



▶ SIŁOWNIE
ZEWNĘTRZNE

▶ STREET
WORKOUT

▶ TRAMPOLINY
MIEJSKIE

▶ STACJE
NAPRAWY
ROWERÓW

erfit



BIKLO
NAPRAW SWOJ ROWER

O FIRMIE

ERFIT - SIŁOWNIE ZEWNĘTRZNE & STREET WORKOUT

Jesteśmy firmą specjalizującą się w produkcji i kompleksowym wyposażeniu siłowni zewnętrznych i placów street workout, których zadaniem jest umożliwienie wszystkim, niezależnie od wieku i umiejętności, dostępu do atrakcyjnej formy aktywności fizycznej na świeżym powietrzu.

Proponowane przez nas urządzenia stanowią idealne uzupełnienie placów zabaw dla dzieci, parków oraz obiektów sportowych. Mamy nadzieję, że tworzenie ogólnodostępnych, atrakcyjnych w użytkowaniu placów fitness zachęci do podjęcia ćwiczeń ruchowych osoby w różnym wieku i zmotywuje do przejścia na zdrowszy tryb życia.

W naszej ofercie znajduje się 17 różnych urządzeń siłowni zewnętrznej przeznaczonych do ćwiczeń siłowych, cardio oraz rozciągania.



siła



kardio



rozciąganie





DLACZEGO MY

ERFIT - SIŁOWNIE ZEWNĘTRZNE & STREET WORKOUT

Od ponad 6 lat z powodzeniem zajmujemy się zagospodarowywaniem terenów aktywności fizycznej w kraju i za granicą.

Oferowane przez nas urządzenia spełniają wymogi najnowszej normy dotyczącej siłowni zewnętrznych:

PN-EN 16630:2015 (wyposażenie siłowni plenerowych zainstalowanych na stałe) oraz **DIN 79000:2012** (wymagania bezpieczeństwa i metody badań siłowni zewnętrznych), co zostało potwierdzone stosownymi certyfikatami i atestami.

Gwarantuje to pełne bezpieczeństwo użytkowania oraz wieloletnią trwałość naszych urządzeń.

ERFIT W LICZBACH

ERFIT - SIŁOWNIE ZEWNĘTRZNE & STREET WORKOUT

7

lat na rynku

39

różnych stacji
do ćwiczeń

500+

realizacji

3 500+

zainstalowanych
stanowisk

URZĄDZENIA SIŁOWNIE ZEWNĘTRZNE

ERFIT - SIŁOWNIE ZEWNĘTRZNE & STREET WORKOUT



01 | Wyciąg górny - Odwodziciel



FUNKCJE

Wzmacnianie mięśni klatki piersiowej, ramion oraz barków

INSTRUKCJA

- » Usiądź wygodnie, plecami opierając się o siedzisko
- » O: Złap rękami za uchwyty. Przyciągnij je do siebie zdecydowanym ruchem
- » W: Złap rękami za uchwyty. Odepchnij je od siebie zdecydowanym ruchem, prostując ręce

WYMIARY

2 200 x 742 x 1 950 mm



02 | Prasa ręczna - Wyciąg dolny



FUNKCJE

Wzmacnianie mięśni ramion

INSTRUKCJA

- » Usiądź wygodnie, plecami opierając się o siedzisko
- » Złap oba uchwyty rękami:
- » P: Przyciągnij uchwyty do klatki piersiowej zdecydowanym, płynnym ruchem
- » W: Odepchnij uchwyty zdecydowanym płynnym ruchem

WYMIARY

2 183 x 942 x 1 135 mm



03 | Prasa nożna



FUNKCJE

Wzmacnianie mięśni nóg

INSTRUKCJA

- » Usiądź wygodnie na siedzisku, oprzyj nogi o podesty
- » Prostując nogi zdecydowanym ruchem odepchnij się od urządzenia
- » Powróć do pozycji wyjściowej

WYMIARY

1 105 x 460 x 1 670 mm



04 | Orbitrek

FUNKCJE

Wzmacnianie wydolności serca i płuc, poprawianie koordynacji ruchowej, aktywacja ruchu bioder, barków oraz ramion

