

Sit-up Bank

FSW20302-0902

KOMPAN



Die Sit-up Bank bietet ein perfektes Training für die Rumpf- und Rückenmuskeln, indem sie Übungen wie Leg Lifts und Sit-Ups unterstützt. Einfache Griffe sorgen dafür, dass jeder die Übung korrekt ausführen kann. Die strapazierfähige Ekogrip®-Oberfläche bietet perfekten Halt, so dass die Bank als Sprungkasten für die Ausführung

verschiedener Step- und Sprungübungen bei allen Wetterbedingungen verwendet werden kann. Die Bank verfügt über ein übersichtliches Hinweisschild, das die Grundübung zeigt, und einen QR-Code. Über den QR-Code können sich die Nutzer mit der KOMPAN App verbinden, wo sie mehrere Übungen und Workouts für jedes Fitness-Level finden.

Produktnummer FSW20302-0902

Allgemeine Produktinformation

Masse L x B x H	155x90x94 cm
Empfohlenes Alter	13+
Kapazität (Nutzer)	1
Artikelfarbe	



Mehr Infos in der KOMPAN Fit App



Sit-up Bank

FSW20302-0902

KOMPAN



Die Pfosten bestehen aus Ø 101,6 x 2 mm starkem, bandverzinktem Stahl und sind pulverbeschichtet – ein hervorragender Schutz bei allen Wetterbedingungen.



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 Oberfläche besteht aus Ekogrip™ Platten, die aus 15 mm Polyethylen mit einer 3 mm dicken Deckschicht aus thermoplastischem Gummi bestehen. Die Ekogrip™ Platten haben einen rutschfesten Effekt für komfortables und sicheres Training bei allen Wetterbedingungen.

Produktnummer FSW20302-0902

Montage-Information

Max. freie Fallhöhe	63 cm
Fläche des Fallraums	14,2 m²
Gesamt-Montagezeit	2,7 stunden
Erforderlicher Erdaushub	0,11 m³
Betonbedarf	0,00 m³
Fundamenttiefe (Standard)	90 cm
Versandgewicht	66 kg
Verankerungsoptionen	TV ✓

Garantie-Information

Verzinkter Stahl	Lebenslang
Pfosten	10 Jahre
Verbindungen	10 Jahre
CircularHDPE	Lebenslang
Ersatzteilgarantie	10 Jahre



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.

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.

KOMPAN Fitnessprodukte sind standardmässig erhältlich in:
Signalorange (RAL2010), Anthrazitgrau (RAL7016), Telegrau 2 (RAL7046), Basaltgrau (RAL7012), Saphirblau (RAL5003), Lichtblau (RAL5012), Maisgelb (RAL1006), Signalrot (RAL3001), Tiefschwarz (RAL9005), Moosgrün (RAL6005), Limettengrün, Minzgrün (RAL6029), Beige (RAL1001), Nussbraun (RAL8011).
Alle anderen RAL-Farben sind auf Anfrage erhältlich. Es wird immer möglich sein, die





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

CO₂-
Emissionen
gesamt

kg CO₂e

CO₂e pro
kg

kg CO₂e pro
kg

Recycelte
Materialien

%

FSW20302-0902

154,93

3,59

50,52

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.



Independent review certificate

Kompan A/S
C. F. Tietgens Blvd. 32C, 5220 Odense SØ

Bureau Veritas hereby attests that the CO₂e-calculations (covering materials, processing, waste and transport) done by Kompan for “Fitness”, meet the requirements set by the listed standard.

Kompan A/S uses a selection of EPDs and emission factors from the Life Cycle Assessment database Ecoinvent 3.11. These values are reported as kg CO₂e, with all other impact categories excluded in line with the scope of ISO 14067:2018. The emission factors cover, material use, manufacturing processes, transport to Kompan, and electricity used during manufacturing. The presented emissions fall under GHG Protocol scope 3 emissions. Scope 1 and 2 are not presented. Scope 3 emissions include emission sources in the upstream value chain of a company, downstream emissions are excluded in this analysis.

Method: ISO 14067:2018 using GHG protocol guidance documents, reported as kg CO₂e.

Object

The verification has been done on the one pager “FAZ10100-0900” version: 27-10-2025. The supporting documentation “KOMPAN data_updated emissions factors_2025_V2” and “Emissions factors, EPD’s and ecoinvent 3.11_2025” was also reviewed and approved.

Declaration

The review has been completed as a critical review with a limited assurance. I hereby confirm that nothing has come to the reviewer’s attention which would lead to conclude that the study does not give an accurate depiction or isn’t completed following method of the CO₂e calculation, the requirements of ISO 14067:2018, and 14071:2024, in the above referenced documentation.

Note: This verification only covers calculation elements according to method described in ISO 14067:2018 and may not be seen as a Life Cycle Assessment according to ISO 14067:2018.

Ref.: Kompan_Verification report 2025, 28-10-2025
Date of certificate: 29-10-2025
Expire date: 29-10-2027

Verified by: Julie Marie Vejsgaard Larsen, Environmental Auditor

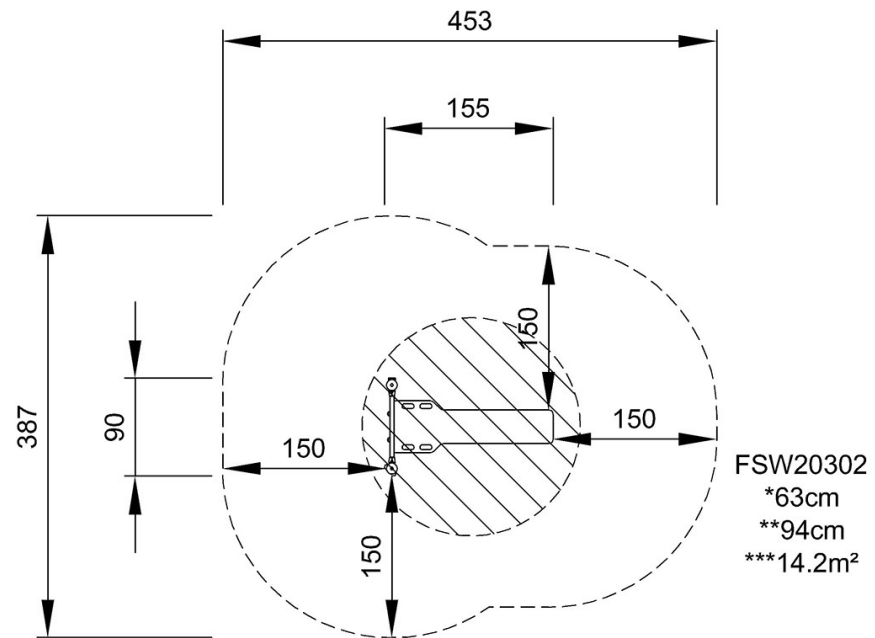
Signature:

Sit-up Bank

FSW20302-0902

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

* Max. freie Fallhöhe | ** Gesamthöhe



FSW20302

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

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