

### OUTDOOR-WORKOUT TRIANGEL 25 OUTDOOR-WORKOUT TRIANGLE (RING) 25

**LIEGESTÜTZE**  
Lieggestütze sind ein hervorragendes Mittel, um die Muskulatur des Rückens, der Brust und der Arme zu trainieren. Sie eignen sich besonders für die Rehabilitation von Rückenbeschwerden.

**BUTTERFLY**  
Butterfly ist ein hervorragendes Mittel, um die Muskulatur der Hüften, der Oberschenkel und der Gesäßmuskulatur zu trainieren.

**V-LIEGESTÜTZE**  
V-Lieggestütze sind ein hervorragendes Mittel, um die Muskulatur des Rückens, der Brust und der Arme zu trainieren.

**LIEGESTÜTZE GESTRECKT**  
Lieggestütze gestreckt sind ein hervorragendes Mittel, um die Muskulatur des Rückens, der Brust und der Arme zu trainieren.

**FRÜH-UP**  
Früh-UP ist ein hervorragendes Mittel, um die Muskulatur des Rückens, der Brust und der Arme zu trainieren.

**WIKI**  
WIKI ist ein hervorragendes Mittel, um die Muskulatur des Rückens, der Brust und der Arme zu trainieren.

**POWER**

3080 00 142

### OUTDOOR-WORKOUT TRIANGEL 100 OUTDOOR-WORKOUT TRIANGLE (RING) 100

**DIPS HALTEN**  
Dips Halten ist ein hervorragendes Mittel, um die Muskulatur der Brust, der Arme und der Hüften zu trainieren.

**BEINHEBER ANGEWINKELTE BEINE**  
Beinheber angewinkelte Beine ist ein hervorragendes Mittel, um die Muskulatur der Hüften, der Oberschenkel und der Gesäßmuskulatur zu trainieren.

**RUDERN AN DEN GRIFEN**  
Rudern an den Griffen ist ein hervorragendes Mittel, um die Muskulatur der Brust, der Arme und der Hüften zu trainieren.

**BUTTERFLY RÜCKWÄRTS**  
Butterfly Rückwärts ist ein hervorragendes Mittel, um die Muskulatur der Hüften, der Oberschenkel und der Gesäßmuskulatur zu trainieren.

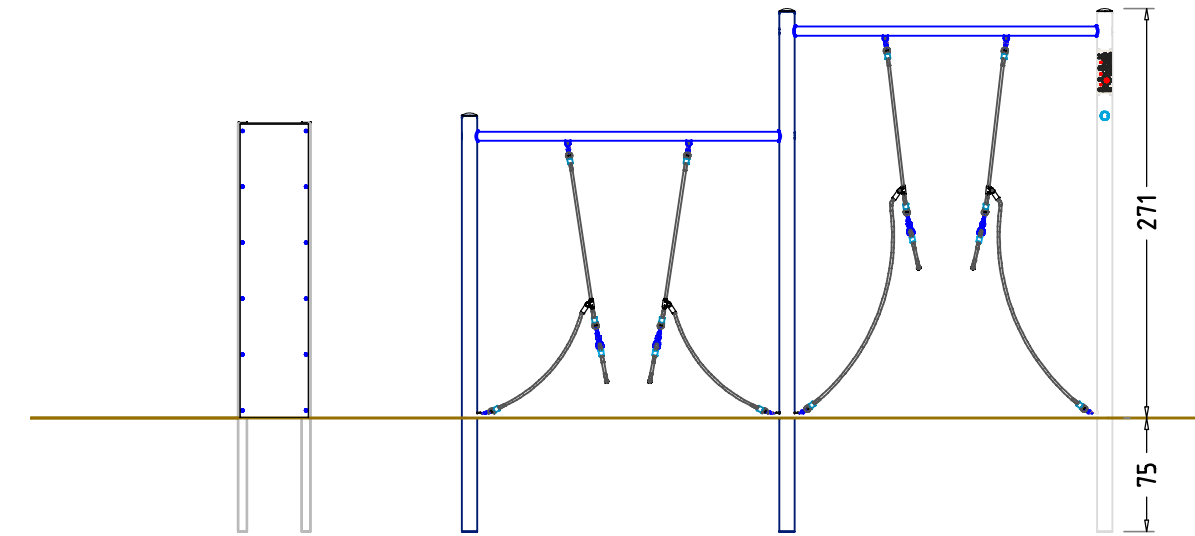
**BUTTERFLY VORWÄRTS**  
Butterfly Vorwärts ist ein hervorragendes Mittel, um die Muskulatur der Hüften, der Oberschenkel und der Gesäßmuskulatur zu trainieren.