INSTRUKCJA

- » Złap rękami za uchwyty, stań na pedałach
- » Pchaj i ciągnij drążki rękami, równocześnie poruszając nogami w przód i w tył, na zmianę

WYMIARY

1 140 x 700 x 1 650 mm



05 | Biegacz

FUNKCJE

Wzmacnianie wydolności serca i płuc, poprawianie koordynacji ruchowej. Wzmacnianie mięśni nóg

INSTRUKCJA

- » Złap rękami uchwyty, stań na platformach
- » Naprzemiennie poruszaj nogami w przód i w tył

WYMIARY

1 085 x 380 x 1 400 mm



06 | Twister - Biegacz - Wahadło

FUNKCJE

Poprawa koordynacji ruchowej. Wzmacnianie mięśni nóg oraz brzucha.

INSTRUKCJA

- » T: Używając jedynie dolnej części ciała wykonuj jednostajne ruchy od lewej do prawej.
- » B: Naprzemiennie poruszaj nogami w przód i w tył.
- » W: Używając mięśni bioder i brzucha wpraw urządzenie w ruch wahadłowy.

WYMIARY

2 080 x 860 x 1 400 mm





07 | Twister - Wahadło

FUNKCJE

Wzmacnianie mięśni brzucha, poprawa koordynacji ruchowej

INSTRUKCJA

- » Złap rękami za uchwyty, wejdź na podest / na platformę obrotową
- » W: Używając mięśni bioder i brzucha wpraw urządzenie w ruch wahadłowy
- » T: Używając jedynie dolnej części ciała wykonuj jednostajne ruchy od lewej do prawej

WYMIARY

1 190 x 860 x 1 311 mm



08 | Stepper - Wahadło

FUNKCJE

Wzmacnianie mięśni brzucha oraz nóg. Poprawa koordynacji ruchowej.

INSTRUKCJA

- » Złap rękami za uchwyty, stań na platformie obrotowej
- » S: Poruszaj nogami naprzemiennie w górę i dół.
- » W: Używając mięśni bioder i brzucha wpraw urządzenie w ruch wahadłowy

WYMIARY

1 190 x 860 x 1 311 mm



09 | Twister - Stepper

FUNKCJE

Wzmacnianie mięśni brzucha oraz nóg. Poprawa koordynacji ruchowej.

INSTRUKCJA

- » Złap rękami za uchwyty, wejdź na podest / na platformę obrotową
- » T: Używając jedynie dolnej części ciała wykonuj jednostajne ruchy od lewej do prawej.
- » S: Poruszaj nogami naprzemiennie w górę i dół

WYMIARY

1 190 x 860 x 1 311 mm





10 | Wioślarz

FUNKCJE

Wzmacnianie mięśni pleców, ramion i nóg

INSTRUKCJA

- » Usiądź na siedzisku, złap rękami za uchwyty, umieść stopy na platformach
- » Prostuj nogi, jednocześnie przyciągaj do siebie uchwyty
- » Wróć do pozycji wyjściowej

WYMIARY

1 310 x 1 010 x 1 175 mm



11 | Jeździec

FUNKCJE

Wzmacnianie mięśni nóg, ramion oraz górnej partii pleców

INSTRUKCJA

- » Usiądź na siedzisku, złap rękami za uchwyty, umieść stopy na platformach
- » Prostuj nogi, jednocześnie przyciągaj do siebie uchwyty
- » Wróć do pozycji wyjściowej

WYMIARY

1 460 x 520 x 1050 mm



12 | Rowerek

FUNKCJE

Wzmacnianie wydolności serca i płuc, poprawianie koordynacji ruchowej oraz wzmacnianie mięśni nóg

INSTRUKCJA

- » Usiądź na siedzisku, złap rękami za uchwyty, umieść stopy na pedałach
- » Poruszaj nogami jak na rowerze

