

TUFTEPARKEN®

Håndbok / Installasjonsguide

2023 - 2024

Leverandør:

Tufteparken AS
Saueveien 32

Org. Nr. 917 284 533

TLF: (+47) 95 83 79 94

post@tufteparken.no

Innhold

Introduksjon	3
Montering, veiledning og minstekrav	4
Fallhøyder	4
Krav til markoverflaten	4
Deler, utstyr og verktøy for sammenstilling og installasjon av apparat	5
Reservedeler	6
Minimum sikkerhetsavstander	6
TP-001 MULTIRACK	7
TP-002 TRIPPEL DIPSTATIV	7
TP-003 DIPSTATIV LAV / BRED	8
TP-004 MONKEYBAR LITEN	8
TP-005 MONKEYBAR STOR	9
TP-006 RIBBEVEGG	9
TP-007 ENKEL CHINS	10
TP-008 TRIPPEL LAV	10
TP-009 TRIPPEL HØY	11
TP-010 BENK LAV	11
TP-011 BENK HØY	12
TP-012 BENK SKRÅ	12
TP-020 ARMY	13
Forberedelse for montering av betongblokker	13
Teknisk klargjøring	13
Oppsummering betongfundament	14
Byggeteknikker	14
Montering av tverrstenger / tverrseksjoner i Tufteparken	15
Montering av apparater fra Tufteparken til betongfundament	16
Vedlikehold	16

Introduksjon

Informasjonstavler og anbefalt informasjon

Hvert apparat har et skilt med et minimum av informasjon. Dette bør være klart, varig og synlig plassert og aldri fjernes fra apparatet. Informasjonen inkluderer:

- a) Navn og adresse til Tufteparken AS;
- b) Utstyrsbeskrivelse og byggeår;
- c) Beskrivelse av øvelse med piktogram;
- d) Hovedfunksjon for apparatet;
- e) Sikkerhetsinformasjon.

Det er sterkt anbefalt at kunden kjøper området informasjonsskilt fra Tufteparken AS, eller på annen måte sikrer at følgende informasjon er synlig på vei inn i treningsparkområdet fra alle retninger:

1. Utstyret er for ungdom og voksne med en høyde på minst 140 cm.
2. Hovedtreningsanvisning for hvert apparat.
3. Vær sikker på egen medisinsk sikkerhet før bruk, slik som eksempel hjertesykdom.
4. Ved svingninger i dagsformen bør man passe på fare for overbelastning av kroppen.

Montering, veiledning og minstekrav

Fallhøyder

Alle Tufteparken apparater er ment for styrketrenings-aktivitet, og er innenfor grensen satt i EN 16630 på 3 meter. Se tabell 4 for fri fallhøyde.

Fallhøyder pr apparat:

Artikkelnr.:	Navn	Fallhøyde
TP-000	Tufteparken komplett sett (TP-001 – TP-009)	2950 mm
TP-001	Multirack	2950 mm
TP-002	Trippel Dipstativ	1450 mm
TP-003	Dipstativ lav / bred	1200 mm
TP-004	Monkeybar liten	2300 mm
TP-005	Monkeybar stor	2300 mm
TP-006	Ribbevegg	2550 mm
TP-007	Enkel Chins	2550 mm
TP-008	Trippel lav	1000 mm
TP-009	Trippel høy	2300 mm
TP-010	Benk lav	414 mm
TP-011	Benk høy	563 mm
TP-012	Benk skrå	1102 mm
TP-019	Dipstativ skrå	
TP-020	Army	550 mm
TP-021	Dekk flipp	

Krav til markoverflaten

For vedlikehold og kontroll av underlaget, råder Tufteparken AS til bare å bruke en type fallunderlag for alle apparater satt opp i en komplett treningspark.

Du kan bruke noen av materialene som er oppført 5-8 i tabell 3, nedenfor.

Tufteparken AS råder til bruk av fliset treverk (woodchip) som minimum overflatemateriale.

Som (figur i) viser, så bør overflatematerialet gå fra betongblokken og 400 mm opp til nivåmerket plassert på de vertikale rørene. *

NB: 40 cm er standard og gjelder for naturlige dekker. Ved kunstige dekker vil det være 10 cm.

Deler, utstyr og verktøy for sammenstilling og installasjon av apparat

Delene som inngår i apparatene fra Tufteparken for montering

Artikkelnr.	Navn	Lengde* og størrelse vertikale metallprofiler	Antall vertikale metallprofiler	Tverrrør / tverrseksjoner	Antall tverrrør / tverrseksjoner	Annet
TP-001	Multitrack	Lengde: 2950mm Metallprofil: 80x80x3	4	1900mm Ø	2 + 2	Enkle tverrstenger Tverrseksjoner
TP-002	Trippel Dipstativ	Lengde: 1450mm Metallprofil: 80x80x3	6	1900mm Ø	3	Enkle tverrstenger
TP-003	Dipstativ lav / bred	Lengde: 1200mm Metallprofil: 80x80x3	4	1700mm Ø	2	Enkle tverrstenger
TP-004	Monkeybar liten	Lengde: 2300mm Metallprofil: 80x80x3	2+1		1	Kommer med vertikal «stige» som er en egen del
TP-005	Monkeybar stor	Lengde: 2300mm Metallprofil: 80x80x3	4	1170mm Ø	1 + 1	Kommer med horisontal «stige» som er en egen del
TP-006	Ribbevegg	Lengde: 2550mm Metallprofil: 80x80x3	1 (2 føtter)			Leveres hel
TP-007	Enkel chins	Lengde: 2550mm Metallprofil: 80x80x3	2	1300mm Ø	1	Enkel tverrstang
TP-008	Trippel lav	Lengde: 1000mm Lengde: 800mm Lengde: 400mm Metallprofil: 80x80x3	2 1 1	1300mm Ø	3	Enkle tverrstenger
TP-009	Trippel høy	Lengde: 2300mm Lengde: 2100mm Lengde: 1900mm Metallprofil: 80x80x3	2 1 1	1300mm Ø	3	Enkle tverrstenger
TP-010	Benk lav	Lengde: Metallprofil: 80x80x3	4		1	Benkeplate
TP-011	Benk høy	Lengde: Metallprofil: 80x80x3	4		1	Benkeplate
TP-012	Benk skrå	Lengde: Metallprofil: 80x80x3	4		1 + 1	
TP-017	Skiltramme	Lengde: Metallprofil: 40x40x2	1 (2 føtter)			Leveres hel
TP-019	Dipstativ skrå					
TP-020	Army					