**FRÜH-UP**  
Früh-UP ist ein hervorragendes Mittel, um die Muskulatur des Rückens, der Brust und der Arme zu trainieren.

**WIKI**  
WIKI ist ein hervorragendes Mittel, um die Muskulatur des Rückens, der Brust und der Arme zu trainieren.

**POWER**

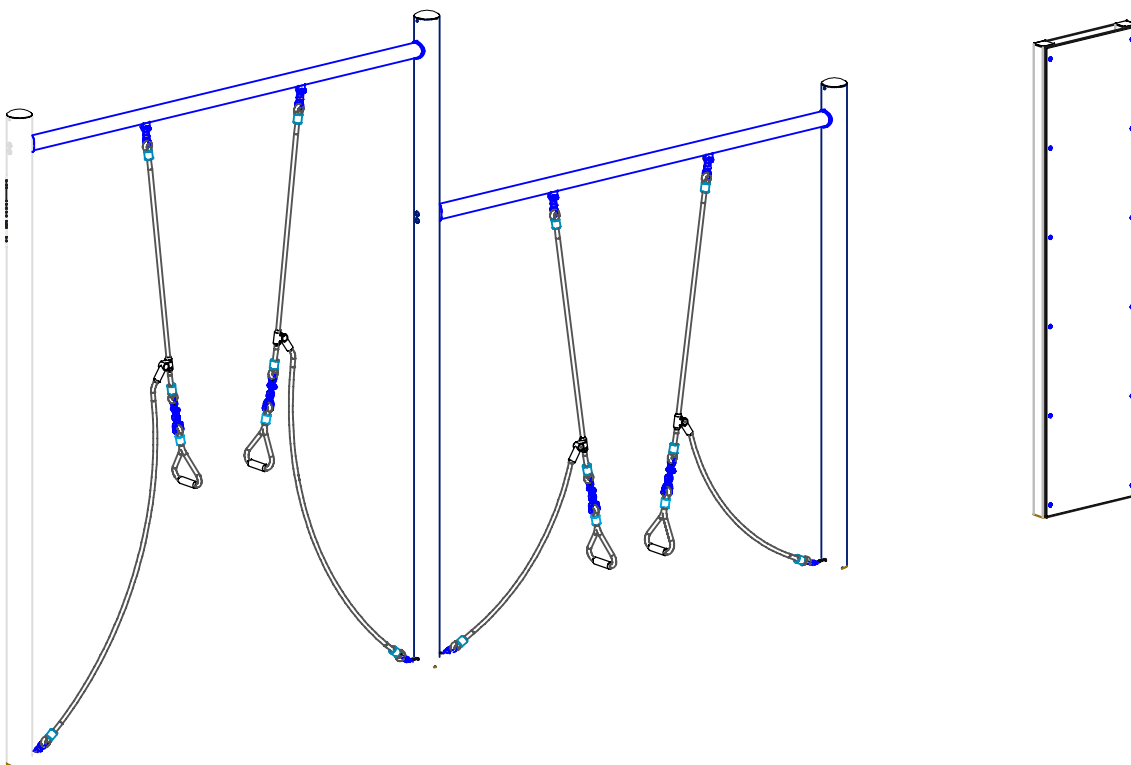
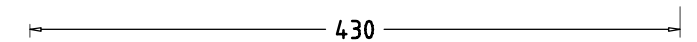
3080 00 143




Übungsanleitungen  
"TRIANGEL 100"

