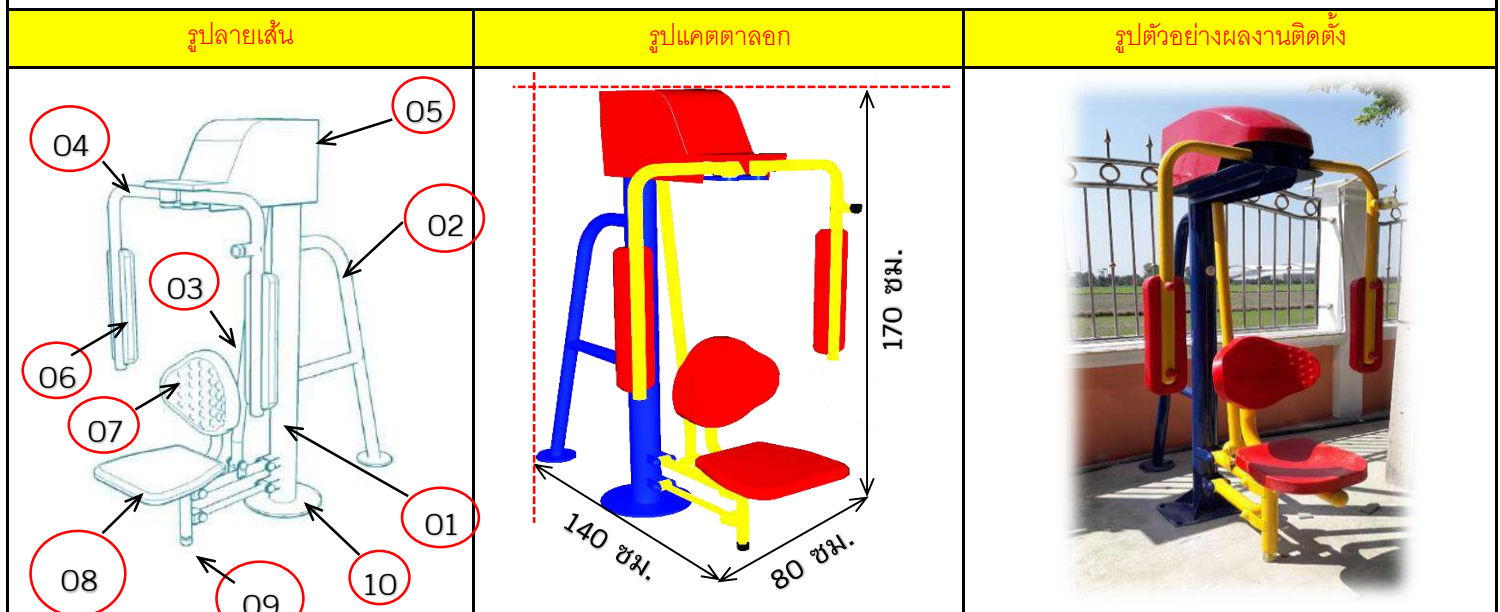


เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นพิเศษ เกรด A รหัส OUL

OUL-01 อุปกรณ์บริหารแขน-หัวไหล่-หน้าอก (แบบถ่าง-หุบยกตัว)

ขนาด 80 x 140 x 170 ซม.



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

| ลำดับ | รายการ | วัสดุ | รายละเอียด |
|-------|---------------|------------------|---|
| 01 | ชุดเสาดัง | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 02 | ชุดเสาค้ำ | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 03 | ชุดคานซึก | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 1.5 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 04 | ชุดแขนจับ | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 05 | ที่ครอบหัวเสา | เหล็กแผ่น | ทำจากเหล็กแผ่น 2.0 มม. ตัดประกอบเป็นชิ้นเดียว กว้างไม่น้อยกว่า 30 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 70 ซม. สูงไม่น้อยกว่า 25 ซม. |
| 06 | อาร์มรองแขน | พลาสติก | ทรงสี่เหลี่ยมมุมโค้งมน ขนาดกว้างไม่น้อยกว่า 10 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 4 ซม. |
| 07 | ที่พิง | พลาสติก | ทรงสี่เหลี่ยมขนมเบียดก้านโค้งรับแผ่นหลัง หล่อขึ้นรูป ความกว้างไม่น้อยกว่า 30 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 2.5 ซม. |
| 08 | ที่นั่ง | พลาสติก | ทรงสี่เหลี่ยมคางหมูขอบมน กว้างไม่น้อยกว่า 35 ซม. ความยาวไม่น้อยกว่า 35 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 2.5 ซม. |
| 09 | ยางกันกระแทก | ยูรีเทนใส | ยูรีเทนใสทรงกระบอกขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 5 ซม. สูงไม่น้อยกว่า 2.5 ซม. |
| 10 | แป้นยึดพื้น | เหล็กเพลท | ตัดเพลทเป็นรูป สี่เหลี่ยม หรือวงกลม ความหนาเพลทไม่น้อยกว่า 6 มม. และเจาะรูสำหรับยึดทุก |
| 11 | สี | โพลียูรีเทน (PU) | เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทน ความเงาทนทานต่อน้ำ-สารเคมี เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ |

