inwestorskiego wyznaczony przez Zamawiającego, upoważniona do nadzoru nad realizacją Robót i do występowania w jego imieniu w sprawach realizacji umowy.

Laboratorium – laboratorium badawcze, zaakceptowane przez Inwestora, niezbędne do przeprowadzenia wszelkich badań i prób związanych z oceną jakości materiałów oraz robót.

Materiały – wszelkie tworzywa, urządzenia i sprzęty niezbędne do wykonania zadania.

Księga Atestów - zebranie i logiczne ułożenie wszystkich atestów materiałów i urządzeń w języku polskim oraz zawierająca tłumaczenia na język polski jeśli wykonawcą jest podmiot zagraniczny . Stanowi to jeden z warunków odbioru zadania przez Inwestora od Wykonawcy.

Polecenie Inspektora – wszelkie polecenia przekazane Wykonawcy przez Inspektora dotyczące sposobu realizacji Robót lub innych spraw związanych z wykonaniem zadania.

Ślepy kosztorys – wykaz zamówienia z podaniem ich ilości (przedmiar) w kolejności technologicznej ich wykonania

ST – Specyfikacje techniczne wykonania i odbioru robót

10. Wymagania dotyczące właściwości materiałów, urządzeń i sprzętów.

Stosowane urządzenia i materiały powinny posiadać stosowne atesty do ich zastosowania.

Obowiązkiem Wykonawcy jest zebranie i logiczne ułożenie wszystkich atestów zgodnie z ustalonymi założeniami.

Jakość materiałów i urządzeń powinna umożliwiać ich długotrwałe użytkowanie oraz zapewnić bezpieczeństwo użytkownikom.

Wszystkie materiały, urządzenia i sprzęty powinny posiadać dopuszczenie do stosowania na terenie Polski oraz stosowne atesty PZH i ITB lub zharmonizowane z państw Unii Europejskiej wg potrzeb.

11. Dokumenty do odbioru ostatecznego

Podstawowym dokumentem do dokonania odbioru dostarczonych i zamontowanych urządzeń i sprzętów jest protokół odbioru sporządzony wg wzoru ustalonego przez Zamawiającego.

Do odbioru ostatecznego Wykonawca jest zobowiązany przygotować następujące dokumenty:

1. Księga atestów

2. Dokumenty zainstalowanego wyposażenia z instrukcjami obsługi i gwarancjami w języku polskim .

Szczegółowa specyfikacja wykonania i odbioru robót budowlanych

12. Dokumenty i odniesienia prawne:

- aprobaty techniczne okazane przez Wykonawcę
- instrukcje producentów sprzętu, maszyn, materiałów i wyrobów
- Specyfikacja Istotnych Warunków Zamówienia
- umowa z Inwestorem
- Dz.U.03.207.2016 ustawa "Prawo budowlane" z 7.07.1994r z późn. zm. i powiązane rozporządzenia
- Dz.U.02.166.1360 ustawa "O systemie oceny zgodności" z 30.08.2002r i powiązane rozp.
- Dz.U.02.169.1386 ustawa "O normalizacji" z 12.09.2002r. z późn. zm. i powiązane rozp.
- Dz.U.03.169.1650 rozporządzenie Min. Pracy i Opieki Socjalnej z 26.09.1997 w sprawie ogólnych przepisów bezpieczeństwa i higieny pracy
- Dz.U.01.62.627 ustawa "Prawo ochrony środowiska" z 27.04.2001r z późn. zm. i powiązane rozp.
- Dz.U.01.62.628 ustawa "O odpadach" z 27.04.2001r z późn. zm. i powiązane rozp.
- Dz.U.02.147.1229 ustawa "O ochronie przeciwpożarowej" z 24.08.1991r z późn. zm. i powiązane rozp.
- Dz.U.03.153.1504 ustawa "Prawo energetyczne" z 10.04.1997r z późn. zm. i powiązane rozp.
- Dz.U.00.80.904 ustawa "O prawie autorskim i prawach pokrewnych" z 4.02.1994r z późn. zm. I powiązane rozp.
- ustawa "Kodeks pracy" z 26.06.1974r z późn. zm. i powiązane rozp.
- normy polskie, branżowe i europejskie zharmonizowane

Szczegółowa specyfikacja techniczna

SST – 02. WYPOSAŻENIE SIŁOWNI I KLUBU FITNESS

2.1. Wstęp

2.1. Przedmiot SST.

Przedmiotem niniejszej szczegółowej specyfikacji technicznej (SST) są wymagania dotyczące dostarczenia i zamontowania wyposażenia siłowni i klubu fitness.