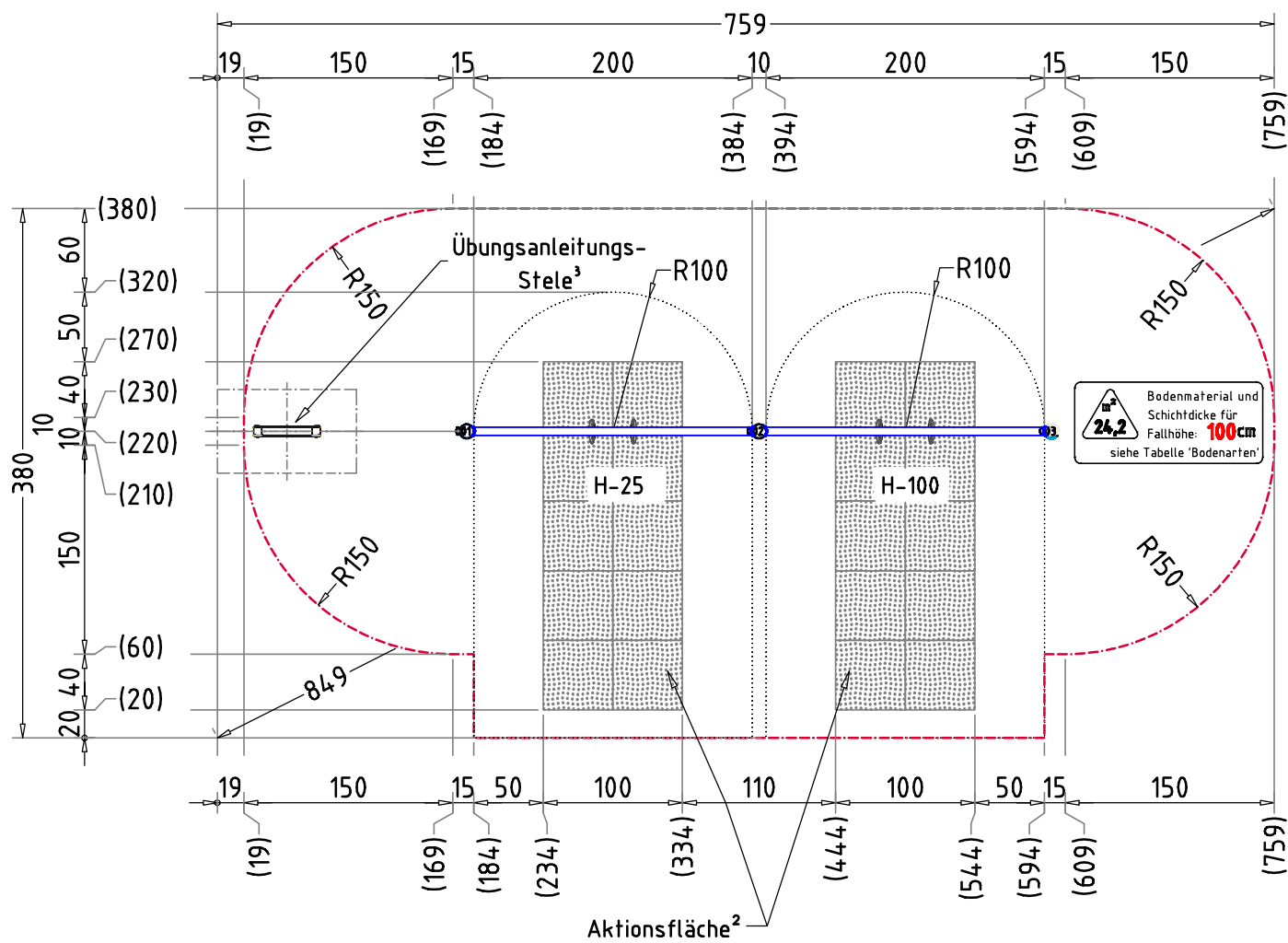


Übungsanleitungen  
"TRIANGEL 25"

