

Opis wyposażenia sali do ćwiczeń dla sportowców

Charakterystyka	
Lp	Nazwa urządzenia
1	<p>Maszyna na mięśnie górnej partii ciała umożliwiająca wykonanie ćwiczeń w płaszczyźnie czołowej. W górnej części urządzenia uchwyty, do wykonywania ćwiczeń. Technologia zastosowana w urządzeniu ma umożliwiać wykonywanie trójwymiarowych ruchów w przestrzeni. Urządzenie ma umożliwiać wykonanie ćwiczeń w pozycji stojącej, siedzącej, przodem, bądź tyłem do urządzenia.</p> <p>2 oddzielne stopy, o wadze minimum 40 kg każdy, z regulacją obciążenia co 2,5 kg. Możliwość ustawienia obciążenia bez opuszczania stanowiska. Obciążenie przenoszone za pomocą linek. Czytelne etykiety instruktażowe z ćwiczeniami. Czytelne oznaczenie zaangażowanych mięśni.</p> <p>Szt. 1</p>
2	<p>Maszyna na mięśnie górnej partii ciała umożliwiająca wykonanie ćwiczeń w płaszczyźnie strzałkowej. W środkowej części urządzenia uchwyty, do wykonywania ćwiczeń. Technologia zastosowana w urządzeniu ma umożliwiać wykonywanie trójwymiarowych ruchów w przestrzeni. Urządzenie ma mieć umożliwiać wykonanie ćwiczeń w pozycji stojącej, siedzącej, przodem do urządzenia. 2 oddzielne stopy, o wadze minimum 70 kg każdy, z regulacją obciążenia co 2,5 kg. Możliwość ustawienia obciążenia bez opuszczania stanowiska. Obciążenie przenoszone za pomocą linek. Czytelne etykiety instruktażowe z ćwiczeniami. Czytelne oznaczenie zaangażowanych mięśni.</p> <p>Szt. 1</p>
3	<p>Maszyna na mięśnie górnej partii ciała umożliwiająca wykonanie ćwiczeń wzmacniających środek ciężkości oraz umożliwiająca wykonanie ćwiczeń na mięśnie stabilizacyjne kręgosłupa. W środkowej i górnej części urządzenia uchwyty, do wykonywania ćwiczeń. Technologia zastosowana w urządzeniu ma umożliwiać wykonywanie trójwymiarowych ruchów w przestrzeni. Urządzenie ma umożliwiać wykonanie ćwiczeń w pozycji stojącej, tyłem bądź bokiem do urządzenia. 2 oddzielne stopy o wadze pierwszy o minimum 27,5 kg, drugi minimum 43,75 kg z regulacją obciążenia co 2,5 kg. Obciążenie przenoszone za pomocą linek. Czytelne etykiety instruktażowe z ćwiczeniami.</p>

	mięśni związanych ze stabilizacją kręgosłupa.	Czytelne oznaczenie zaangażowanych mięśni
4	Maszyna na mięśnie klatki piersiowej do wyciskania w pozycji siedzącej	<p>Szt. 1</p> <p>Maszyna na mięśnie klatki piersiowej do wyciskania w pozycji siedzącej. Możliwość wykonania naprzemiennego i jednoczesnego ruchu kończyn górnych. Dostosowanie uchwytów, do pożądanego zakresu ruchu, z pozycji siedzącej. Możliwość zmiany położenia wyjściowego uchwytów dłoni - min 3 pozycje. Waga stosu - minimum 90 kg.</p> <p>Obciążenie przenoszone za pomocą linek. Rama nośna o przekroju kołowym. W zagłówku elastyczny uchwyt do zamontowania ręcznika. Ergonomicznie siedzisko oraz oparcie grzbietu Wszystkie dźwignie i przyciski do regulacji siedziska i stosu oznaczone mają być jaskrawym kolorem.</p> <p>Czytelne etykiety instruktażowe z ćwiczeniami. Czytelne oznaczenie zaangażowanych mięśni.</p>
5	Maszyna do treningu mięśni ud, pośladków, łydek	<p>Szt. 1</p> <p>Suwnica do mięśni nóg, z dużą powierzchnią oparcia dla stóp.</p> <p>Łatwe dostosowanie maszyny, do pożądanego pozycji, z pozycji siedzącej. Waga stosu – minimum 200 kg.</p> <p>Obciążenie przenoszone za pomocą linek. Rama nośna o przekroju kołowym. W zagłówku elastyczny uchwyt do zamontowania ręcznika. Ergonomicznie siedzisko oraz oparcie grzbietu. Wszystkie dźwignie i przyciski do regulacji siedziska i stosu oznaczone powinny być jaskrawym kolorem.</p> <p>Czytelne etykiety instruktażowe z ćwiczeniami. Czytelne oznaczenie zaangażowanych mięśni</p>
6	Wieża wielo-stanowiskowa	<p>Szt. 1</p> <p>Wieża cztero-stanowiskowa (2 regulowane wyciągi i 2 górne wyciągi do ćwiczenia tricepsu). Maszyna ma umożliwiać trening izolowany różnych partii mięśni. Wagi stosów: 2 x minimum 25 kg i 2 x minimum 60 kg. Czytelne etykiety instruktażowe z ćwiczeniami. Czytelne oznaczenie zaangażowanych mięśni.</p>
7	Maszyna	<p>Szt. 1</p> <p>Brama 14-stanowiskowa z 12 stosami. Maszyna ma umożliwiać trening izolowany różnych partii mięśni. Wagi stosów.</p>

