

# Sit Up Bench


FSW203



De KOMPAN Sit Up Bench zorgt voor een perfecte training van de core- en onderrugspieren door oefeningen als been heffen en sit ups. Er zijn prettige grepen toegevoegd zodat iedereen oefeningen op een correcte manier kan uitvoeren. De duurzame Ekogrip® toplaag biedt een perfecte grip, waardoor de Sit Up Bench ook gebruikt kan

worden als opstap voor het uitvoeren van diverse step- en springoefeningen en dat onder alle weersomstandigheden. De Sit Up Bench is voorzien van een handig instructiebord met daarop de basisoefening en een QR-code. Met behulp van de QR-code kunnen gebruikers verbinding maken met de KOMPAN fitness App, waar ze meerdere oefeningen en

workouts op ieder gewenst niveau kunnen vinden.

Item nummer FSW20300-0901	
<b>Algemene Product Informatie</b>	
Afmetingen LxBxH	153x88x81 cm
Leeftijdsgroep	13+
Speelcapaciteit	1
Kleuropties	



Meer op KOMPAN Fit app



# Sit Up Bench

FSW203



De staanders zijn gemaakt van Ø101,6 x 2 mm, voorverzinkt koolstofstaal en voorzien van een poedercoating, een goede bescherming tegen alle omstandigheden.



De connectoren zijn gemaakt van gegoten, hoogwaardig loodvrij aluminium, speciaal gelegeerd voor de buitenomgeving en zwaar gebruik. De schroeven waarmee de connectoren worden bevestigd zijn van roestvrij staal en worden beschermd door zinken ringen.



Het oppervlak is gemaakt van Ekogrip® panelen, bestaande uit 15mm polyethyleen met een 3mm toplaag van thermoplastisch rubber. De Ekogrip® panelen hebben een antislip-effect voor een comfortabele en veilige training onder alle weersomstandigheden.



Alle KOMPAN-fitnessproducten voldoen aan de ASTM F3101 & EN16630 Outdoor Fitness-normen. De belastingstesten worden uitgevoerd als een statische test door dynamische factoren en veiligheidsfactoren toe te voegen aan de gespecificeerde belasting van 78 kg per gebruiker. Een product dat bedoeld is voor 1 gebruiker wordt belast met 420 kg.



Het informatiebord is gemaakt van PA6 (Polyamide) en toont de meest relevante oefeningen en een QR-code. Bij het scannen verwijst de QR-code naar een animatie van de oefening en biedt de mogelijkheid om de KOMPAN sport & fitness App te downloaden, die een groot aantal oefeningen en workouts bevat.



KOMPAN fitnessproducten zijn standaard verkrijgbaar in oranje, RAL2010 en grijs, RAL7012. Alle andere RAL-kleuren zijn op aanvraag verkrijgbaar. Het is altijd mogelijk om aan te sluiten bij de omgeving of het kleurthema!

Item nummer FSW20300-0901

## Installatie informatie

Max. valhoogte	63 cm
Veiligheidszone	14,0 m²
Totale installatietijd	2,9
Graafwerk (vol.)	0,11 m³
Benodigd beton	0,00 m³
Verankeringsdiepte	90 cm
Verzendingsgewicht	58 kg
Verankeringsopties	In-ground ✓ Oppervlak ✓

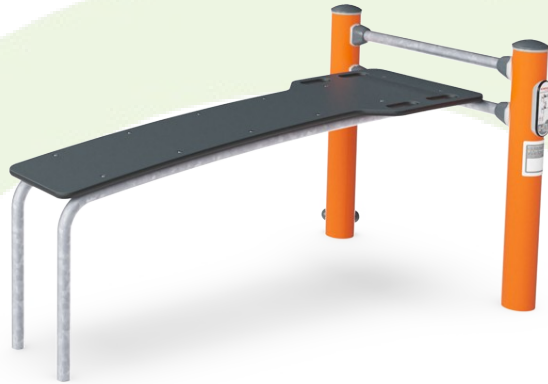
## Garantie informatie

EcoCore HDPE	Levenslang
Staander	10 jaar
Connectoren	10 jaar
Gegalvaniseerd staal	Levenslang
Gegarandeerde reserveonderdelen	10 jaar



# Sustainability Data

FSW203



Cradle to Gate A1-A3	Total CO <sub>2</sub> emission	CO <sub>2</sub> e/kg	Recycled materials
	kg CO <sub>2</sub> e	kg CO <sub>2</sub> e/kg	%
FSW20300-0901	133,90	3,41	37,80

The overall framework applied for these factors is the Environmental Product Declaration (EPD), which quantifies "environmental information on the life cycle of a product and enable comparisons between products fulfilling the same function" (ISO, 2006). This follows the structure and applies a Life-Cycle Assessment approach to the entire Product stage from raw material through manufacturing (A1-A3))

**KOMPAN**  
Let's play

## 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

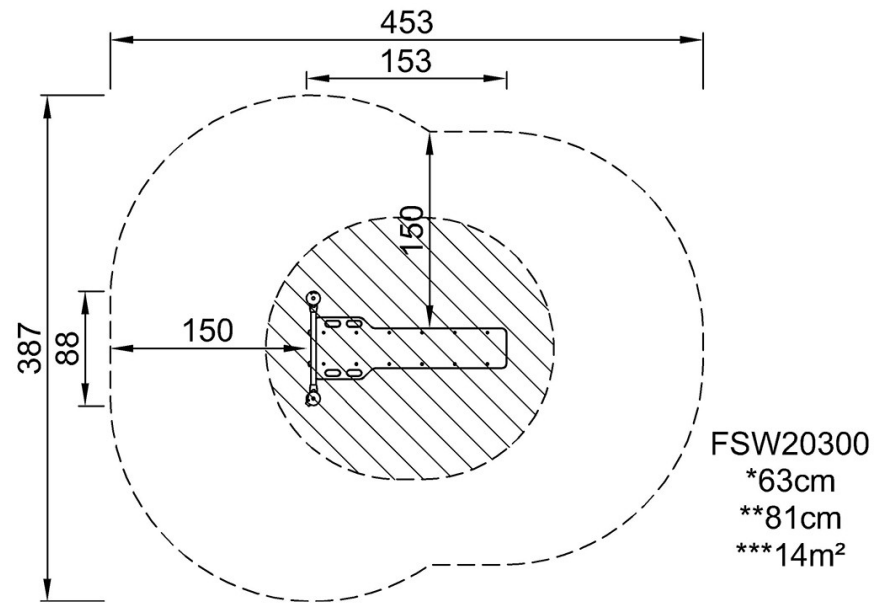


# Sit Up Bench

FSW203

Max. valhoogte | Totale Hoogte | Veiligheidszone

Max. valhoogte | Totale Hoogte



FSW20300

[Bekijk BOVENAANZICHT](#)

[Bekijk ZIJAAANZICHT](#)