***NB: Alle lengder tar utgangspunkt i lengde over bakkenivå.**

- Ved gummidekke eller tilsvarende som underlag legges det til 10cm ekstra lengde
- Ved naturlig dekke (bark, sand o.l.) legges det til 40 cm ekstra lengde

Andre produkter som inngår i leveransen:

- M16x110mm bolter med skive og mutter.
- Informasjon og instruksjoner (dette dokumentet – digitalt distribuert)

NB! Følgende inngår ikke: (Må anskaffes av montør/entreprenør)

Kjemisk anker og tilbehør: List gjelder for Tufteparken komplett sett (9 apparater)

Dette er en anbefalt metode. Dersom entreprenør kjenner andre metoder som gir tilsvarende resultat kan man selvfølgelig benytte dette.

- Anker rod type HIT V F 5,8M12 L150 (bolt)
- Låsemutter M12 og skive
- 10 stk. kjemiske anker HIT MAX 150 33 ML (lim)
- Applikator for kjemisk anker
- Stålbørste
- Kompressor / Trykkluft for rengjøring av hullene
- Momentnøkkel med indikator
- Beskyttelsesbriller

Reservedeler

Plastplugg og RAL spray boks kan kjøpes ved å sende en bestilling til post@tufteparken.no.

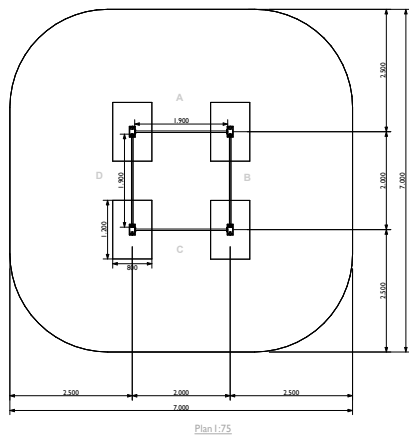
Minimum sikkerhetsavstander

Prikket område viser angir sikkerhetssone. Det svarte området indikerer apparatets posisjon.

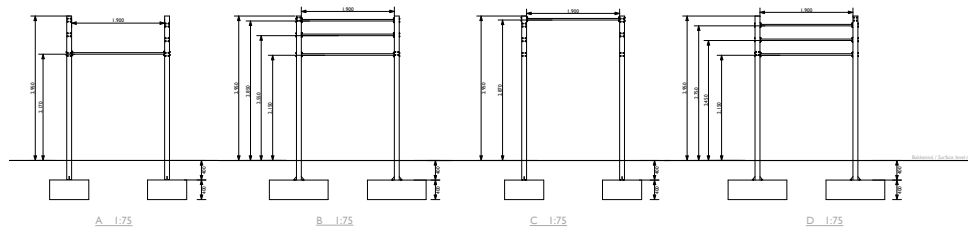
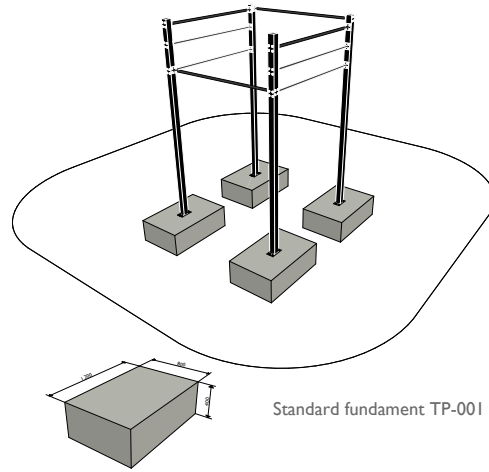
Se produktark på følgende sider.

TP-001 MULTIRACK

TP-001 MULTIRACK

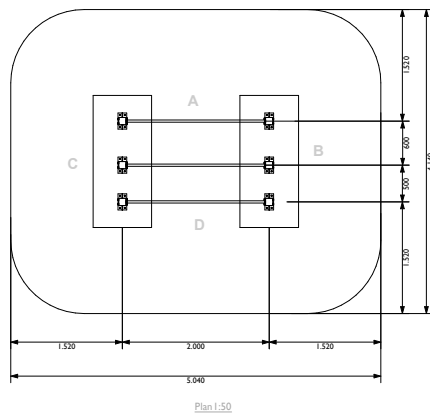


ARCHICAD EDUCATION VERSION

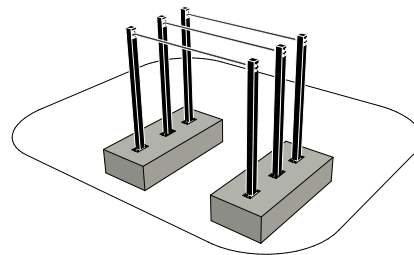


TP-002 TRIPPEL DIPSTATIV

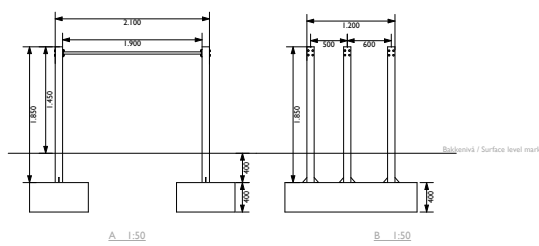
TP-002 TRIPPEL DIPSTATIV



ARCHICAD EDUCATION VERSION



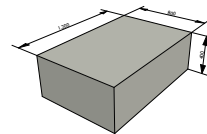
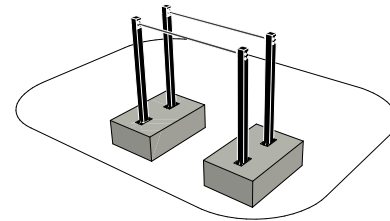
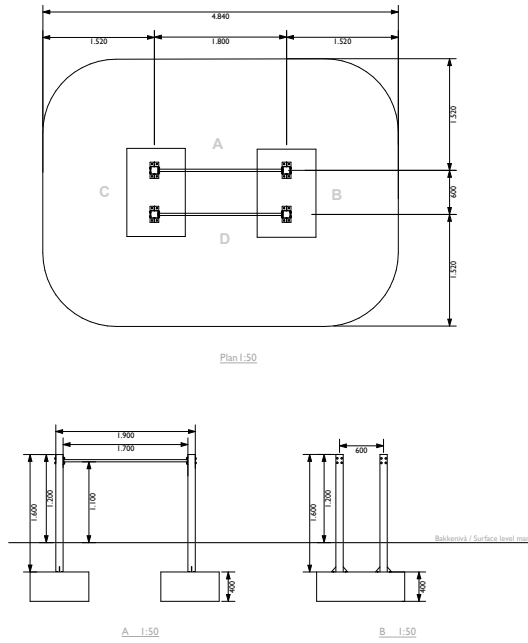
Standard fundament TP-002



