

# Podnośnik nóg i drążek do podciągania

FSW238

**KOMPAN**  
Let's play



Ten produkt gromadzi ogromną ilość ćwiczeń na metr kwadratowy dzięki połączeniu podnośnika nóg i drążka do podciągania. Leg Lift Station to doskonały sprzęt do ćwiczeń mięśni brzucha. Umożliwia użytkownikom ćwiczenie mięśni brzucha poprzez unoszenie nóg podczas trzymania się na krześle. Ćwiczenie w ten sposób angażuje wszystkie

mięśnie brzucha. Podciąganie na drążku jest istotną częścią treningu siłowego. Drążek do podciągania oferuje szereg ćwiczeń, z wieloma uchwytami do różnych pozycji dłoni. Umieszczając stopy na poziomych drążkach, początkujący mogą zmniejszyć masę ciała podczas podciągania się i przejść do zaawansowanego treningu. Aby upewnić się,

że każdy może dosięgnąć drążka do podciągania, znajduje się stopień.

Nr produktu FSW23800-0901

## Ogólne Informacje o Produkcie

Wymiary DxSzxW	117x110x240 cm
Grupa wiekowa	13+
Max. Ilość Osób	2
Dostępne kolory	



Zobacz więcej w aplikacji KOMPAN Fit



# Podnośnik nóg i drążek do podciągania

FSW238

**KOMPAN**  
Let's play



Łączniki wykonane są z aluminium odlewane pod ciśnieniem, specjalnie stapianego do warunków intensywnego użytkowania na wolnym powietrzu. Śruby ze stali nierdzewnej mocujące łączniki są chronione przez cynkowe kątowniki.



Znak informacyjny wykonany jest z PA6 (Poliamid) i pokazuje najważniejsze ćwiczenia wraz z kodem QR. Po zeskanowaniu kodu QR zostają wyświetlone animowane ilustracje ćwiczeń oraz możliwe jest pobranie aplikacji mobilnej KOMPAN sport & fitness, która zapewnia możliwość zapoznania się z wieloma ćwiczeniami i planami treningowymi.



Słupy o średnicy Ø101.6 x 2mm, wykonane są ze stali węglowej uprzednio galwanizowanej i malowane proszkowo co zapewnia idealną ochronę w każdych warunkach pogodowych.



Stopnie wykonane są z wytłaczanego aluminium z powierzchnią antypoślizgową. Aluminium ma wysoką odporność na korozję i zapewnia wytrzymałość produktu. Stopnie są zamontowane na 34,7cm oraz 54,7cm co stwarza łatwy dostęp do aktywności zamontowanych w górnych częściach.

The frame of the leg lift is made from Ø38 x 2mm HDG steel tube. The support plates are made from 15mm Ekogrip®, a 15 mm PE plate with a 3 mm top-layer of thermoplastic rubber with non-skid effect. The arm supports are 110 x 195mm, 580mm apart, and 1315mm above ground. The back support is 335 x 500mm. The opening in the back is 30 x 350mm.



The pull up bar is made from Ø32 mm HDG steel bar. The bar is 1080mm wide and 2300mm above ground

Nr produktu FSW23800-0901

## Informacje Dotyczące Instalacji

Max. wysokość upadku	132 cm
Strefa bezpieczeństwa	13,9 m²
Czas instalacji	3,8
Objętość wykopu	0,23 m³
Objętość betonu	0,12 m³
Głębokość podstawy (standardowa)	90 cm
Waga przesyłki	87 kg
Opcje kotwienia	W ziemi ✓ Powierzchnia ✓

## Informacje o Gwarancji

Wspornik	10 lat
EcoCore HDPE	Dożywotnia
Galw. Stal	Dożywotnia
Słup	10 lat
Części Zapasowe	10 lat



