

# Up & Go

FSW228



Produktnummer FSW22800-0902	
<b>Allgemeine Produktinformation</b>	
Maße L x B x H	323x85x94 cm
Empfohlenes Alter	13+
Kapazität (Nutzer)	1
Farbauswahl	



Mehr Infos in der KOMPAN Fit App

Bei der Prüfung der Mobilitätsfähigkeiten älterer Menschen sind zwei der am häufigsten verwendeten Tests der Sit & Rise und der Up & Go-Test. Dieses Trainingsgerät ist speziell auf die Durchführung dieser beiden Tests ausgerichtet - und auf das Erreichen von Verbesserungen in den Tests. Die Schiene in der Mitte und der runde Handgriff am

Wendepunkt geben zusätzliche Sicherheit und Unterstützung, falls nötig. Das Sit & Rise-Training kann vom Sitz aus mit einer Hand, mit beiden Händen oder ohne Unterstützung durchgeführt werden. Für eine anspruchsvollere Übung kann das Stehen/Sitzen auch mit einer Hand als Stütze auf einem Bein durchgeführt werden. Der Up &

Go-Test kann auch als reine Übung durchgeführt werden. Aus der sitzenden Position geht man zum Wendepunkt und zurück. Um den Schwierigkeitsgrad zu erhöhen, kann dies mehrmals so schnell wie möglich durchgeführt werden.



# Up & Go

FSW228



Die Stange ist 1400 mm lang, mit einer Höhe von 940 mm und ist als Griff bei Übungen gedacht. Die Stange besteht aus feuerverzinktem Stahl mit einem Durchmesser von 38 mm und ist somit optimal für einen sicheren Halt und zur Unterstützung des Handgelenks geeignet.



Die HPL-Platte ist 586 mm x 586 mm groß und kann sich um 70 mm in alle Richtungen bewegen. Hochdruck-Laminatplatten (HPL) haben eine eingeformte rutschfeste Oberfläche. HPL ist ein homogenes Material mit einer sehr hohen Verschleißfestigkeit.



Das Informationsschild besteht aus PA6 (Polyamid) und zeigt die wichtigste Übung und einen QR-Code. Nach dem Scannen führt der QR-Code zu einer animierten Darstellung der Übung und bietet die Möglichkeit, die KOMPAN Sport & Fitness App herunterzuladen, die eine große Anzahl von Übungen und Workouts bietet.

Produktnummer FSW22800-0902

## Montage-Information

Max. freie Fallhöhe	0 cm
Fläche des Fallraums	19,6 m <sup>2</sup>
Gesamt-Montagezeit	2,7
Erforderlicher Erdaushub	0,11 m <sup>3</sup>
Betonbedarf	0,06 m <sup>3</sup>
Fundamenttiefe (Standard)	90 cm
Verwandgewicht	82 kg
Verankerungsoptionen	TV ✓ OFM ✓

## Garantie-Information

EcoCore HDPE	Lebenslang
Verzinkter Stahl	Lebenslang
Pfosten	10 Jahre
Ersatzteilgarantie	10 Jahre



Die Verbinder sind aus druckgegossenem Aluminium hergestellt, das speziell für den Außenbereich und starke Beanspruchung legiert ist. Die Schrauben zur Befestigung der Verbinder sind aus Edelstahl und durch Zink-Unterlegscheiben geschützt.



Die Pfosten sind aus Ø 101,6 x 2 mm, aus vorverzinktem Baustahl gefertigt und pulverbeschichtet, ein hervorragender Schutz bei allen Wetterbedingungen.

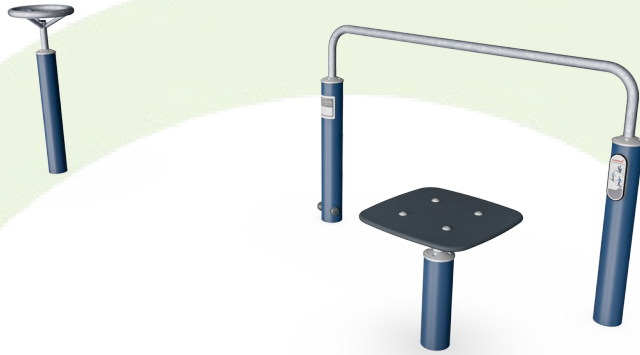


Alle KOMPAN Fitnessprodukte entsprechen den ASTM F3101 & EN16630 Outdoor Fitness Standards. Belastungstests werden als statischer Test durchgeführt, indem dynamische Faktoren sowie Sicherheitsfaktoren zu der spezifizierten Belastung von 78 kg pro Benutzer hinzugefügt werden. Ein für 1 Benutzer bestimmtes Produkt wird mit 420 kg belastet.