2.2. Zakres stosowania SST.

Specyfikacja Techniczna stosowana jest jako dokument przetargowy i kontraktowy przy zleceniu i realizacji zadania wymienionego w punkcie 1.1

2.3. Zakres robót objętych SST.

Ustalenia zawarte w niniejszej specyfikacji dotyczą dostarczenia i zamontowania wyposażenia siłowni i klubu fitness

2.4. Określenia podstawowe

Podane określenia są zgodne z obowiązującymi odpowiednimi normami i definicjami podanymi w SST 01 „Wymagania ogólne ”

2.5. Ogólne wymagania .

Wykonawca jest odpowiedzialny za jakość wykonania robót i zamontowanych sprzętów oraz wyposażenia..

3. Materiały – rodzaj maszyn i wyposażenia siłowni i klubu fitness

3.1. Bieżnia klubowa fitness z wznoszeniem i treningiem sterowanym przeznaczona do użytku intensywnego.

Opis: Bieżnia klubowa o konstrukcji aluminiowo-stalowej z przeciw-udarowym pokryciem epoksydowym.

- moc min. 3 KM
- zasilanie 230V 50 Hz
- prędkość 0,8-23,0 km/h
- ustawienie kąta nachylenia 0 – 15 %
- wyświetlacz: czas, prędkość, średnia prędkość, dystans, kalorie, tempo, średnie tempo, puls, kąt nachylenia
- profile: Sprint (program sterowany prędkością i kątem nachylenia), Fat Bumer (program sterowany prędkością i kątem nachylenia), Muscle Toner (program sterowany kątem nachylenia) 5 km bieg (program sterowany kątem nachylenia), Pacer, Manual,, 4 HRT (odchudzanie, Cardio, Interwały, wysiłek)
- programy użytkownika: 5
- programy HRC sterowane tętnem: 4
- przyciski szybkiego wyboru prędkości i tępa
- amortyzacja: 8 zmienny amortyzator
- pomiary pulsu: sensory dotykowe lub pas telemetryczny
- bieżnia nieskładana
- rolki transportowe
- max waga ćwiczącego 180 kg
- prędkość liniowa w km/h