WYMIARY

980 x 600 x 1 360 mm





13 | Ławeczka - Prostownik pleców

FUNKCJE

Wzmacnianie mięśni brzucha i grzbietu

INSTRUKCJA

- » Ł: Połóż się na ławeczce, unieś tułów napinając mięśnie brzucha, a następnie opuść ciało
- » P: Zapierając nogami o poprzeczkę połóż biodra na wsporniku. Wykonuj płynne opady i unoszenia tułowia

WYMIARY

1 577 x 1 290 x 924 mm



14 | Koła tai-chi duże i małe

FUNKCJE

Wzmacnianie mięśni ramion, aktywacja ruchu nadgarstków i łokci

INSTRUKCJA

- » Duże koła: Złap rękami za uchwyty, powoli obracaj kołem w prawo lub w lewo.
- » Małe koła: Złap małe koła oburącz, następnie obracaj kołami w prawo lub w lewo.

WYMIARY

1 015 x 1 010 x 1 880 mm



15 | Podnosiciel nóg

FUNKCJE

Wzmacnianie mięśni nóg i brzucha

INSTRUKCJA

- » Usiądź wygodnie, umieść nogi pod platformami
- » Złap rękami za uchwyty. Prostuj nogi zdecydowanym, ale powolnym ruchem
- » Wróć do pozycji wyjściowej

WYMIARY

800 x 705 x 946 mm





16 | Drabinka - Podciąg nóg

FUNKCJE

Wzmacnianie mięśni pleców, brzucha oraz ramion

INSTRUKCJA

- » D: Złap rękami za uchwyty, zginając ręce w łokciach podciągaj ciało do góry
- » P: Umieść ręce na wspornikach, złap za uchwyty. Nogi podciągnij do tułowia a następnie opuść powolnym ruchem

WYMIARY

1 532 x 730 x 1 722 mm



18 | Masażer

FUNKCJE

Masaż mięśni pleców i talii

INSTRUKCJA

- » Złap rękami za uchwyty
- » Stań tyłem do urządzenia, oprzyj się o nie
- » Poruszaj ciałem pionowo lub poziomo

WYMIARY

900 x 665 x 1 380 mm



25 | Tablica informacyjna





CHARAKTERYSTYKA TECHNICZNA

ERFIT - SIŁOWNIE ZEWNĘTRZNE & STREET WORKOUT

- Platformy, pedały i siedziska wykonane ze stali o grubości 3,2 mm
- Rury zakończone stalowymi kapslami zaślepiającymi
- Platformy, pedały i siedziska wykonane ze stali o grubości 2 mm
- Elementy stalowe malowane proszkowo z podkładem cynkowym
- Każde urządzenie posiada metalową tabliczkę z instrukcją obsługi

Wszystkie oferowane urządzenia posiadają certyfikat TUV potwierdzający zgodność z najnowszymi normami:
PN EN 16630:2015 - wyposażenie siłowni plenerowych zainstalowanych na stałe;
DIN 79000:2012 - wymagania bezpieczeństwa siłowni zewnętrznych

PRZYKŁADOWE ZESTAWY

ERFIT - SIŁOWNIE ZEWNĘTRZNE & STREET WORKOUT

01 | Zestaw 5-stanowiskowy

cena zestawu
10 500,00
zł brutto



Orbitrek



Twister - Biegacz - Wahadło



Jeździec

02 | Zestaw 8-stanowiskowy



Orbitrek



Twister - Biegacz - Wahadło



Jeździec



Wyciąg górny - Odwodziciel



Prasa nożna

cena zestawu
18 500,00
zł brutto



03 | Zestaw 12-stanowiskowy



Orbitrek



Twister - Biegacz - Wahadło



Wioślarz



Wyciąg górny - Odwodziciel



Prasa nożna



Drabinka - Podciąg nóg



Rowerek

cena zestawu
24 500,00
zł brutto

STREET WORKOUT

ERFIT - SIŁOWNIE ZEWNĘTRZNE & STREET WORKOUT

Idealnym uzupełnieniem urządzeń siłowni zewnętrznych ERFIT jest seria Street Workout, przeznaczona do treningu siłowego opartego na ciężarze własnego ciała. Dbając o zapewnienie najwyższej funkcjonalności elementów w procesie projektowania i produkcji biorą udział trenerzy personalni.