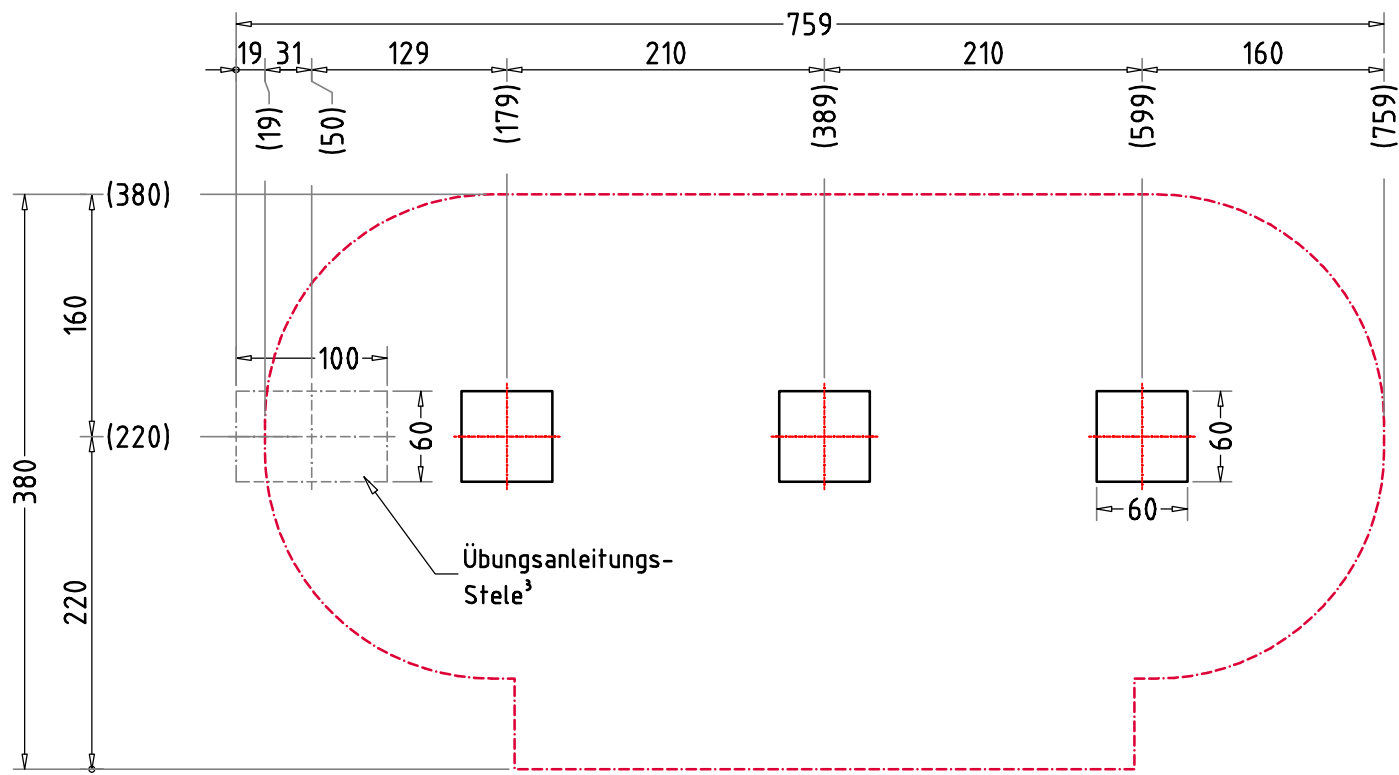


Workout Triangel 25/100		Auftraggeber:		AB/AG-Nr.:
<b>EM-X-21601-G1-S6-HK</b>		Beschreibung:		bvn:
x = Platzhalter, _ = "oder"		Format:	Maßstab:	Maßeinheit:
Planinhalt: <b>Übersichtsplan</b>		DIN A3	1:50	cm
Werkstoff/Behandlung: DiBond / Aluminium AlMgSi0,5 (EN-AW 6060) / FVZ + PULV		Norm:	Blatt:	
		EN 16630	3D-1v1	
Zeichner: S. Daniels	Datum: 02.08.2023	Toleranzen nach DIN: ISO-2768-c		
Geprüft: S. Daniels	Datum: 02.08.2023	<b>Spielplatzgeräte Maier</b>  Ernst Maier Spielplatzgeräte GmbH Wasserburger Str. 70, D-83352 Altenmarkt a. d. Alz Tel. +49 8621 50 82-0, Fax +49 8621 50 82-11 www.spielplatzgeraete-maier.com www.spgm-power.com		
Index: <b>230802</b>	Diese Zeichnung ist unser geistiges Eigentum. Sie darf ohne unsere schriftliche Einwilligung weder kopiert, verwendet, noch dritten Personen zugänglich gemacht werden.			