ข้อแนะนำการใช้

1. นั่งบนเบาะหลังพิงพนักพิง
2. จับที่ด้ามจับทั้งสองด้านในระดับหน้าอก
3. ดึงด้ามจับทั้งสองด้านเข้าหาตัวพร้อมกันให้หยุดอยู่ตรงกลางหน้าอกพอดีแล้วค่อย ๆ คลายออก
4. ดึงด้ามจับเข้าหาตัวทีละแขนสลับซ้าย-ขวา แล้วค่อย ๆ คลายออกก็ได้
5. ทำซ้ำ 10 ครั้ง รวม 3 เซ็ต

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อหน้าอก หัวไหล่แข็งแรง
2. ทำให้กล้ามเนื้อแขนแข็งแรง

ข้อควรระวัง

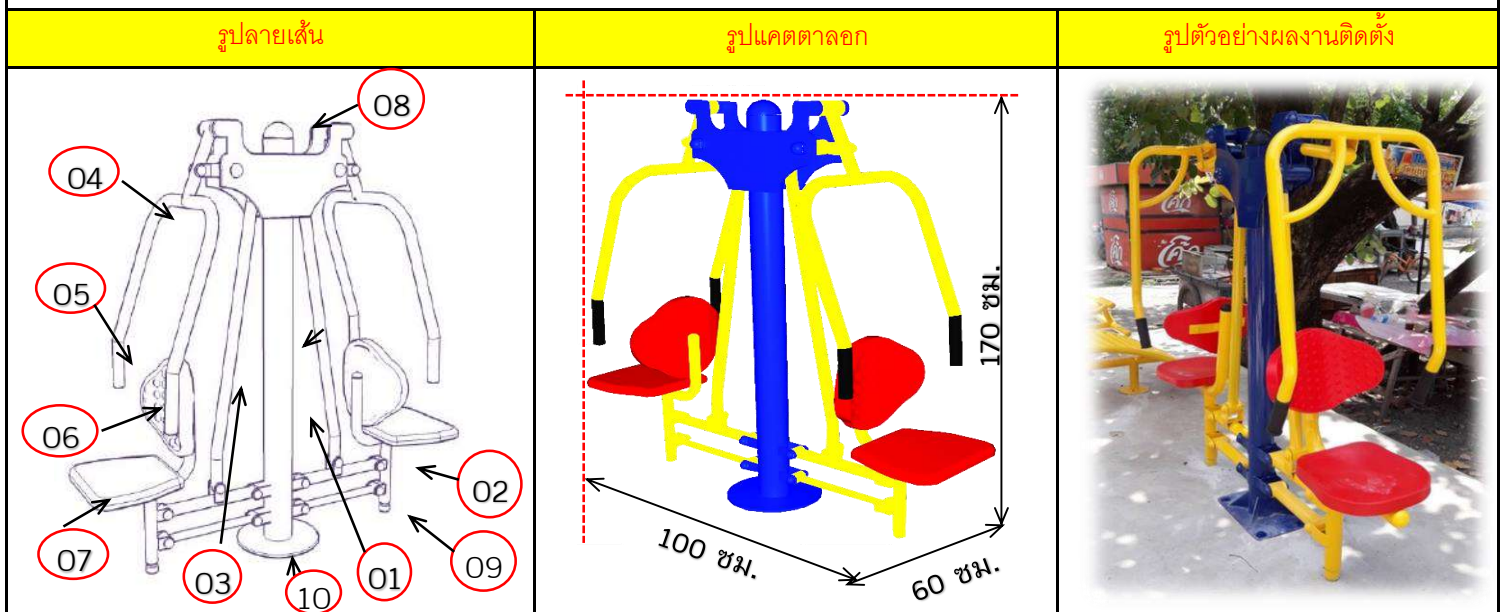
ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ

ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นพิเศษ เกรด A รหัส OUL

OUL-02 อุปกรณ์บริหารแขน-หัวไหล่-หน้าอก (แบบต้นยกตัว)

ขนาด 60 x 100 x 170 ซม.