TP-003 DIPSTATIV LAV / BRED

ARCHICAD EDUCATION VERSION

TP-003 DIPSTATIV LAV / BRED

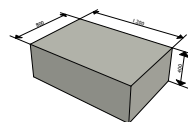
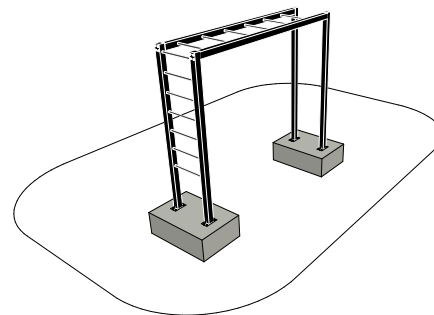
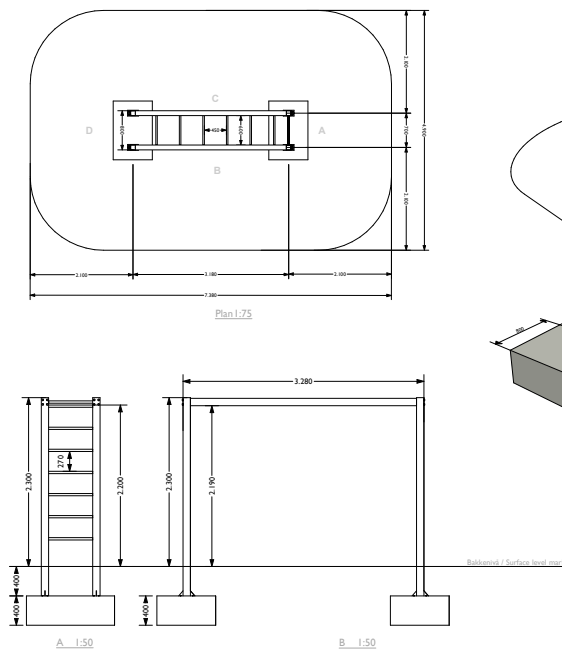


Standard fundament TP-003

TP-004 MONKEYBAR LITEN

ARCHICAD EDUCATION VERSION

TP-004 MONKEYBAR LITEN

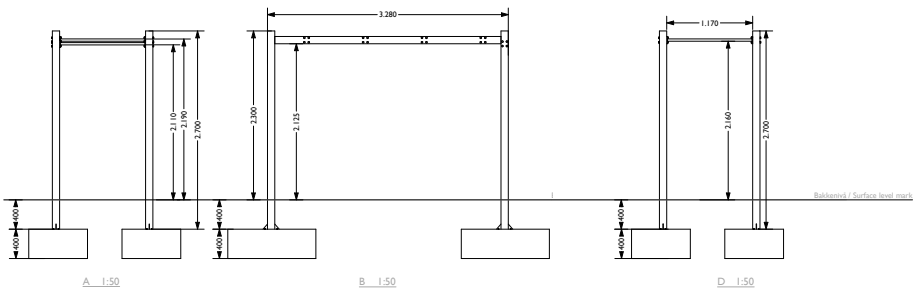
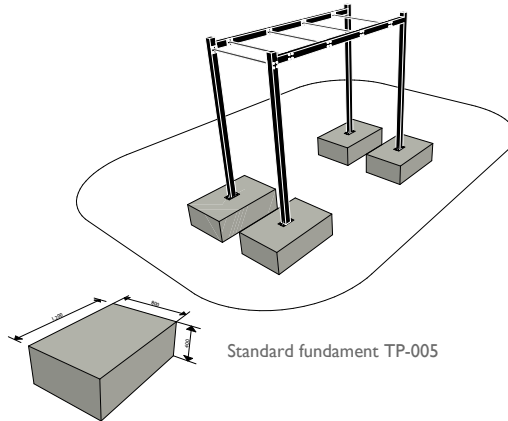
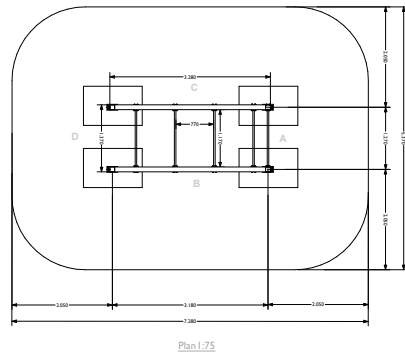


Standard fundament TP-004

TP-005 MONKEYBAR STOR

TP-005 MONKEYBAR STOR

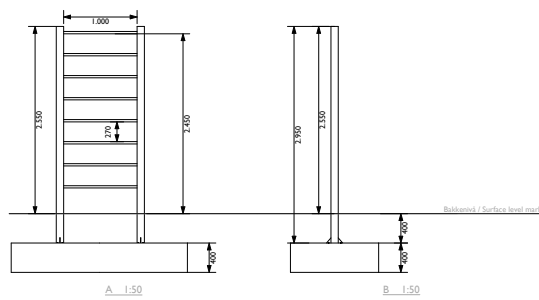
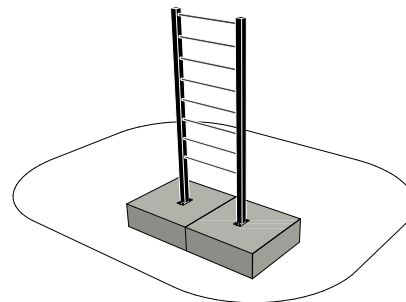
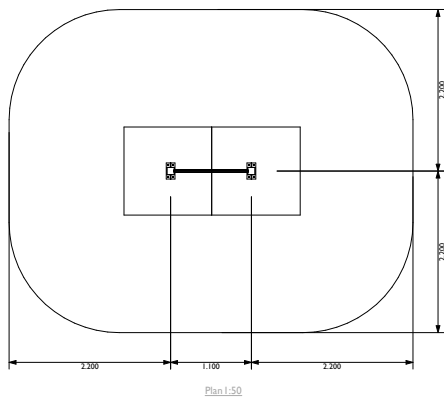
ARCHICAD EDUCATION VERSION