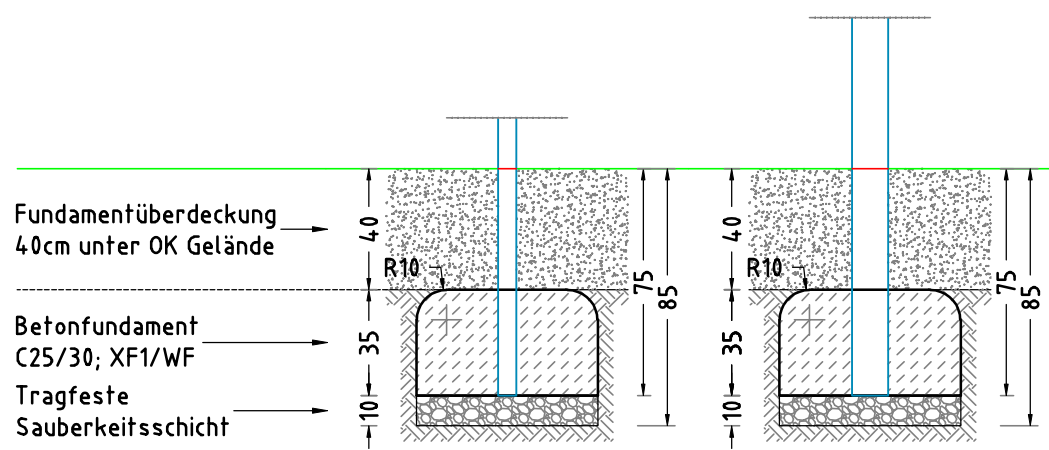
# PLATZBEDARF



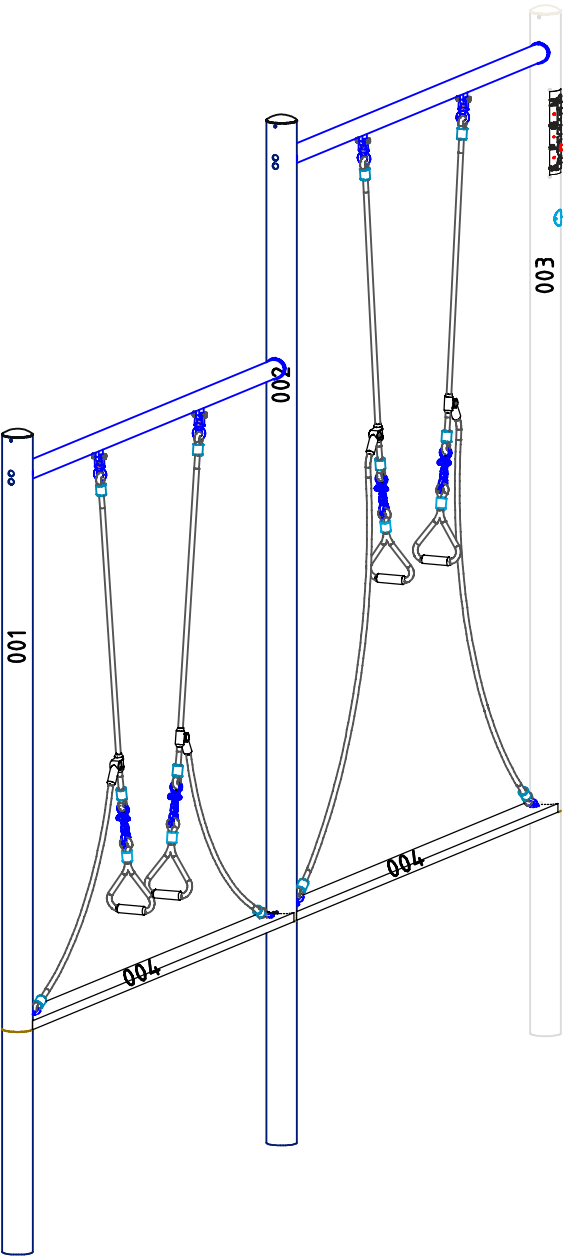
# FUNDAMENTPLAN



# FUNDAMENTSCHNITT(E) M 1:25



- × 1 Betonfundament(e) 60 x 100 x 35 cm - Übungsanleitungs-Stele mit abgerundeten - R10 Fundamentkanten  
Betonmenge/Fund.: 0,21 m³
- × 3 Betonfundament(e) 60 x 60 x 35 cm - Pfosten mit abgerundeten - R10 Fundamentkanten  
Betonmenge/Fund.: 0,12 m³



- (2) optional mit synthetischem Fallschutz ohne Randeinfassung für kritische Fallhöhe 100cm EM-X-21601-RG\* Verklebung auf drainagefähiger Betonschicht.
- (3) Die Position der Übungsanleitungs-Stele ist außerhalb des Übungsraumes frei wählbar. Hier nur eine Empfehlung

Flächenaufteilung	Deutschland [m²]	Europa [m²]
Bewegungsfläche	24,2	24,2
Rasen	24,2	24,2
loser Fallschutz 30cm	-	-
loser Fallschutz 40cm	-	-
Fallschutzplatten	-	-

Workout Triangel 25/100		Auftraggeber:		AB/AG-Nr.:	
EM-X-21601-G1-S6-HK		Beschreibung:		bvn: 90580	
x = Platzhalter, _ = "oder"		Format: DIN A3	Maßstab: 1:50	Maßeinheit: cm	Blatt: F 1 / 1
Planinhalt: Fundamentplan		Norm: EN 16630		Toleranzen nach DIN: ISO-2768-c	
Werkstoff/Behandlung: DiBond / Aluminium AlMgSi0,5 (EN-AW 6060) / FVZ + PULV		Zeichner: S. Krautscheid		Datum: 11.02.2020	
Geprüft: M. Göttberger		Datum: 04.03.2020		Index: 001	
Diese Zeichnung ist unser geistiges Eigentum. Sie darf ohne unsere schriftliche Einwilligung weder kopiert, verwendet, noch dritten Personen zugänglich gemacht werden.					