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

| ลำดับ | รายการ | วัสดุ | รายละเอียด |
|-------|------------------|--------------------|---|
| 01 | ชุดเสาตั้ง | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 02 | ชุดเสารับที่นั่ง | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 03 | ชุดคานชัก | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 1.5 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 04 | ชุดมือจับ | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 05 | ปลอกมือจับ | ยางธรรมชาติ(NR) | ทำจากยาง ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 4 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 15 ซม. หนา 2 มม. มีปุ่มเล็กกระจายอยู่โดยรอบ ไม่น้อยกว่า 1000ปุ่ม สำหรับนวดฝ่ามือและกันลื่น |
| 06 | ที่พิง | พลาสติก | ทรงสี่เหลี่ยมขนมเปียกปูนโค้งรับแผ่นหลัง หล่อขึ้นรูป ความกว้างไม่น้อยกว่า 30 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 2.5 ซม. |
| 07 | ที่นั่ง | พลาสติก | ทรงสี่เหลี่ยมคางหมูขอบมน กว้างไม่น้อยกว่า 35 ซม. ความยาวไม่น้อยกว่า 35 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 2.5 ซม. |
| 08 | ฝาครอบหัวเสา | ยางสังเคราะห์(NBR) | เป็นยางเกรดสูง หล่อขึ้นรูปทรงโดม \varnothing ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว |
| 09 | ยางกันกระแทก | ยูรีเทนใส | ยูรีเทนใสทรงกระบอกขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 5 ซม. สูงไม่น้อยกว่า 2.5 ซม. |
| 10 | แป้นยึดพื้น | เหล็กเพลท | ตัดเพลทเป็นรูป สี่เหลี่ยม หรือวงกลม ความหนาเพลทไม่น้อยกว่า 6 มม. และเจาะรูสำหรับยึดทุก |
| 11 | สี | โพลียูรีเทน (PU) | เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทน ความเงาทนทานต่อน้ำ-สารเคมี เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ |

ข้อแนะนำการใช้

1. นั่งบนเบาะนั่งให้หลังชนกับพนักพิงมือจับที่เหล็กทั้งสองข้าง
2. ใช้มือทั้งสองข้างดันเหล็กแขนจับทั้งสองข้างไปด้านหน้าแล้วค่อยๆผ่อนคืน
3. ทำซ้ำแต่ละ 10 ครั้ง รวม 3 เซ็ต

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. กล้ามเนื้อแขน-หัวไหล่แข็งแรง
2. ได้กล้ามเนื้อหน้าอก