	wielofunkcyjna, brama wielostanowiskowa	6 x minimum 25 kg, 2 x minimum 60 kg, 4 x minimum 100 kg. Możliwość ustawienia bramy w jednej linii lub na kształt litery L. Czytelne etykiety instruktażowe z ćwiczeniami. Czytelne oznaczenie zaangażowanych mięśni. Szt. 1
8	Maszyna do treningu antagonistycznych partii mięśniowych: mięśni naramiennych, czworobocznych oraz mięśnia najszerzego grzbietu. Wyprofilowane siedzisko. Obciążenie pneumatyczne, siłowniki. Maszyna z wbudowanymi kółkami. Waga urządzenia max 48 kg. Szt. 1	Maszyna do treningu antagonistycznych partii mięśniowych: mięśni naramiennych, czworobocznych oraz mięśnia najszerzego grzbietu. Wyprofilowane siedzisko. Obciążenie pneumatyczne, siłowniki. Maszyna z wbudowanymi kółkami. Waga urządzenia max 48 kg. Szt. 1
9	Maszyna do treningu antagonistycznych partii mięśniowych ud: przywodzicieli i odwodzicieli	Maszyna do treningu antagonistycznych partii mięśniowych ud: przywodzicieli i odwodzicieli. Wyprofilowane siedzisko. Obciążenie pneumatyczne, siłowniki. Maszyna z wbudowanymi kółkami. Waga urządzenia max 49 kg. Szt. 1
10	Maszyna do treningu antagonistycznych partii mięśniowych i dwugłowych ud. Specjalnie wyprofilowane. Obciążenie pneumatyczne, siłowniki. Maszyna z wbudowanymi kółkami. Waga urządzenia max 52 kg.	Maszyna do treningu antagonistycznych partii mięśniowych i dwugłowych ud. Specjalnie wyprofilowane. Obciążenie pneumatyczne, siłowniki. Maszyna z wbudowanymi kółkami. Waga urządzenia max 52 kg.

	nych partii mięśniowych ud: czworogłowych i dwugłowych uda	<p style="text-align: center;">Szt. 1</p>
11	Maszyna do treningu antagonistycznych partii mięśniowych: mięśnia prostego brzucha i prostownika grzbietu	<p>Maszyna do treningu antagonistycznych partii mięśniowych: mięśnia prostego brzucha i prostownika grzbietu. Specjalnie wyprofilowane siedzisko. Platforma pod stopy ułatwiająca ćwiczenie osobom o dowolnym wzroście. Obciążenie pneumatyczne, sitowniki. Maszyna z wbudowanymi kółkami umożliwiającymi swobodne przestawianie. Waga urządzenia max 53 kg.</p> <p style="text-align: center;">Szt. 1</p>
12	Trenażer pływacki	<p>Trenażer do treningu siłowego i poprawy techniki na łądzie ukierunkowany dla pływaków. Szyna wykonana z materiału niepodatnego na korozję –z anodowanego aluminium lub stali nierdzewnej posiadająca regulację nachylenia. Na szynie przesuwana platforma z precyzyjną regulacją oraz stabilną blokadą wybranego położenia – odstępu od podpory przedniej, optymalna powierzchnia platformy umożliwiająca swobodne i stabilne leżenie przodem i na plecach w trakcie ćwiczenia. Wykładzina platformy łatwa w myciu lub czyszczeniu. Urządzenie wyposażone w koto zamachowe hamowane powietrzem, o regulowanej przepustnicy (pasa wyposażonego w przylepce). Podpory wykonane ze stali nierdzewnej, obie z możliwością precyzyjnej regulacji wysokości oraz stabilnym systemem blokady wybranego położenia, podstawa podpory wykonana ze stali nierdzewnej pokryta antypoślizgowym materiałem.</p>