# BEWEGUNGSFLÄCHE (BF)

- durch gestrichelte Linien dargestellt
- Bodenmaterial und Schichtdicke gemäß Tabelle "BODENARTEN", für Geräte mit einer freien Fallhöhe von mehr als 100 cm und/oder Geräte mit erzwingener Bewegung sind immer stoßdämpfende Böden erforderlich

# BEWEGUNGSRAUM

- die Höhe des Bewegungsraums über der Bewegungsfläche muss mind. 220 cm betragen
- dieser Raum muss hindernisfrei sein und ist nicht für den Aufenthalt von Zuschauern vorbestimmt
- in diesem Raum dürfen sich keine Gegenstände befinden, auf die ein Benutzer fallen könnte und die Verletzungen verursachen könnten, z.B. scharfkantige oder gefährlich vorstehende Bauteile, herausragende Fundamente
- Bewegungsräume einschließlich Bewegungsflächen dürfen sich überschneiden. Ausgenommen davon sind Bewegungsräume um Geräte mit erzwingener Bewegung.

# ÜBUNGSRAUM

- durch gepunktete Linien dargestellt
- Übungsräume dürfen sich nicht überschneiden

# GERÄTEPOSITION

- ein Fitnessgerät darf nicht in der Bewegungsfläche eines anderen stehen
- falls Fitnessgeräte auf Spielplätzen oder ähnlichen Einrichtungen aufgestellt werden, müssen sie durch einen angemessenen Abstand, Einfriedungen oder andere bauliche Maßnahmen vom allgemeinen Spielbetrieb getrennt werden