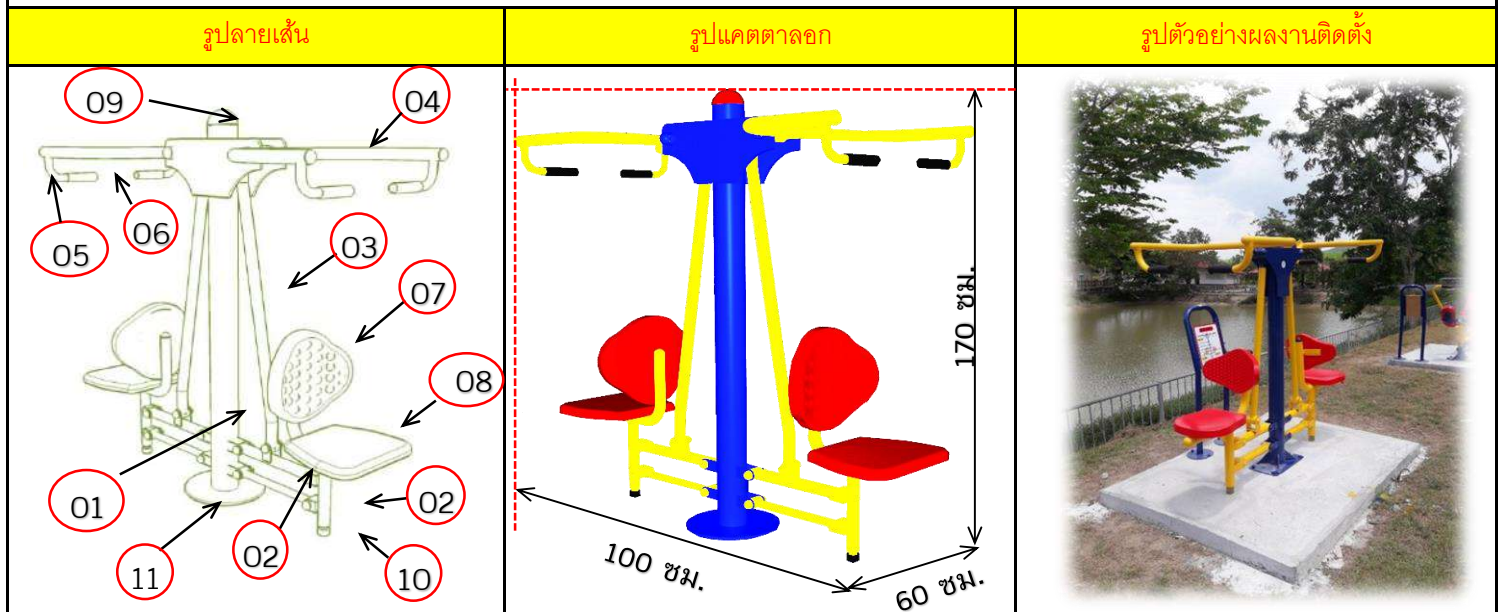
ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นพิเศษ เกรด A รหัส OUL

OUL-03 อุปกรณ์บริหารแขน-หัวไหล่-หน้าอก (แบบดึงยกตัว)

ขนาด 60 x 100 x 170 ซม.



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

| ลำดับ | รายการ | วัสดุ | รายละเอียด |
|-------|------------------|--------------------|---|
| 01 | ชุดเสาตั้ง | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 02 | ชุดเสารับที่นั่ง | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 03 | ชุดคานชัก | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 1.5 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 04 | ชุดคานดึง | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 1.5 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 05 | ชุดมือจับ | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 06 | ปลอกมือจับ | ยางธรรมชาติ(NR) | ทำจากยาง ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 4 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 15 ซม. หนา 2 มม. มีปุ่มเล็กกระจายอยู่โดยรอบ ไม่น้อยกว่า 1000ปุ่ม สำหรับนิ้วมือและกำปั้น |
| 07 | ที่พิง | พลาสติก | ทรงสี่เหลี่ยมขนมเบี่ยงปุ่นโค้งรับแผ่นหลัง หล่อขึ้นรูป ความกว้างไม่น้อยกว่า 30 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 2.5 ซม. |
| 08 | ที่นั่ง | พลาสติก | ทรงสี่เหลี่ยมคางหมูขอบมน กว้างไม่น้อยกว่า 35 ซม. ความยาวไม่น้อยกว่า 35 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 2.5 ซม. |
| 09 | ฝาครอบหัวเสา | ยางสังเคราะห์(NBR) | เป็นยางเกรดสูง หล่อขึ้นรูปทรงโดม \varnothing ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว |
| 10 | ยางกันกระแทก | ยูรีเทนใส | ยูรีเทนใสทรงกระบอกขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 5 ซม. สูงไม่น้อยกว่า 2.5 ซม. |
| 11 | แป้นยึดพื้น | เหล็กเพลท | ตัดเพลทเป็นรูป สี่เหลี่ยม หรือวงกลม ความหนาเพลทไม่น้อยกว่า 6 มม. และเจาะรูสำหรับยึดทุก |
| 12 | สี | โพลียูรีเทน (PU) | เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทน ความเงาทนทานต่อน้ำ-สารเคมี เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ |

ข้อแนะนำการใช้

- | | |
|---|---|
| <ol style="list-style-type: none"> 1. นั่งบนที่นั่งหลังพิงหนักพิง 2. จับที่ด้ามจับด้านบนทั้งสองข้าง 3. ดึงด้ามจับลงหาตัวเพื่อยกตัวขึ้น | <ol style="list-style-type: none"> 4. ค่อย ๆ ยืดแขนขึ้นด้านบนอย่างช้า ๆ เพื่อปล่อยตัวลงกลับที่เดิม 5. ทำซ้ำ 10 ครั้ง รวม 3 เซ็ต |
|---|---|