		<p>Ciekłokrystaliczny wyświetlacz wskazujący: przebyty dystans, czas, cykl, tętno (kompatybilność z ANT+), generowaną moc, kalorie spalone na godzinę, biegnący czas, odliczanie czasu w dół, prędkość, możliwość podłączenia do komputera (oprogramowania do ewaluacji wyników). Linki wykonane z włókna karbowanego. Wymagane wymiary: długość 230cm, wysokość 65 cm, waga 30 kg (dopuszcza się tolerancje wymiarów i wagi +/- 10 %) Urządzenie wyposażone w trwałą tablicę poglądową formatu A3 z możliwością zawieszenia na ścianie.</p>
13	Trenażer wiosłarski	<p>Szt. 6</p> <p>Trenażer wyposażony w wodny system hamowania. Urządzenie nie powinno wymagać regularnych przeglądów i smarowania. Opór regulowany jedynie za pomocą zmiany ilości wody w komorze urządzenia. Wyposażony powinien być w zaawansowany komputer analizujący i wskazujący wiele parametrów, powinien mieć możliwość podłączenia do PC oraz wyścigów online. Rama urządzenia wykonana z wytrzymałego drewna lub aluminium.</p> <p>Wyświetlane na ekranie wyświetlacza informacje:</p> <ul style="list-style-type: none"> - intensywność - ilość pociągnięć - puls (opcjonalnie) - pasek stref tętna - dystans - czas - okno programów - programy treningowe <p>Parametry:</p> <p>Wymiary w cm: 209 dł./ 57 szer./ 51 wys. Wymiary po złożeniu w cm: 51 dł./ 57 szer./ 209 wys. Waga bez wody: 30,5 kg Waga z wodą: 47 kg Waga użytkownika – 300 kg (dopuszcza się tolerancje wymiarów i wagi +/- 10 %)</p>

		Szt. 3
14	Drabinki do ćwiczeń mocowane do ściany	Drabinki z szczeblami wykonanymi z wytrzymałego drewna liściastego (BUK/DAB) o wymiarach 220x90. Wyposażone w mocowania ze stali. (dopuszcza się tolerancje wymiarów +/- 10 %)
15	Lustra przejezdne	Szt. 6 Mobilne lustro na gumowanych kółkach o wymiarach minimalnych 190x200, wytrzymała konstrukcja z ramą z drewna lub aluminium (dopuszcza się tolerancje wymiarów +/- 10 %)
16	Zestaw do treningu funkcjonalnego	Szt. 3 Zestaw dla zawodników do treningu obwodowego i funkcjonalnego składający się z 10 piłek do ćwiczeń z PVC z certyfikatem UE 93/42 dla sprzętu medycznego lub równoważne, z systemem zapobiegającym gwałtownemu rozprężaniu w przypadku przebicia, 10 ciężarów typu kettlebell w bezpiecznym, odpornym na uszkodzenia mechaniczne oplocie poliuretanowym lub gumowanym, o wadze 4 kg – 3 szt, 6 kg – 4, 8 kg – 3 szt. Stojak na hantle wyposażony w 10 par hantli o wadze 2-20 kg (łącznie 220 kg). Parametry minimalne: stojak stal proszkowana o grubości minimalnej profilu 2,5 mm, hantle - rączki wykonane ze stali, radełkowane pokryte utwardzonym chromem, obciążenia pokryte poliuretanem. 10 mat do ćwiczeń o grubości min. 15 mm, długości min. 140 cm, o zamkniętej strukturze komórek, z certyfikatem medycznym UE 93/42 oraz certyfikatem PZH lub szwajcarskim Sanitized lub równoważne
17	Maszyna do treningu wibracyjnego	Szt. 1 Urządzenie stacjonarne zasilane prądem zmiennym, służące do regeneracji i stymulacji mięśni określonych partii ciała. Umożliwia oparcie kończyn (łydki, ręki, ramion). W zestawie system wymiennych końcówek dla różnych części ciała (drażek, półwałek, drażek z półokrągłymi kopułami). W zależności od potrzeb powinna być możliwość użytkowania urządzenia w pozycji poziomej oraz pionowej. Szt. 1
18	Zegary	Zegar treningowy 4-wskazówkowy synchronizowany – zestaw 3 szt. - wymiary min. 100x100 cm. Model

