



HERKULES
FITNESS EN PLEIN AIR

SÉNIOR + PMR
STATION BRAS

SEN-05 - FICHE TECHNIQUE





STATION BRAS

SEN-05



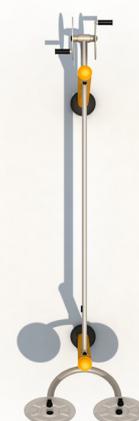
Niveau de difficulté :



DIMENSIONS	3700 x 1100 mm
HAUTEUR	1700 mm
HAUTEUR CHUTE LIBRE	0 mm
ESPACE NÉCESSAIRE	6700 x 4100 mm
SURFACE ZONE DE SÉCURITÉ	27,47m2
TAILLE MINIMUM UTILISATEUR	140 cm
POIDS MAXIMUM UTILISATEUR	150 kg
CAPACITÉ UTILISATEUR	3
CERTIFICATION	EN16630:2015
GAMME	Sénior / PMR
CONSTRUCTION	acier galvanisé, PEHD, caoutchouc, acier inoxydable
PEINTURE	Thermolaquage

La pratique d'une activité sportive est importante pour une bonne santé physique et mentale.

Station Bras SEN-05 est un appareil de mobilité extérieur destiné aux Séniors. Cet appareil est conçu en acier galvanisé à chaud et thermolaqué pour une grande durabilité en extérieur, avec une utilisation intensive.



STATION BRAS

SEN-05



HERKULES

FITNESS EN PLEIN AIR

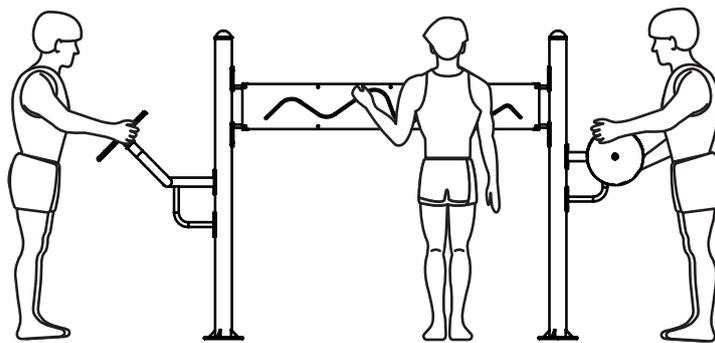
UTILISATION

Station pour de multiples exercices d'épaules, de bras et de poignets ainsi que pour la concentration, la coordination et la relaxation.

Les exercices comprennent des roues de tai chi, un moulinet pour la mobilité des parties du haut du corps et un panneau de serpent pour un entraînement de concentration.



MOBILITÉ



BÉNÉFICES PHYSIQUES

SEN-05 Station Bras permet de développer ses capacités pour se déplacer au quotidien.