TP-006 RIBBEVEGG

TP-006 RIBBEVEGG

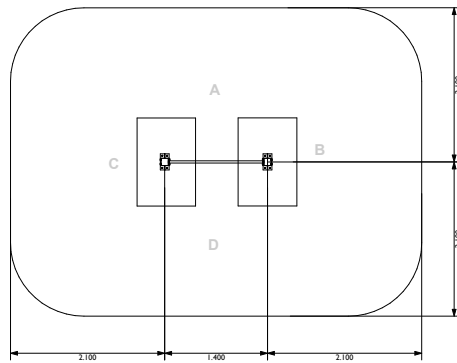
ARCHICAD EDUCATION VERSION



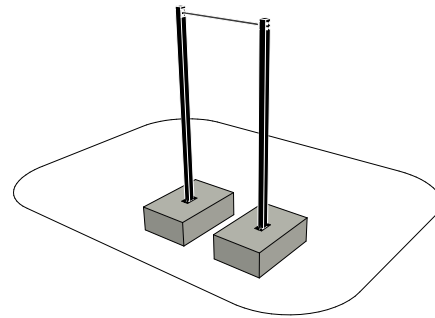
TP-007 ENKEL CHINS

ARCHICAD EDUCATION VERSION

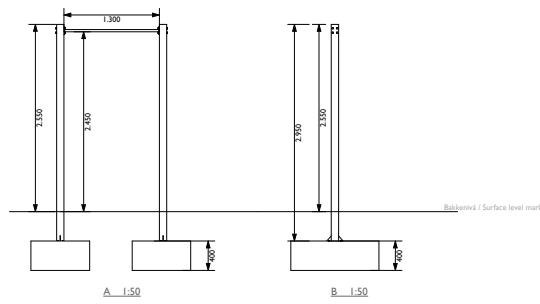
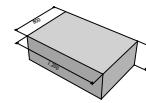
TP-007 ENKEL CHINS



Plan 1:50



Standard fundament TP-007



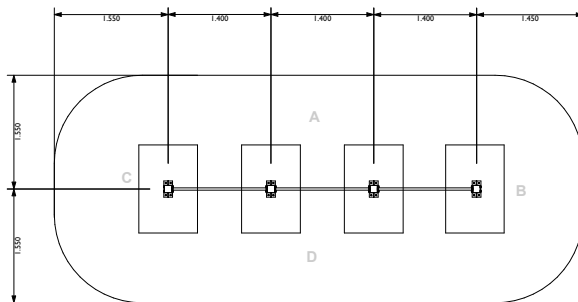
A 1:50

B 1:50

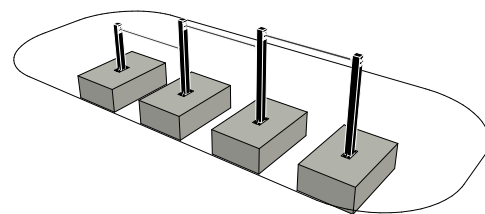
TP-008 TRIPPEL LAV

ARCHICAD EDUCATION VERSION

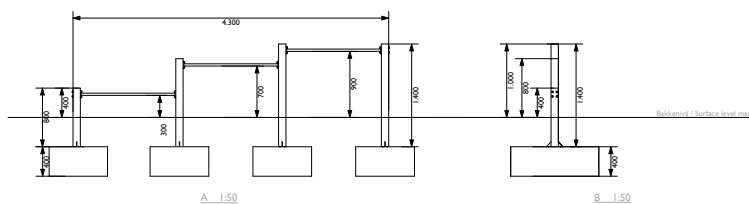
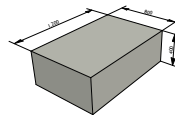
TP-008 TRIPPEL LAV