Szczegółowa specyfikacja wykonania i odbioru robót budowlanych

- 3.2. Maszyna klubowa eliptyczna z treningami strefowymi, interwałowymi i testami fitness
Opis: maszyna do intensywnego użytkowania o napędzie generatorowym zapewniającym cichą i płynną pracę. Sterowanie przyciskami umożliwiającymi zmianę długości kroku i obciążenia bez przerywania ćwiczeń. Zintegrowany 3 stopniowy wentylator. Konsola z ekranem dotykowym. Amortyzowane platformy zapewniające skuteczną amortyzację kroków.
- pomiar pulsu: dotykowy oraz telemetryczny
 - poręcz górna: ruchome z ergonomicznym uchwytem
 - zmiana obciążenia w ramionach
 - system oporu i hamowania elektromagnetyczny
 - wyświetlane parametry: czas, dystans, kalorie, prędkość, tempo, puls
 - programy ćwiczeń z 4 poziomami trudności
 - test fitness
 - test HRC
- 3.3. Rower treningowy klubowy – pionowy
Opis: Rower treningowy do intensywnego użytku klubowego z dotykowym ekranem z oparciem na przedramiona ze zmianą obciążeń ramion, napęd elektromagnetyczny z czujnikami pomiaru pulsu dotykowymi i telemetrycznymi, z regulacją siodełka, wyświetlane parametry: czas, dystans, kalorie, prędkość, tempo, puls, poziom oporu, profil treningu
- poziomy obciążenia : min 25
 - wybór programów, szybka zmiana programów
 - wentylator
 - max waga użytkownika 185 kg
 - wbudowany moduł przesyłu danych
 - pedały zabezpieczone paskami
- 3.4. Maszyny siłowe klubowe – Chest Press, Abduction, Adduction, Leg Extension, Leg Press
Opis: możliwość wykonywania naturalnych ruchów, regulowana dźwignia pozwalająca na kontrolę zakresu ruchów, sprężyny gazowe ułatwiające dokonywanie ustawień i dopasowanie maszyn do własnych potrzeb, łatwe do odczytania instrukcje ilustrujące prawidłowe użytkowanie i partie mięśni których dotyczy dane ćwiczenie, osłony pokryw i kół pasowych, uchwyty wykończone gumą odporną na wilgoć i przetarcia, regulowane położenia siedzeń i podparć, ręczki automatycznie się ustawiające tak aby dopasować do różnej długości przedramienia, podkładki obracające się z naturalnym łukiem ruchu, gumowe antypoślizgowe podkładki pod stopy, prawidłowe ustawienie uda podczas ćwiczeń, wzmocniona konstrukcja, minimalne tarcia, system wyciszenia ciężarków, profilowane poduszki zapewniające wysoki komfort i trwałość, mechanizmy maszyn zabudowane z systemem samo-smarowania.
- 3.5. Ławka treningowa siłowni klubowej pozioma
Opis: ławka olimpijska do wyciskania w poziomie, stabilna z obiciami zmywalnymi odpornymi na zniszczenia
- 3.6. Ławki siłowni klubowej – Arm.Curl Bench i Multi ad Bench
Opis: możliwość ustawienia podpórki pleców zarówno w poziomie jak też w pionie, szybka regulacja kąta nachylenia, obicia zmywalne odporne na zniszczenia, stabilna rama stalowa.
- 3.7. Stojak treningowy siłowni klubowej – Squat Rack
Opis: Stojak pod sztangę o szerokim zakresie regulacji umożliwiający wyciskanie z użyciem ławki jak i umożliwiający wykonywanie przysiadów z sztangą, stojak musi zapewniać dużą stabilność, bezpieczeństwo eksploatacji, estetykę wykonania, . Musi spełniać wymogi bezpieczeństwa w klasie A zgodnie z DIN EN 957-1/5.
- 3.8. Hantle od 2 do 20 kg ze stojakiem
Opis: Zestaw ogumowanych lub chromowanych par hantli w przedziale od 2 do 20 kg, co 1 kg.
Stojak na hantle zapewniający ciche ułożenie hantli o odpowiedniej wysokości do uchwycenia hantli o stabilnej konstrukcji.
- 3.9. Gryf sztangi olimpijskiej
opis: gryf z stali chromowanej o długości 2100 mm, prosty, z zmatowieniami na uchwytach. Średnica 50 mm, obciążenie do 350 kg z testem na 680 kg.
- 3.10. Obciążenia sztangi talerzowe – 315 kg

Szczegółowa specyfikacja wykonania i odbioru robót budowlanych

Opis: Obciążenia sztangi gumowane na gryf fi 50 mm z wyraźnymi opisami wagi

3.11. Zaciski sztangi olimpijskiej

Opis: zaciski sprężynowe chromowane.

3.12. Wieszak na obciążenia talerzowe sztangi

Opis: Stojak o bezpiecznej i stabilnej konstrukcji zapewniający ciche ułożenie obciążeń sztangi i gryfu.

Dane ogólne dotyczące wszystkich sprzętów, maszyn i urządzeń: każde urządzenie musi być zaopatrzone w instrukcję obsługi w języku polskim, muszą być bezpieczne w eksploatacji o wysokiej jakości i estetyce wykończenia, muszą spełniać wymogi bezpieczeństwa oraz normy europejskie w klasie A zgodnie z normą DIN EN 957-1/5 .