W naszej ofercie znajduje się 18 różnych urządzeń, które można łączyć w dowolne kombinacje. Przedstawiamy również 8 zestawów, stanowiących połączenie najbardziej popularnych elementów.

Każdy plac Street Workout jest wyposażony w tablicę informacyjną zawierającą piktogramy oraz opis przykładowych ćwiczeń, aby umożliwić rozpoczęcie przygody z kalisteniką oraz street workoutem nawet początkującym użytkownikom.

Oferujemy kompleksowe wykonanie placów, zgodnie z koncepcją przedstawioną przez klienta. Wystarczy wysłać do nas projekt, a my wykonamy go dla Ciebie!





CHARAKTERYSTYKA TECHNICZNA

ERFIT - SIŁOWNIE ZEWNĘTRZNE & STREET WORKOUT

- Urządzenia produkowane w Polsce
- Konstrukcja nośna wykonana z profili stalowych 100 mm x 100 mm i grubości 3,2 mm
- Słupy zakończone stalowymi kapslami zaślepiającymi
- Drążki wykonane z rur stalowych o średnicy 33,7 mm i grubości 3,2 mm
- Wszystkie elementy stalowe malowane proszkowo z pokładem cynkowym
- Gwarancja 2 lata

Istnieje możliwość malowania elementów w kolorystyce RAL.



URZĄDZENIA - STREET WORKOUT

ERFIT - SIŁOWNIE ZEWNĘTRZNE & STREET WORKOUT

01 | Drabinka pozioma



02 | Drabinka pionowa



03 | Drabinka skośna



04 | Drążki wysokie



05 | Drążki niskie



06 | Drabinka strażacka



07 | Drabinka z obręczami



08 | Poręcz



09 | Poręcz do pompek



10 | Ławeczka kozioł



11 | Ławka skośna



12 | Podesty



13 | Równoważnia prosta



14 | Równoważnia łamana



15 | Rura pole dance



16 | Koła gimnastyczne



17 | Lina do wspinania



18 | Worek treningowy





01 | Zestaw SW01



02 | Zestaw SW02



03 | Zestaw SW03



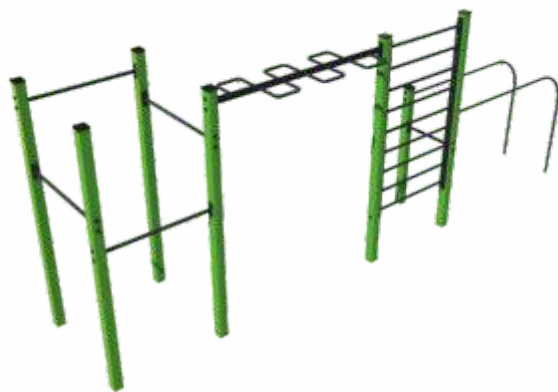
04 | Zestaw SW04



05 | Zestaw SW05



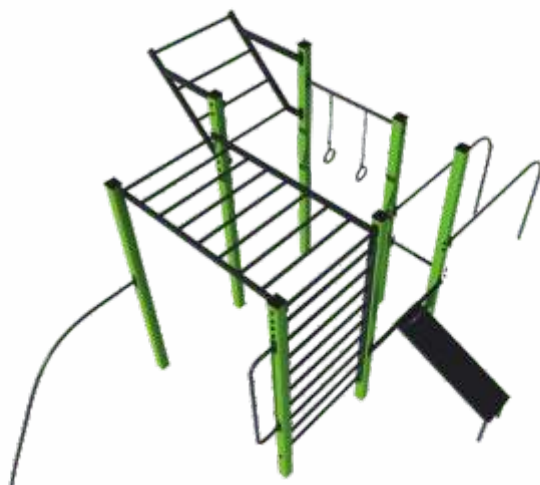
06 | Zestaw SW06



07 | Zestaw SW07



08 | Zestaw SW08



TRAMPOLINY MIEJSKIE

ERFIT - SIŁOWNIE ZEWNĘTRZNE & STREET WORKOUT

Kolejną możliwością uzupełnienia placu rekreacyjnego jest zamontowanie na nim trampoliny miejskiej.