Plan 1:50



Standard fundament TP-008

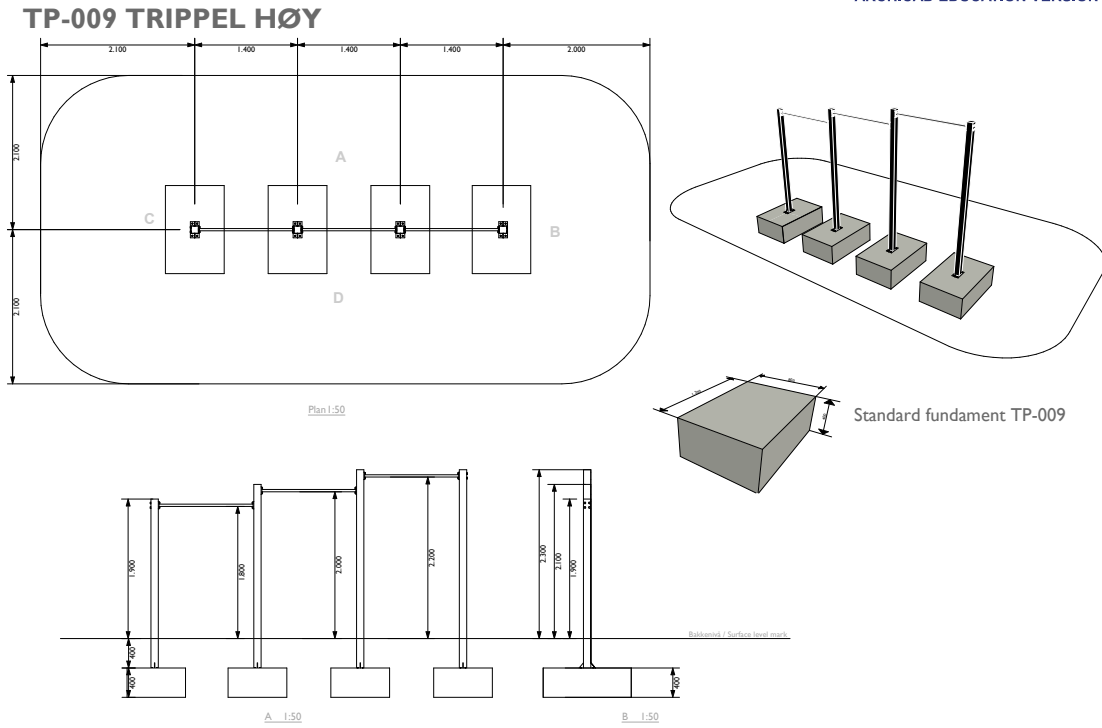


A 1:50

B 1:50

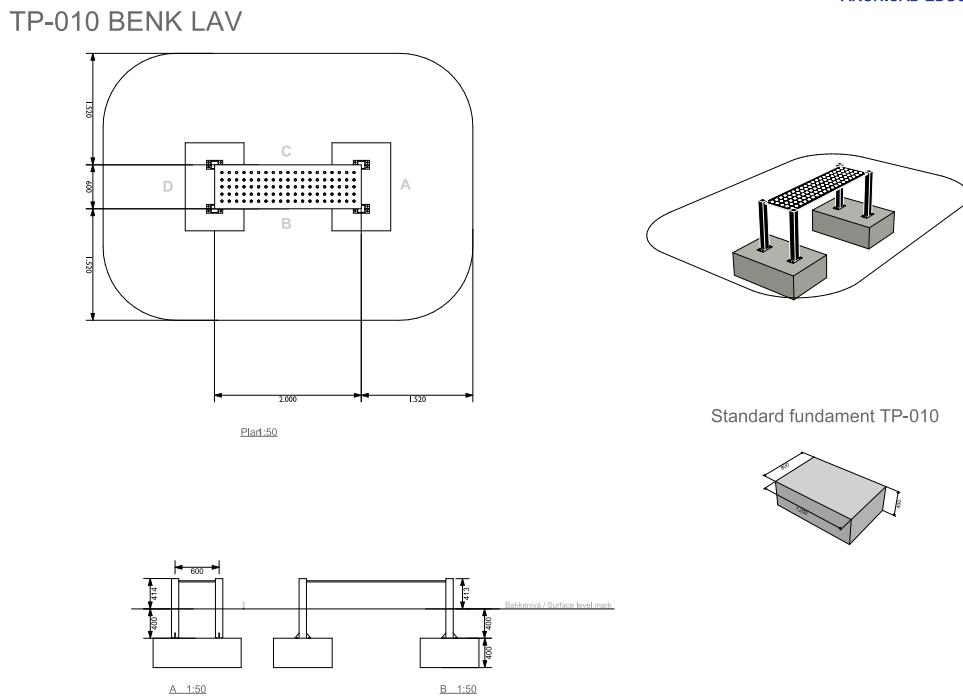
TP-009 TRIPPEL HØY

ARCHICAD EDUCATION VERSION



TP-010 BENK LAV

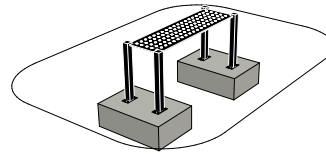
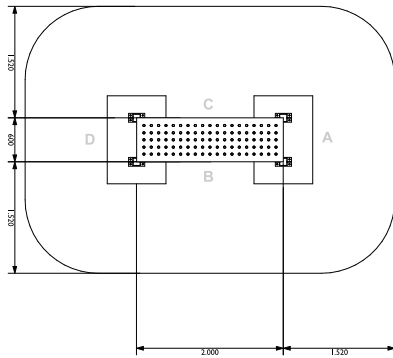
ARCHICAD EDUCATION VERSION



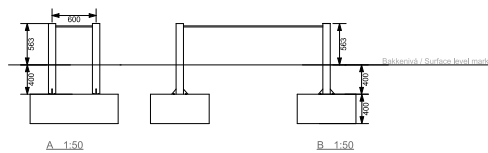
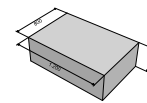
TP-011 BENK HØY

ARCHICAD EDUCATION VERSION

TP-011 BENK HØY



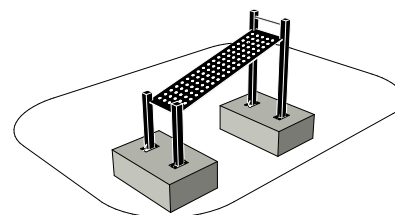
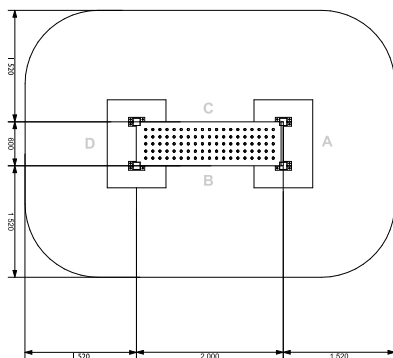
Standard fundament TP-011



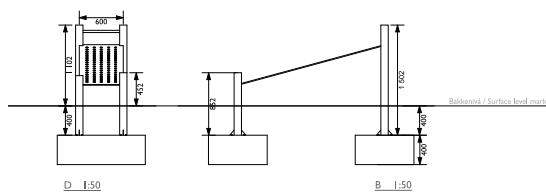
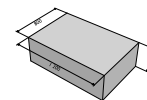
TP-012 BENK SKRÅ

ARCHICAD EDUCATION VERSION

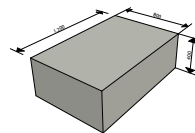
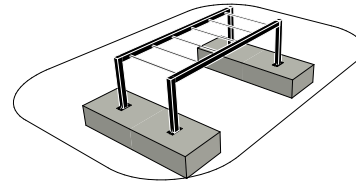
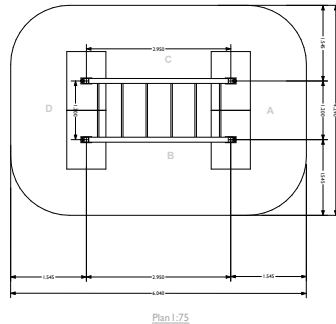
TP-012 BENK SKRÅ