MOBILITÉ



COORDINATION



CONCENTRATION

**VISUALISER LE
MOUVEMENT DE
STATION BRAS
SEN-05**



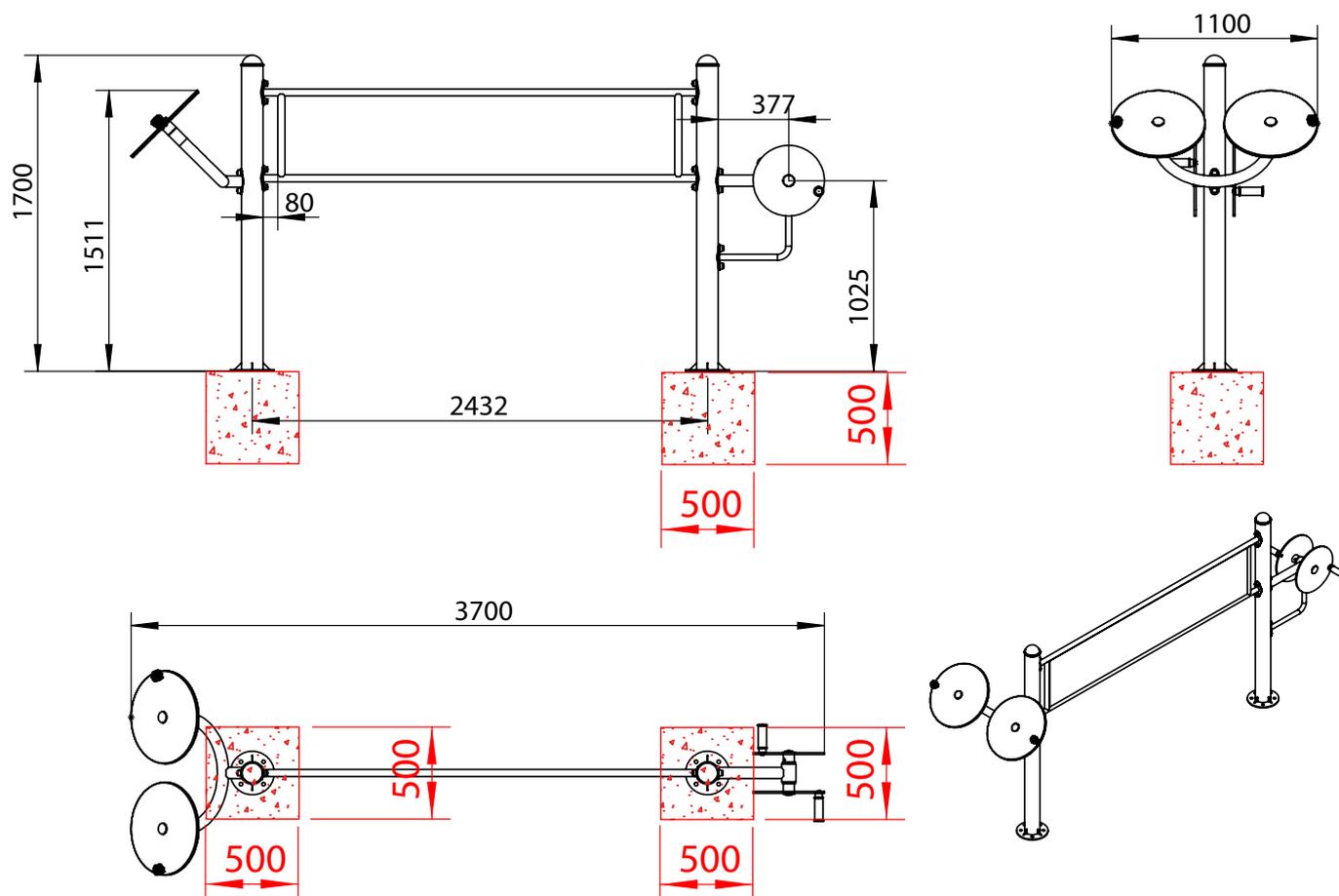
STATION BRAS

SEN-05



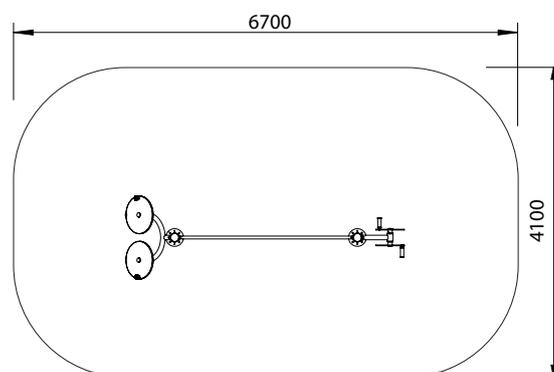
HERKULES
FITNESS EN PLEIN AIR

PLAN TECHNIQUE



DONNÉES D'INSTALLATION

Volume de béton utile	0,25 m ³
Profondeur d'ancrage	50 cm
Méthode de fixation	A cheviller
Hauteur de chute libre	0 mm
Assemblage	À assembler