Urządzenie te, nie tylko zapewni świetną zabawę najmłodszym, ale także umożliwi starszym użytkownikom aktywność fizyczną łączącą w sobie dużą dawkę wysiłku oraz rozrywki.

Trampoliny można montować pojedynczo, jako element wzbogacający plac zabaw czy siłownię zewnętrzną, a także tworzyć parki trampolin, budując obok siebie elementy o różnych wielkościach i kształtach, umożliwiając skakanie pomiędzy nimi. Zapewniając tym samym jeszcze więcej zabawy, która rozwija naturalne ruchy oraz wszystkie grupy mięśni.

Trampoliny produkowane przez firmę ERFIT wykonane są z najwyższej jakości tworzywa, zapewniając tym samym odporność na warunki atmosferyczne. Każda trampolina wykończona jest pasem płytek z nawierzchni bezpiecznej.

Jako jedyni w Polsce oferujemy możliwość wykonania maty do skakania w różnych wariantach kolorystycznych: standardowym – czarnym, oraz opcjonalnych: niebieskim, czerwonym, zielonym, lub żółtym, umożliwiając tym samym stworzenie niepowtarzalnego wzoru trampoliny.



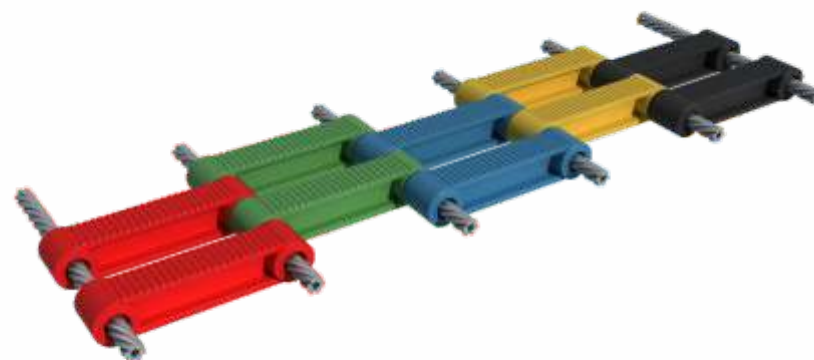


CHARAKTERYSTYKA TECHNICZNA

ERFIT - SIŁOWNIE ZEWNĘTRZNE & STREET WORKOUT

- Trampoliny produkowane w Polsce
- Obudowa trampoliny wykonana z blachy stalowej ocynkowanej o grubości 3 mm
- Mata do skakania wykonana z polipropylenu nawleczonego na linki stalowe w otulinie PCV
- Sprężyny trampolinowe wykonane z drutu stalowego o średnicy 3,2 mm
- Konstrukcja trampoliny osłonięta matami SBR o grubości 50 mm
- Gwarancja 2 lata

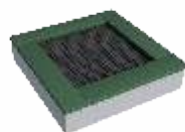
Maty do skakania Erfit dostępne są w 5 różnych kolorach.





TRAMPOLINY MIEJSKIE

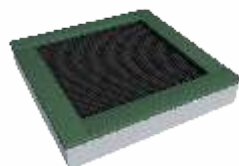
ERFIT - SIŁOWNIE ZEWNĘTRZNE & STREET WORKOUT