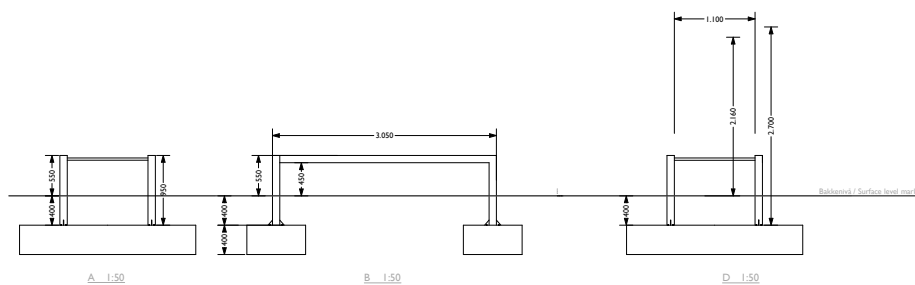
Standard fundament TP-012



TP-020 ARMY



Standard fundament TP-020



Forberedelse for montering av betongblokker

For å sikre styrken i betongen bør den være i kategori B35 med innlagt armeringsjern (kamstål). Om vinteren vil det være tilrådelig å blande inn frostvæske. Kontakt lokale ressurser for riktig beregning.

Teknisk klargjøring

Kvaliteten på massen rundt og under fundamentene og apparatene skal være fast og må sjekkes. Kvaliteten på jordsmonnet hvor anordningen skal installeres skal gjennomgås i den dybden tilpasset det aktuelle apparatet, og strukturen skal ikke være verken porøs eller sandete.

Analyse av kvaliteten på jordsmonnet der apparatet skal installeres bør gjøres etter samråd med fagfolk.

Vist nedenfor er den minste anbefalte størrelsen hvert apparats betongfundament bør være.

De foreslåtte målene av betongfundamentene er målt ut etter tester utført av TÜV Rheinland iht. EN-16630, og må lages for hver av de vertikale metallprofilene for hvert apparat. Andre mål kan benyttes om man er sikker på at dette tilfredstiller minimumskravene. Der det er hensiktsmessig kan man slå sammen fundamentene til en blokk. Dette må avgjøres i hvert prosjekt. Fundamentets overside skal være 400 mm lavere enn jordnivå som vist nedenfor i fig 2. **NB: Kun 100mm lavere ved kunstig dekke!**

Oppsummering betongfundament

Artikkelnr.	Navn	Fundament størrelse (L x B x H)	Antall pr apparat
TP-001	Multirack	1200x800x400mm	4 stk.
TP-002	Trippel dips	1800x800x400mm	2 stk.
TP-003	Dips lav / bred	1200x800x400mm	2 stk.
TP-004	Monkeybar liten	1200x800x400mm	4 stk.
TP-005	Monkeybar stor	1200x800x400mm	4 stk.
TP-006	Ribbevegg	1200x1200x400mm	2 stk.
TP-007	Enkel Chins	1200x800x400mm	2 stk.
TP-008	Trippel lav	1200x800x400mm	4 stk.
TP-009	Trippel høy	1200x800x400mm	4 stk.
TP-010	Benk lav	1200x800x400mm	2 stk.
TP-011	Benk høy	1200x800x400mm	2 stk.
TP-012	Benk skrå	1200x800x400mm	2 stk.
TP-017	Skiltamme	1200x800x400mm	1 stk.
TP-019	Dipstativ skrå	1200x800x400mm	2 stk.
TP-020	Army	1200x800x400mm	4 stk.

Byggeteknikker

Lag betongfundamenter på stedet eller prefabrikk de. Overflaten der betongfundamentene skal plasseres må være flatt/jevn og gi god støtte for hele fundamentet. Alle fundamentene til et apparat må stå på samme nivå og i vater. Topp fundamenter MÅ ha lik innbyrdes høyde pr. apparat for at montering skal kunne utføres.

Når betongfundamentet er klart og satt ut på sin plass bør du på grunn av apparatens størrelse starte monteringen der apparatet er tiltenkt plassert. Vekten av det ferdige apparatet bør ikke løftes, bare dyttes til sidene under monteringen. Fyll pukk eller annen fast masse rundt fundamentene.

Montering av tverrstenger / tverrseksjoner i Tufteparken

Alle tverrstenger er laget med hull for montering av gjennomgående bolter. Det er like store hull på begge sider av de vertikale stolpene – samt i innfestingen på tverrstengene. Sørg for at du finner den rette tverrstangen for apparatet du er i ferd med å montere.

ILLUSTRASJON KOMMER

Montering av apparater fra Tufteparken til betongfundament

1. Sett opp apparatet godt inne på hvert av betongfundamentene.
2. Forbor i hullene på festeplaten med riktig bor i forhold til valgt innfestingsmetode. Følg instruksjonene fra kjemisk anker produsent og bor i den dybden som er anvist. Det anbefales minimum 120 mm i betongfundament for ankerstang på 150 mm.
3. Ta bort apparatet igjen om nødvendig, og bor alle hull opp i riktig størrelse.
4. Rengjør hullene med trykkluft, og bruk stålbørste. Bruk trykkluft igjen. Følg instruksjonene fra kjemisk anker leverandøren. Sørg for å følge instruksjonene strengt for å sikre optimal styrke.
5. Plasser apparatet over boltene og stram mutterne. Deretter sikre at apparatet står riktig både vertikalt og horisontalt.
6. Stram mutterne.

Vedlikehold

Det bør være visuelle inspeksjoner av apparatene og overflaten hver uke. Dette bør omfatte:

Hver uke:

- Sjekk for "forstyrrende elementer" som kan forårsake skade. Dette kan være glass, pinner, spisse gjenstander, etc.
- Hærverk
- Løse skruer eller manglende plastplugg.

Det bør også være inspeksjoner for å kontrollere brukervennligheten og stabiliteten av treningsutstyret. Dette bør utføres minst hver 3 måned i tillegg til en årlig hoved inspeksjon som har til hensikt å se at apparatene er i henhold til denne standarden og sikkerhetskravene.

(Årlig hoved inspeksjon).