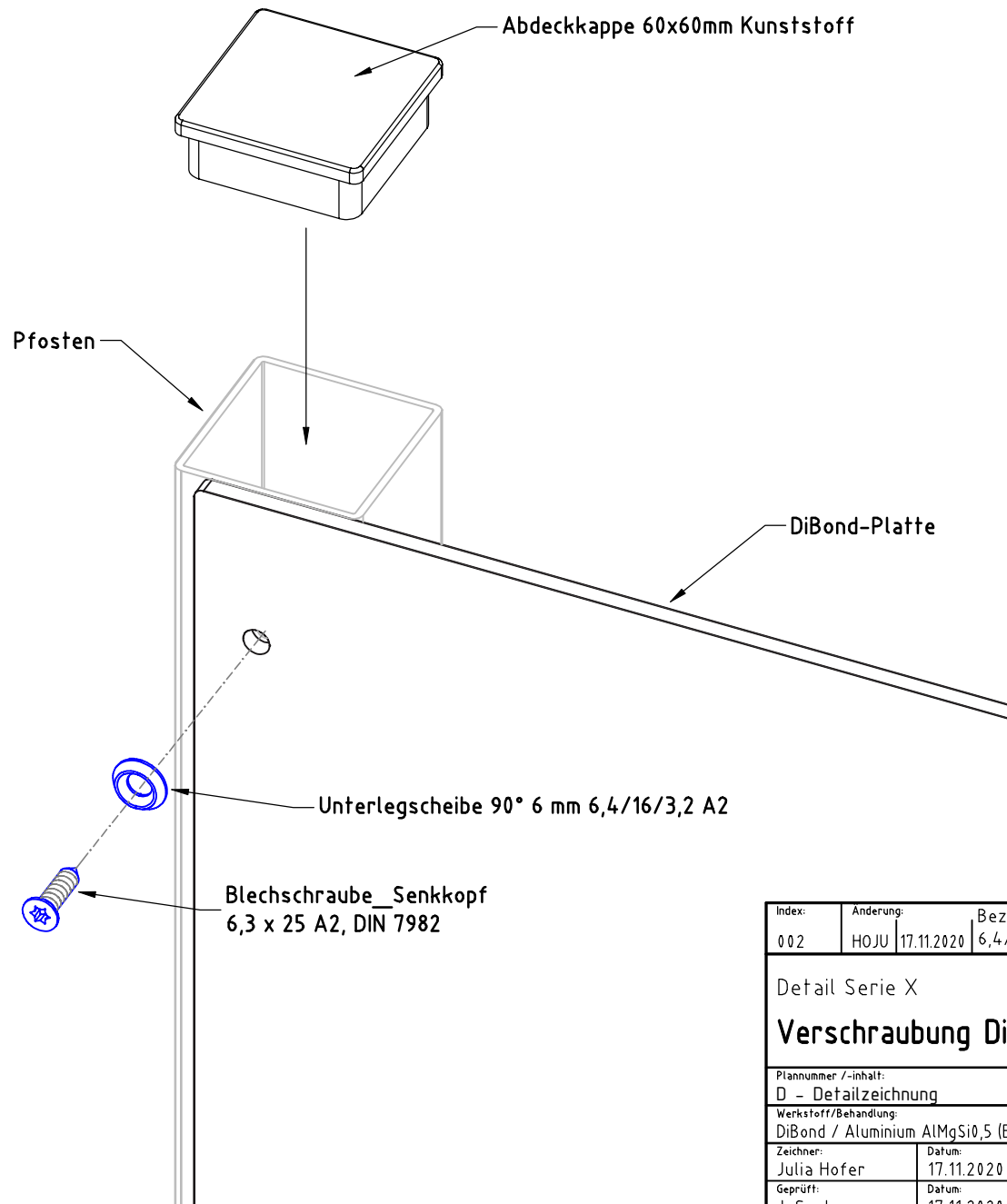
# TRAGFESTE SAUBERKEITSSCHICHT


- zum Einbau des Fundaments bzw. der Bewehrung ist eine ebene, feste Unterlage mit Schichtdicke mind. 5,0 cm bis 30,0 cm aus gut verdichtetem, nicht bindigem Boden (z.B. Kies, Schotter, Magerbeton) mit ausreichender Wasserdurchlässigkeit erforderlich.
- Stau- und Sickerwasserbildung vermeiden!