01 | Trampolina mała

Powierzchnia do skakania: 100 x 100 cm

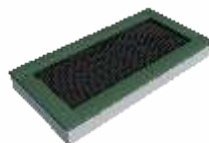
Wymiary trampoliny: 150 x 150 x 40 cm



02 | Trampolina duża

Powierzchnia do skakania: 150 x 150 cm

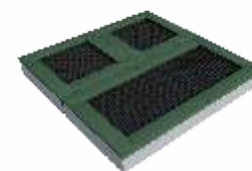
Wymiary trampoliny: 200 x 200 x 40 cm



03 | Trampolina prostokąt

Powierzchnia do skakania: 100 x 300 cm

Wymiary trampoliny: 150 x 350 x 40 cm

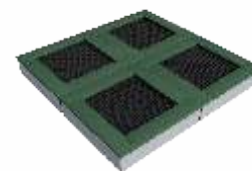


04 | Zestaw trampolin 1

Powierzchnia do skakania: 2 x 100 x 100 cm

1 x 100 x 250 cm

Wymiary trampoliny: 300 x 300 x 40 cm



05 | Zestaw trampolin 2

Powierzchnia do skakania: 4 x 100 x 100 cm

Wymiary trampoliny: 300 x 300 x 40 cm

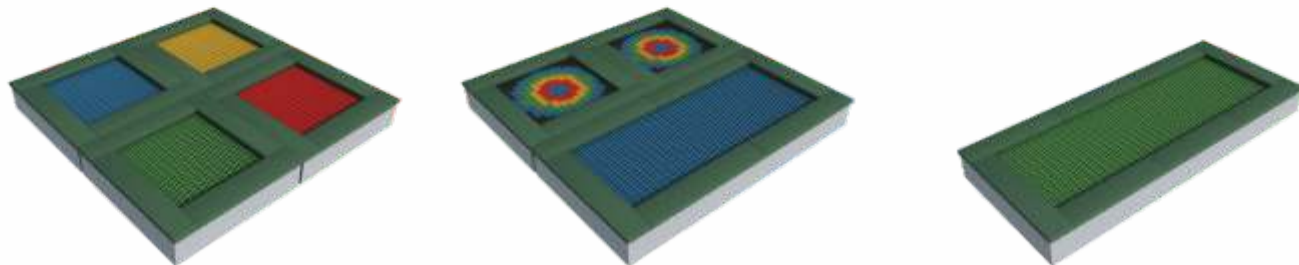
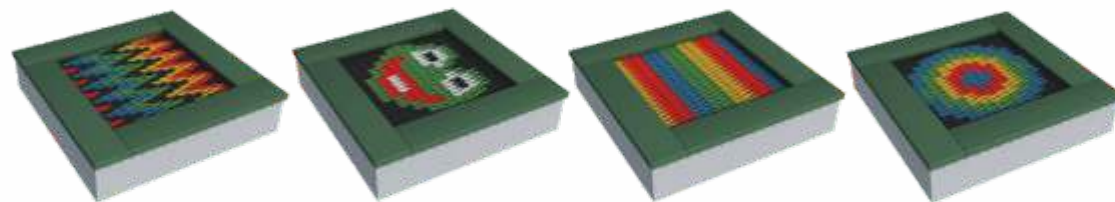
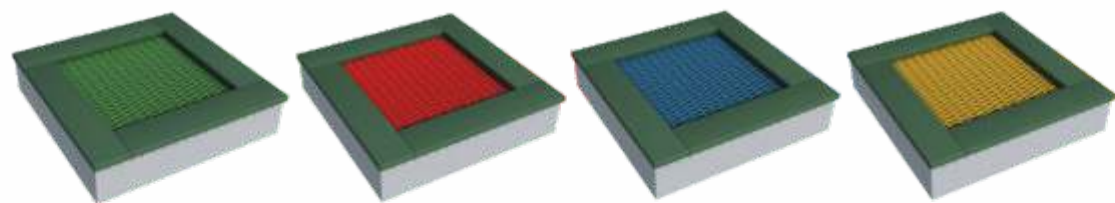


06 | Hamak miejski

Wymiary: 300 x 80 cm

STWÓRZ SWOJĄ TRAMPOLINĘ Z DOWOLNYM WZOREM

ERFIT - SIŁOWNIE ZEWNĘTRZNE & STREET WORKOUT



STACJE NAPRAWY ROWERÓW

EBIKLO - SAMOOBSŁUGOWE STACJE NAPRAWY ROWERÓW

Specyfikacja techniczna

- Konstrukcja nośna wykonana z blachy stalowej S235JR o grubości 3,2 mm.
- Wszystkie wsporniki wykonane z blachy stalowej o grubości 4 mm.
- Podstawa urządzenia wykonana z blachy stalowej o grubości 7 mm.
- Uchwyt rowerowy wykonany z PVC.
- Wszystkie narzędzia zamocowanie na linkach stalowych w osłonie PCV.