# Umweltdaten

FSW228



Von der Wiege bis zum Werkstor („cradle to gate“) (A1–A3)

CO <sub>2</sub> -Emissionen gesamt	CO <sub>2</sub> e pro kg	Recycelte Materialien	
kg CO <sub>2</sub> e	kg CO <sub>2</sub> e pro kg	%	
<b>FSW22800-0902</b>	108,20	2,07	60,73

Den allgemeinen Rahmen für diese Faktoren bilden die Umweltproduktdeklarationen (EPDs). Mithilfe dieser Grundregeln können die Umweltinformationen über den Lebenszyklus eines Produkts hinweg quantifiziert und Vergleiche zwischen Produkten, die dieselbe Funktion erfüllen, angestellt werden (vgl. ISO, 2006). Diese Struktur wird hier befolgt. Der Ansatz zur Lebenszyklusbewertung wird dabei auf die gesamte Herstellungsphase – vom Rohstoff bis zur Herstellung (A1–A3) – angewendet.

**Kompan A/S**  
C.F. Tietgens Boulevard 32C  
DK-5220 Odense SØ  
Denmark



Verification of CO<sub>2</sub> calculation of:  
**Fitness**



Data version no. 2023-10-05

The CO<sub>2</sub> calculation and data are in compliance with the principles of a carbon footprint impact according to the GHG protocol (Greenhouse Gas Protocol), Scope 3, cradle to gate related to all individual components in the product category: "Fitness" represented by item no.: FAZ10100-0900.

(Scope 3 emissions include emission sources in the upstream and downstream value chain).

**Date: 30. October 2023 | Valid until: 30. October 2025**

Verified by:

Julie Marie Vejsgaard Larsen, LCA & EPD Consultant

Verification based on report: Validation of CO<sub>2</sub> calculation of 9 categories of Kompan product line, version 1.0, prepared by: Bureau Veritas HSE, Denmark: Julie M. V. Larsen.

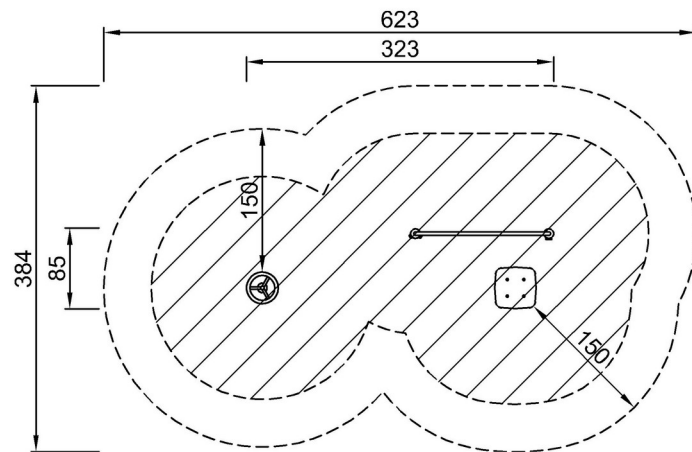
**Publication date: 30. October 2023**

By Bureau Veritas HSE  
www.bureauveritas.dk  
+45 7731 1000

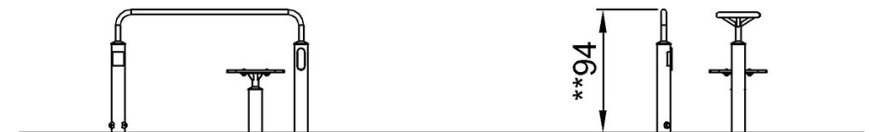


\* Max freie Fallhöhe | \*\* Gesamthöhe | \*\*\* Fläche des Fallraums

\* Max freie Fallhöhe | \*\* Gesamthöhe



FSW22800  
\*\*94cm  
\*\*\*19.6m<sup>2</sup>



FSW22800

[Klicken Sie hier, um die DRAUFSICHT anzuzeigen](#)

[Klicken Sie hier, um die SEITENANSICHT anzuzeigen](#)