Tre måneders kontroll bør omfatte;

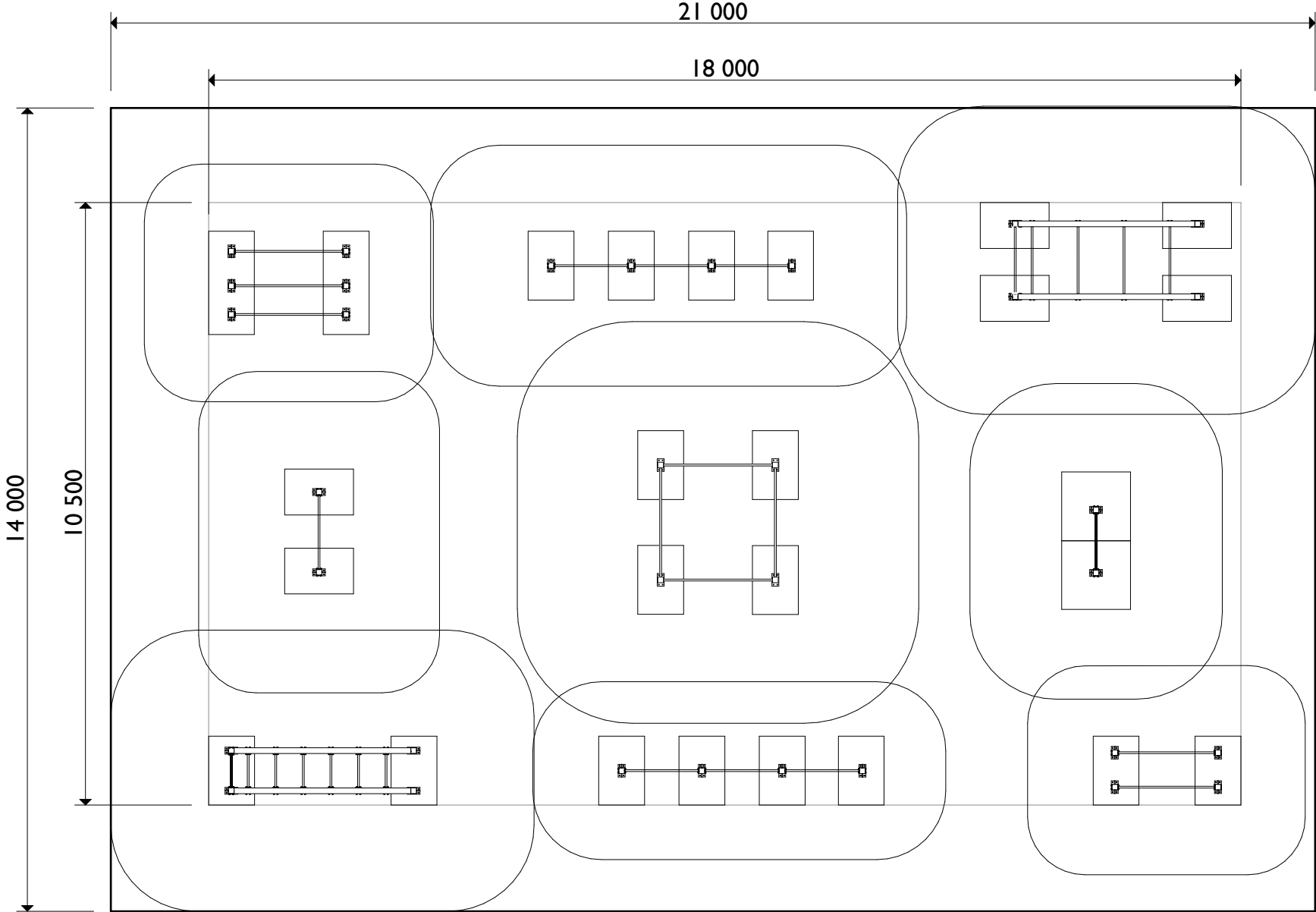
- Stramming av bolter over overflaten(tverrør).
- Sjekk boltene under overflaten hvis apparatet føles løse.
- Visuelle inspeksjoner av feil eller merker i pulverlakkering.
- Kontroller alle gummiplugg.
- Kontrollere at underlaget går opp til nivåmerke på de vertikale søylene.
- Sjekk at alle indikasjoner er intakte, tydelige og lesbare.
- Umiddelbar utskifting eller reparasjon av mangler, skadet eller utslitt treningsutstyr og komponenter;

1 års kontroll bør omfatte;

I tillegg til 3 måneder kontrollen, bør boltene/kjemisk anker under overflaten kontrolleres uavhengig om de føles løse.