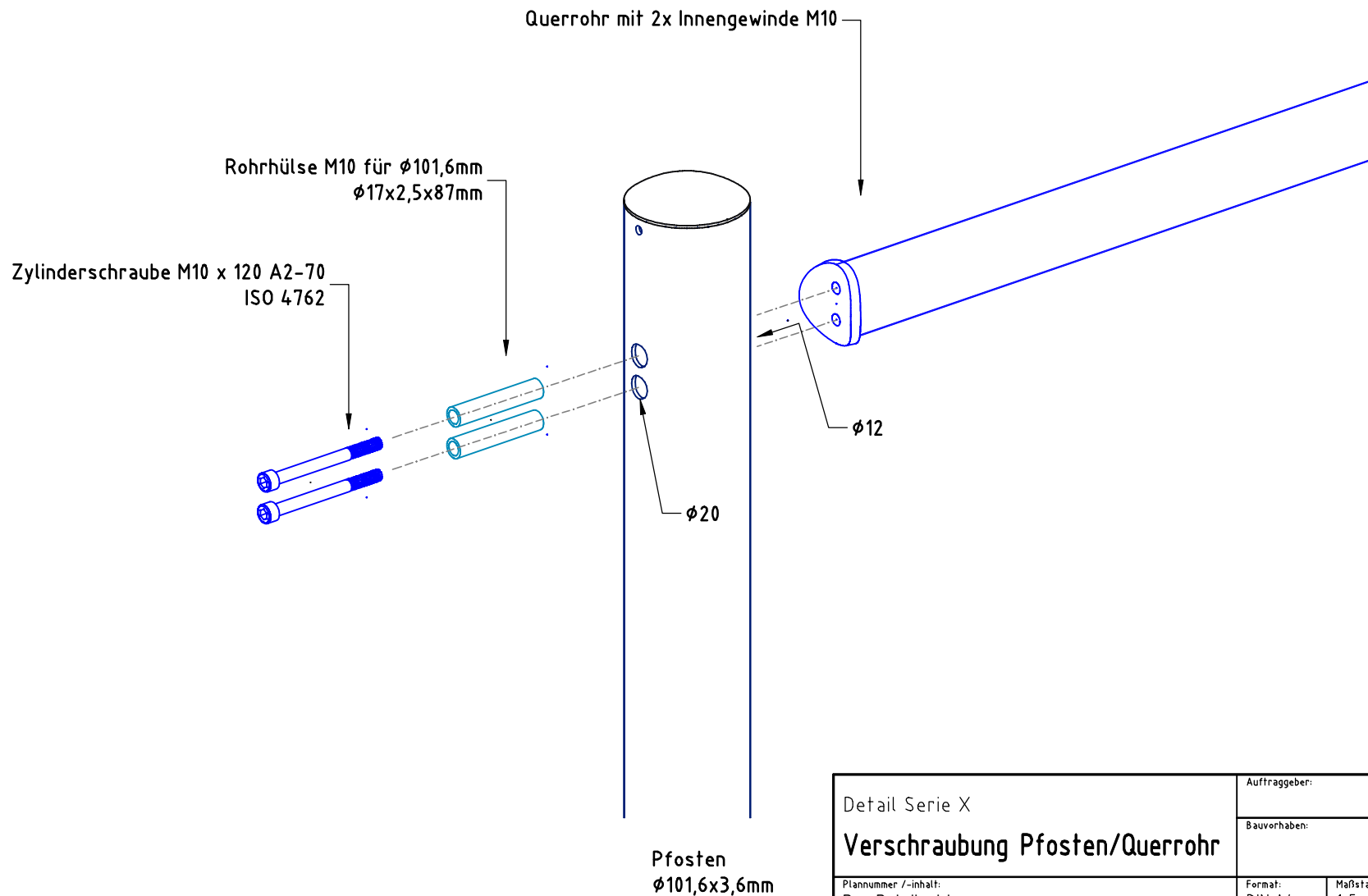
**Spielplatzgeräte Maier**


Ernst Maier Spielplatzgeräte GmbH  
 Wasserburger Str. 70, D-83552 Altenmarkt a. d. Alz  
 Tel. +49(0)862150 82-0, Fax +49(0)862150 82-11  
 www.spielplatzgeraete-maier.com  
 www.spgm-power.com

S · P · G · M  
**POWER**



Index: 002	Anderung: HOJU 17.11.2020	Bezeichnungsänderung von Unterlegscheibe 90° A2 zu Unterlegscheibe 90° 6mm 6,4/16/3,2 A2	
Detail Serie X <b>Verschraubung DiBond-Platten</b>			Auftraggeber: AB/AG-Nr:
Bauvorhaben:			bvn:
Plannummer /-inhalt: D - Detailzeichnung	Format: DIN A4	Maßstab: 1:2	Maßeinheit: mm
Blatt: D 1 / 1		Norm: EN 16630	Toleranzen nach DIN: ISO-2768-c
Werkstoff/Behandlung: DiBond / Aluminium AlMgSi0,5 (EN-AW 6060)			
Zeichner: Julia Hofer	Datum: 17.11.2020		
Geprüft: J. Seel	Datum: 17.11.2020		
Index: 002	Diese Zeichnung ist unser geistiges Eigentum. Sie darf ohne unsere schriftliche Einwilligung weder kopiert, verwertet, noch dritten Personen zugänglich gemacht werden.		
Ernst Maier Spielplatzgeräte GmbH Wasserburger Str. 70, D-83352 Altenmarkt a. d. Alz Tel. +49.(0)862150 82-0, Fax +49.(0)862150 82-11 www.spielplatzgeraete-maier.com www.spgm-power.com		 <b>S · P · G · M</b> <b>POWER</b>	



Detail Serie X		Auftraggeber:		AB/AG-Nr:	
Verschraubung Pfosten/Querrohr		Bauvorhaben:		bvn:	
Plannummer /-inhalt: D - Detailzeichnung	Format: DIN A4	Maßstab: 1:5	Maßeinheit: mm	Blatt: D 1 / 1	
Werkstoff/Behandlung:			Norm: EN 16630	Toleranzen nach DIN: ISO-2768-c	
Zeichner: S. Krautscheid	Datum: 03.03.2020				
Geprüft: J. Seel	Datum: 03.03.2020				
Index: 001	Diese Zeichnung ist unser geistiges Eigentum. Sie darf ohne unsere schriftliche Einwilligung weder kopiert, verwertet, noch dritten Personen zugänglich gemacht werden.		<b>Spielplatzgeräte Maier</b>  Ernst Maier Spielplatzgeräte GmbH Wasserburger Str. 70, D-83352 Altenmarkt a. d. Alz Tel. +49.(0)862150 82-0, Fax +49.(0)862150 82-11 www.spielplatzgeraete-maier.com www.spgm-power.com		