Zestaw narzędzi



- wkrętak krzyżak
- wkrętak płaski



- klucz płaski 8-10
- klucz płaski 13-15



- klucz nastawny



- TORX T10
- TORX T25
- TORX T30



- 2 łyżki do ściągania opony



- imbusy (3mm, 4mm, 5mm,
6mm, 8mm, 10mm)



- pompka z uniwersalnym
adapterem (200 psi / 14 BAR)



Kolorystyka RAL

Wszystkie elementy stalowe malowane proszkowo z podkładem cynkowym.

Istnieje możliwość malowania urządzenia na dowolny kolor z palety RAL.



ELEMENTY BIKLO

EBIKLO - SAMOObsŁUGOWE STACJE NAPRAWY ROWERÓW



Stacja naprawy rowerów



Stacja naprawy rowerów z ławeczką



Pompka rowerowa



Stojak rowerowy wzór 2



Stojak rowerowy z logo Klienta



Stacja naprawy rowerów z logo



Mała stacja naprawy rowerów



Stojak z pompką rowerową



Stojak rowerowy wzór 1

ERFIT & BIKLO

- SIŁOWNIE ZEWNĘTRZNE
- STREET WORKOUT
- TRAMPOLINY MIEJSKIE
- STACJE NAPRAWY ROWERÓW

ZAMÓWIENIA I KONTAKT

Centrala Gdańsk
ul. Przytulna 40/42
80-176 Gdańsk

tel.: 58 350 96 95
fax: 58 742 10 71
kom.: 601 757 980
e-mail: biuro@erfit.pl
biuro@biklo.pl



BIKLO
NAPRAW SWÓJ ROWER

WYBRANE REALIZACJE

ERFIT - SIŁOWNIE ZEWNĘTRZNE & STREET WORKOUT

Urząd Miejski w Gdańsku – ul. Leśna Góra
Urząd Miejski w Tczewie – ul. Kasztanowa
Urząd Miejski w Rumi – ul. Włókiennicza
Urząd Miejski w Bytowie – ul. Mickiewicza
Urząd Miejski w Zabrzu – os. Kotarbińskiego
Zarząd Dróg i Zieleni w Gdańsku – ul. Wita Stwosza
Starostwo Powiatowe w Człuchowie – Czarne
Urząd Gminy Słupsk – Siemianice
Urząd Gminy Starogard Gdański – Zduny
Urząd Gminy Kolbudy – Łapino
Urząd Gminy Przodkowo – ul. Sportowa
Urząd Gminy Przywidz – ul. Szkolna
Urząd Gminy Ustka – Rowy
Urząd Gminy Klucze – Ryczówek
Urząd Gminy Ujsoły – ul. Sportowa
Urząd Gminy Wiązowna – Glinianka
Urząd Gminy Lasowice Wielkie – Chudoby
Urząd Gminy Andrychów – ul. Grunwaldzka
Urząd Gminy Piątnica – Czarnocin
Kwidzyńskie Centrum Sportu i Rekreacji – ul. Baczyńskiego
Centralny Ośrodek Sportu AZS w Gdańsku – ul. Stogi
SM Jasień Gdańsk – Park Jasieński
SM Żabianka Gdańsk – ul. Sztormowa
SM Suchanino Gdańsk – ul. Karola Kurpińskiego
SM Rozstaje Gdańsk – ul. Stefana Drzewieckiego
SM Przymorze Gdańsk – ul. Piastowska
SM Karwiny Gdynia – ul. Zofii Nałkowskiej
SM w Tczewie – ul. Topolowa
SM Budowlani Gdańsk – ul. Bitwy Oliwskiej
SM Czyn Słupsk – ul. Władysława IV
SM Victoria Kraków – os. Kościuszkowskie
GPEC Gdańsk – Park im. Ronalda Reagana
Stowarzyszenie Przedsiębiorczości i Rehabilitacji w Gdańsku – ul. Mikołaja Reja
Ośrodek Lecznico – Rehabilitacyjny Kamieniec – ul. Polna