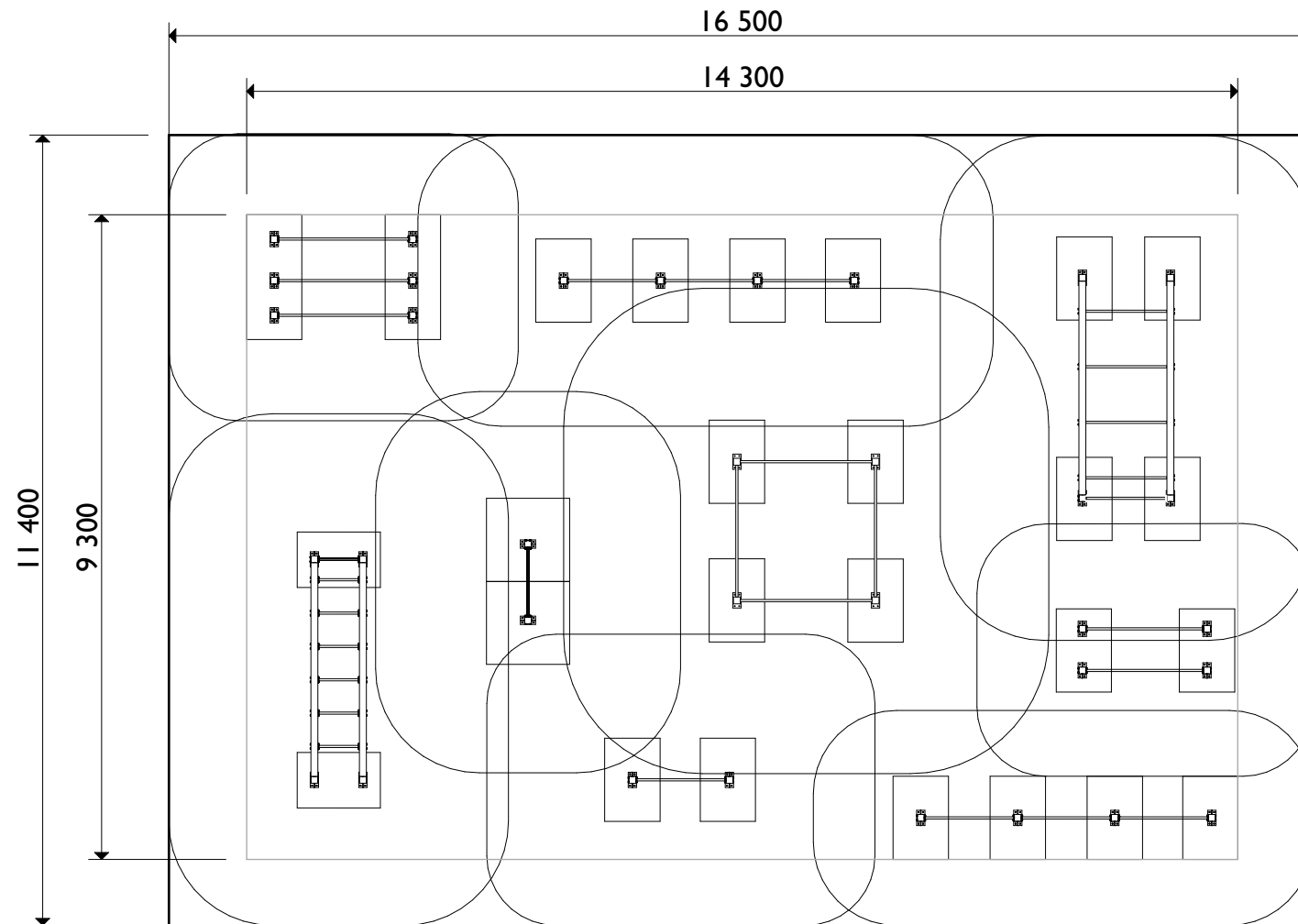
FORSLAG TIL OPPSETT
M/ FUNDAMENTPLAN(ER)

PLAN 14x21m



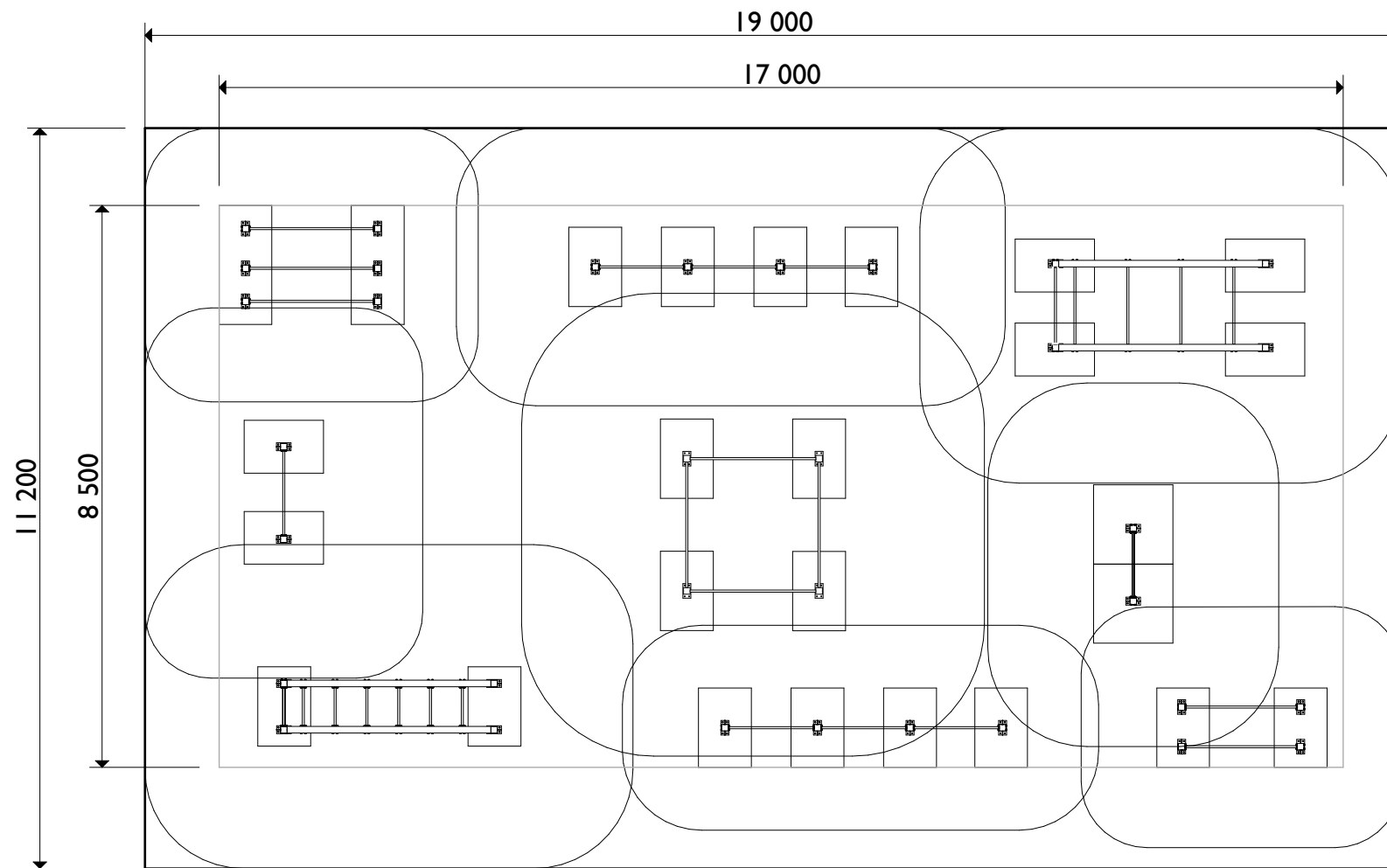
Plan 1:100

PLAN *Komprimert areal*



Plan 1:100

PLAN *Redusert areal*



Plan 1:100