Zone de sécurité - Echelle 1:100

STATION BRAS

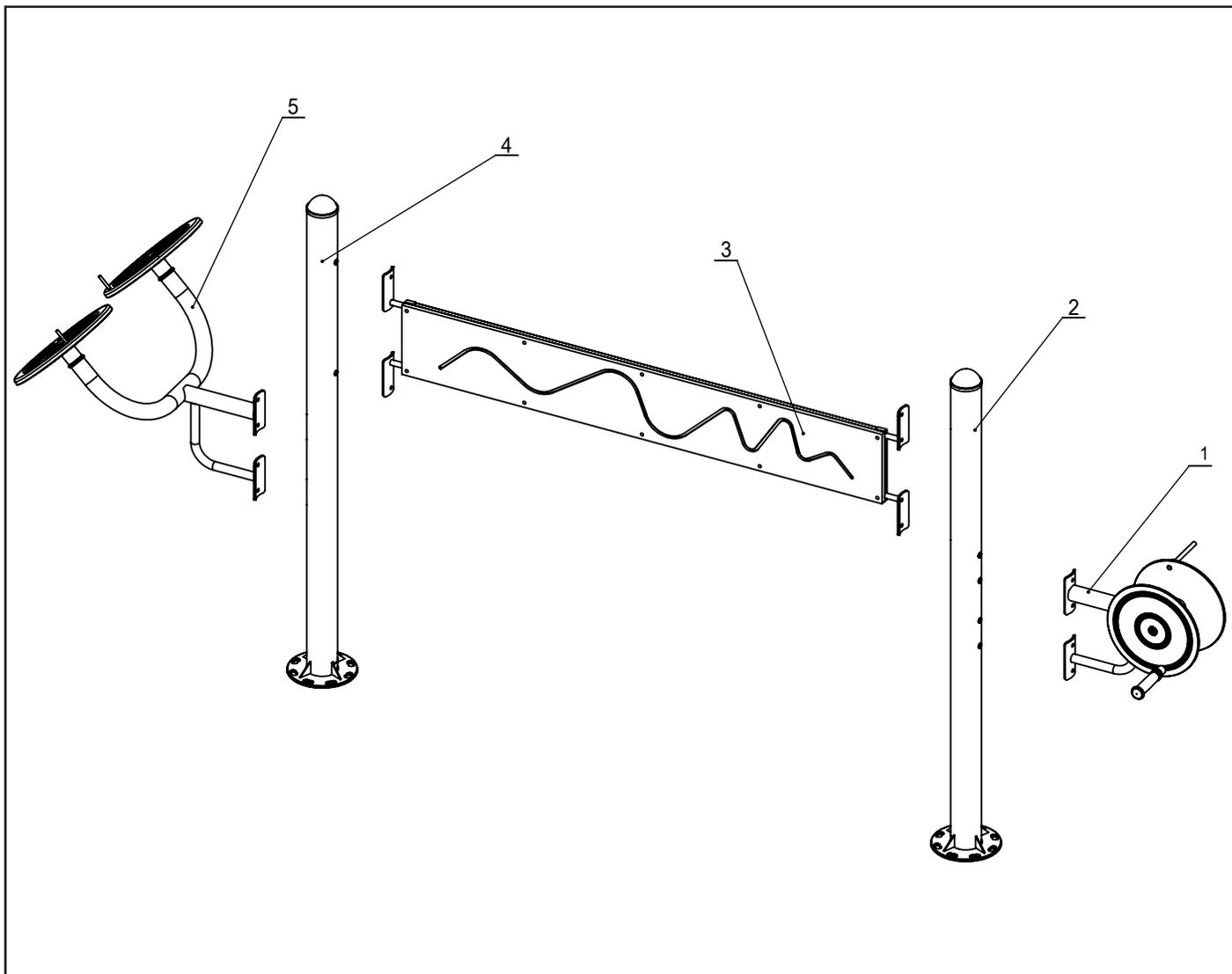
SEN-05



HERKULES

FITNESS EN PLEIN AIR

INVENTAIRE



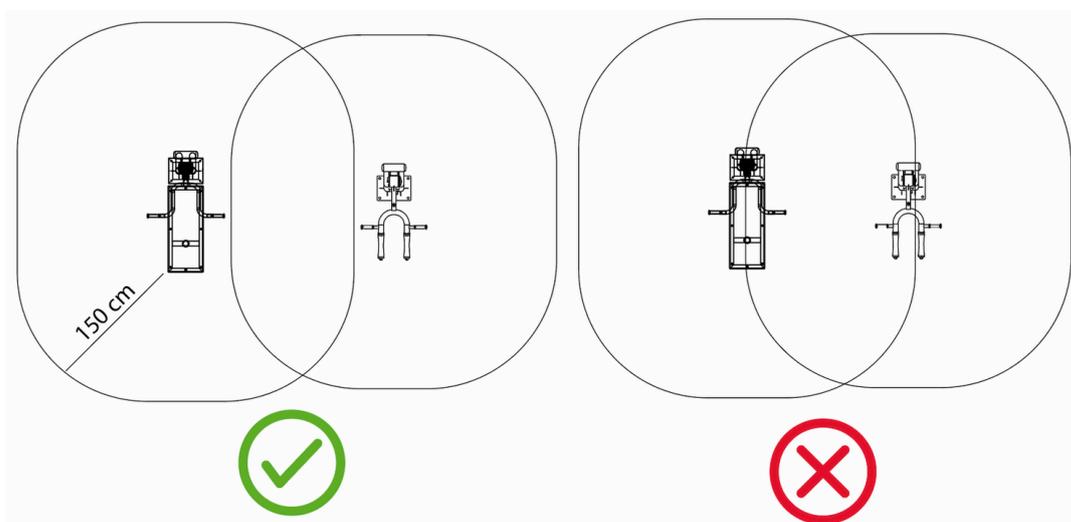
NO.	Nom de l'élément	Spécificité	Quantité
1	Roues de mobilité		1
2	Poteau 1	114x2000	1
3	Panneau de mobilité		1
4	Poteau 2	114x2000	1
5	Roues Tai-Chi		1



IMPLANTATION



AFIN DE RESPECTER LA NORME EN VIGUEUR (EN16630:2015), L'IMPLANTATION DES APPAREILS DOIT RESPECTER LA DISTANCE DE SÉCURITÉ DE 150 CM. CETTE ZONE DOIT ÊTRE LIBRE DE TOUT OBSTACLE : AUTRES APPAREILS, MOBILIER URBAIN, CLOTURES, ARBRES...



HAUTEUR DE CHUTE LIBRE SEN-05 : **0MM**

Les appareils Herkules Fitness doivent être installés sur un sol nivelé et stabilisé. La nature du sol doit correspondre à la hauteur de chute de l'appareil, conformément à la norme EN 16630:2015. En cas de doute, rapprochez-vous de Herkules Fitness pour en savoir plus sur la réglementation, et sur les différentes épaisseurs de sol requises.

Béton	Terre	Gazon	Copeaux de bois	Graviers	Sable	EPDM	Dalle amortissante	Gazon synthétique
✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓



MATÉRIEL REQUIS*



2 poseurs



Niveau



Mètre ruban ou autre
outil de mesure



Pioche



Pelle et / ou pelleteuse



Visseuse



Vis à bois



Bois de coffrage



Clé Allen



Clé taille 19 et 27
mm



Bétonnière
ou camion toupie



Béton
Dosage : 350kg/m³
Volume : 0,25m³

*Informations à titre indicatif. Le matériel requis peut varier en fonction de la méthode d'installation choisie, de la nature du sol et de la nature des appareils.



ANCRAGE

SPIT OU TIGES FILETÉES

Réaliser les massifs en béton tels qu'indiqués en page 4.

Couper les tiges filetées fournies en sections de 25 cm de longueur.

Présenter les poteaux sur les massifs et marquer l'emplacement des trous de fixation.

Déplacer la station et percer aux marques, de façon à réaliser des trous pouvant accueillir les tiges filetées, laissant 5 cm dépasser à la surface.

A l'aide de scellement chimique, sceller les tiges filetées et laisser sécher.

MONTAGE DE L'APPAREIL

Présenter les poteaux sur les tiges filetées et boulonner fermement.

Assembler la station en suivant les indications dans pages suivantes.