	treningowe naścienne synchronizow ane	przeznaczony do basenów 50-metrowych. Synchronizacji –za pomocą pilota zdalnego sterowania (funkcje start/stop lub zerowane –wymagana obsługa do 4 zegarów). Zegar zasilany prądem zmiennym. Silnik 12V. Ramka aluminium, tarcza z polipropylenu.						
19	Urządzenie do pomiaru krwi	<p>Kpl 1</p> <p>Warunki graniczne analizatora</p> <p>Parametry Mierzone Glukoza i Mleczany jednocześnie (z jednej próby).</p> <p>Sensor Pomiar elektrochemiczny z biosensorem enzymatycznym do jednoczesnego oznaczania glukozy i mleczanów z jednej próbki w zależności od potrzeb klienta:</p> <p>Czas trwałości każdego sensora 90 dni dla glukozy i mleczanów, Ilość pomiarów 3 000, bądź 10 000 pomiarów (glukozy i mleczanu jednocześnie).</p> <p>Czas Pomiaru Próby</p> <table border="0"> <tr> <td>Pojedynczy Pomiar (Glukozy i Mleczany)</td> <td>45 sec</td> </tr> <tr> <td>Seria Pomiarowa (tylko Glukoza)</td> <td>20 sec</td> </tr> <tr> <td>Seria Pomiarowa (Glukoza i Mleczany)</td> <td>30 sec</td> </tr> </table> <p>Zakres Pomiarowy</p> <p>Glukoza: 0,6 mmol/l - 50mmol/l (11mg/dl – 910mg/dl) Mleczany: 0,5 mmol/l - 30mmol/l (4,5mg/dl – 270mg/dl)</p> <p>Rodzaj Próby Krew Pełna, Surowica, Osocze,</p> <p>Przygotowanie Próby</p> <p>Rozcieńczenie z płynem systemowym 1+50 20 µl pobranej próby 1000 µl płynu systemowego</p> <p>Kalibracja Startowa, Czasowa, Okresowa</p> <p>Precyzja Pomiaru CV (dla 20 prób)</p> <p>Glukoza (12 mmol/l lub 216 mg/dl) <1,5 % Laktoza (10 mmol/l lub 90 mg/dl) <2,0 %</p> <p>Trwałość/ Przechowywanie Sensora</p> <p>Trwałość sensora 90 dni (3000 lub 10 000 prób).</p>	Pojedynczy Pomiar (Glukozy i Mleczany)	45 sec	Seria Pomiarowa (tylko Glukoza)	20 sec	Seria Pomiarowa (Glukoza i Mleczany)	30 sec
Pojedynczy Pomiar (Glukozy i Mleczany)	45 sec							
Seria Pomiarowa (tylko Glukoza)	20 sec							
Seria Pomiarowa (Glukoza i Mleczany)	30 sec							

		<p>Do 12 miesięcy od daty produkcji w temperaturze od 2 do 8°C.</p> <p>Drukarka (RS 232 V24) w zestawie. EDP (RS 232 V24)</p> <p>Czytnik kodów kreskowych. Klawiatura Ekran Dotykowy</p> <p>Dodatkowe Informacje</p> <p>Zasilenie 12 V DC (zasilacz w zestawie) Zużycie prądu do 12 Watt.</p> <p>Wymiary/Waga</p> <p>Szerokość 365 mm Głębokość 435mm Wysokość 250mm Waga 9kg</p> <p>Tolerancja wymiary i waga +/- 10%</p>
20	Zegary treningowe cyfrowe	<p>Szt. 1</p> <p>Funkcja podstawowa - odliczanie czasu rzeczywistego, funkcje treningowe – odmierzenie bieżącego czasu, pomiar międzyczasów (możliwość zatrzymania bieżącego czasu i wyświetlenia międzyczasu przez min. 5 sekund), podsumowanie czasu całkowitego po zatrzymaniu pomiaru czasu. Wysokość cyfr min. 15 cm, ilość cyfr 6, zasilanie 230 V AC, sterowanie pilotem bezprzewodowym.</p>
21	Urządzenie do pomiaru zakwaszenia krwi	<p>Szt. 3</p> <p>Urządzenie do pomiaru zakwaszenia krwi – parametry minimalne:</p> <p>Sposób pomiaru: enzymatyczno-amperometryczne oznaczenie mleczanu z krwi kapilarnej</p> <p>Zakres pomiaru: 0,5 - 25,0 mmol/l</p> <p>Objętość próbki: 0,5 µl</p> <p>Czas pomiaru: 10 sekund</p> <p>Błąd pomiaru: +/- 3%</p> <p>Kompensacja b. wysokiego i b. niskiego poziomu hematokrytu</p>