# Dane Dotyczące Zrównoważonego Rozwoju

FSW238



**Od wydobycia  
surowców do  
opuszczenia wytwórni  
A1–A3**

**Całkowita  
emisja  
CO<sub>2</sub>**

**CO<sub>2</sub>e na  
kg  
produktu**

**Materiały  
pochodzą  
ce z  
recyklingu**

kg CO<sub>2</sub>e

kg CO<sub>2</sub>e/kg

%

**FSW23800-0901**

142,36

2,50

53,62

Ogólne ramy stosowane dla tych czynników to Środowiskowa Deklaracja Produktu (EPD), która określa ilościowo "informacje środowiskowe dotyczące cyklu życia produktu i umożliwia porównywanie produktów spełniających tę samą funkcję" (ISO, 2006). W niniejszym dokumencie przyjęto strukturę i zastosowano podejście oceny cyklu życia w odniesieniu do całego etapu produktu, od surowców po produkcję (A1-A3).

## 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



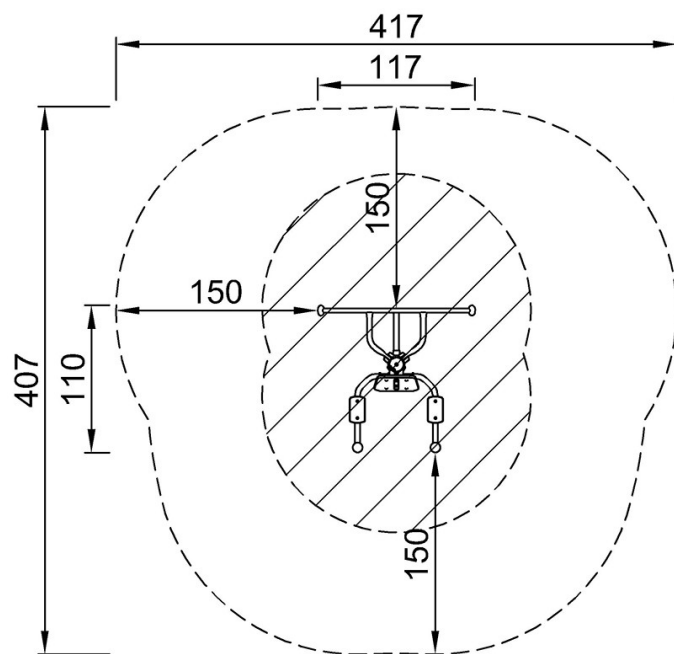
# Podnośnik nóg i drążek do podciągania

FSW238

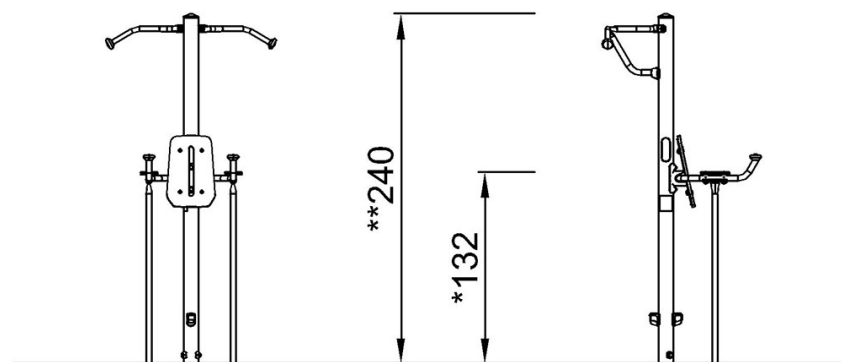
**KOMPAN**  
Let's play

\* Max Wys. Upadku | \*\* Wysokość | \*\*\* Strefa Bezpieczeństwa

\* Max Wys. Upadku | \*\* Max Wysokość



FSW23800  
\*132cm  
\*\*240cm  
\*\*\*13.9m<sup>2</sup>



FSW23800

[Kliknij, aby zobaczyć RZUT Z GÓRY](#)

[Kliknij, aby zobaczyć RZUT BOCZNY](#)