		<p>Temperatura: min. +5 °C, maks. +45 °C Wilgotność powietrza: do 85% wilgotności względnej Pamięć: 250 pomiarów wraz z parametrami Wyświetlacz: ciekłokrystaliczny z symbolami Zasilanie: bateryjne Połączenie: Bluetooth Szt. 5</p>
22	Paski do pomiaru zakwaszenia krwi	<p>Paski kompatybilne z urządzeniem powyżej, pakowane min. 24 szt. z datą ważności min. 6 m-cy w momencie dostawy.</p>
23	Bieżnia profesjonalna	<p>Kpl 5 Model przeznaczony do użytku komercyjnego, przewidziany na duże obciążenia. Minimalne parametry sprzętu Silnik min. 6HP. Regulacja prędkości: 1-25 km/h, (w przyrostach co 0,1 km/h) Regulacja poziomu nachylenia bieżni: 0-15% w przyrostach co 1% Powierzchnia do biegania: min. 50 x 150 cm Zawieszenie: mocne, amortyzowane, płyta 2,5 cm (z funkcją samosmarowania co 1000 km) Komputer wyposażony w min. 7 calowy monitor LCD pokazujący min.: 4 programy stałe, 3 programy sterowane pulsem, 2 programy użytkownika, funkcja szybkiego startu, prędkość i nachylenie bieżni, czas, kalorie, kalorie/godzinę, tempo (min/km, lub mile), przebieży dystans, profil treningu, puls, ścieżka pulsu, ¼ milowa lub 400 metrowa ścieżka rozgrzewkowa, liczba okrążeń, wbudowany wentylator/nawiew Regulowanie prędkości i kąta nachylenia bieżni za pomocą jednego przycisku Monitorowanie pracy serca za pomocą sensorów pomiaru pulsu umieszczonych przy uchwytach bieżni, oraz za pomocą funkcji przewodowego pomiaru pulsu Klucz bezpieczeństwa Kółka transportowe. Panel przedni w uchwytach na napeje i akcesoria Waga produktu: maksymalnie 205 kg</p>

		Maksymalna waga użytkownika: 180 kg
24	Dynamometr do pomiaru siły ciągu	<p>Szt. 3</p> <p>Sitomierz cyfrowy o zakresie pomiaru do min. 2000N wraz z czujnikiem pomiaru w klasie szczelności min. IP67, z cyfrowym wyświetlaczem, częstotliwość odczytu na poziomie min. 2000 razy na sekundę, cyfrowy wyświetlacz zintegrowany z urządzeniem (odświeżanie min. 10 razy na sekundę), urządzenie zasilane bateryjnie (akumulatory ładowane za pomocą zewn. ładowarki), żywotność na baterii min. 6 godzin pracy, zintegrowana funkcjonalność i sprzęt do pomiaru siła/droga umożliwiający odwzorowanie wykresu zmiany siły w przeliczeniu na odbyty dystans. Urządzenie powinno być dostarczone w hak wraz z systemowym mocowaniem do nakładki falstartowej OSB12 marki Omega w które wyposażony jest użytkownik lub inny system mocowanie w osi toru pływackiego, w zakres dostawy wchodzi oprogramowanie do wizualizacji danych wraz z wykresem siła/przemieszczenie.</p> <p>Szt. 2</p>

Zastępca Dyrektora
 Wydziału Inwestycji i Remontów

inż. bud. Marzenna Szczepaniś