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อหน้าอก หัวไหล่แข็งแรง
2. ทำให้กล้ามเนื้อแขนแข็งแรง

ข้อควรระวัง

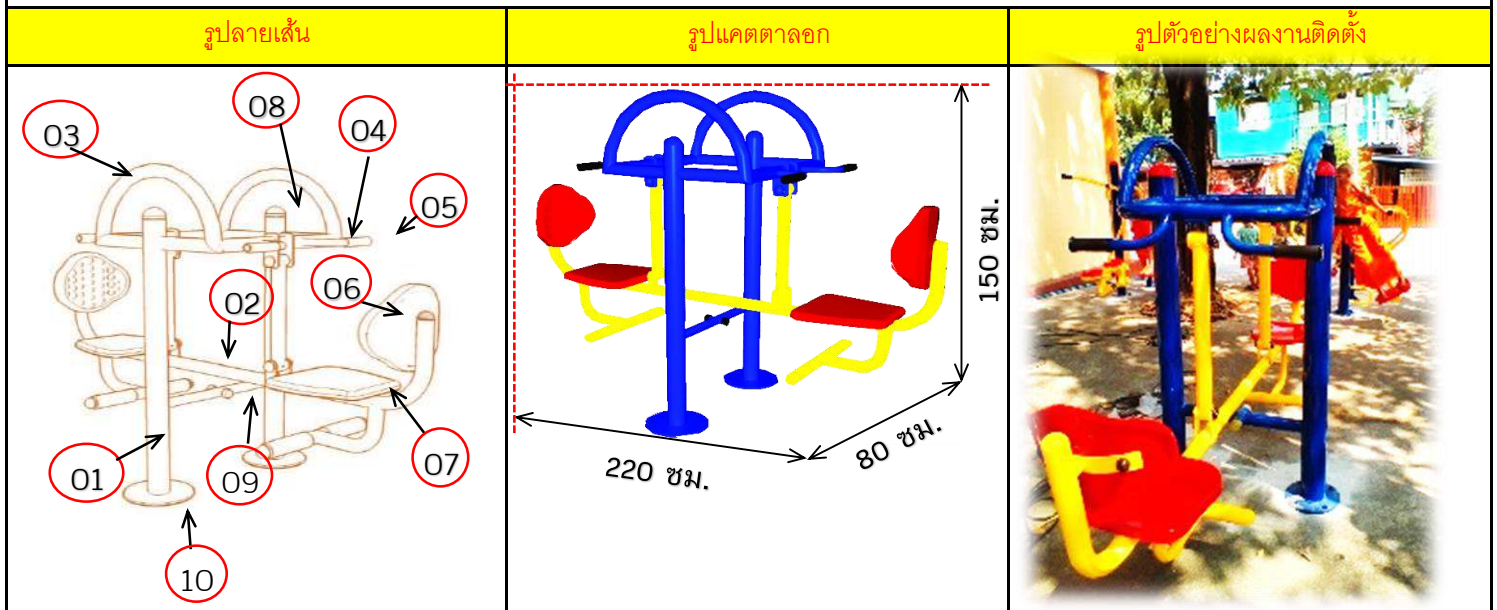
ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ

ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นพิเศษ เกรด A รหัส OUL

OUL-04 อุปกรณ์นั่งโยก (แบบมือดันคู่)

ขนาด 80 x 220 x 150 ซม.



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

| ลำดับ | รายการ | วัสดุ | รายละเอียด |
|-------|--------------|--------------------|---|
| 01 | ชุดเสาดัง | ท่อเหล็ก | ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 02 | ชุดคานโยก | ท่อเหล็ก | ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 03 | ชุดเหล็กโค้ง | ท่อเหล็ก | ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 1.5 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 04 | ชุดมือจับ | ท่อเหล็ก | ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 05 | ปลอกมือจับ | ยางธรรมชาติ(NR) | ทำจากยาง ขนาด ๑ ไม่น้อยกว่า 4 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 15 ซม. หนา 2 มม. มีปุ่มเล็กๆกระจายอยู่โดยรอบ ไม่น้อยกว่า 1000ปุ่ม สำหรับนิ้วฝ่ามือและกำลั้น |
| 06 | ที่พิง | พลาสติก | ทรงสี่เหลี่ยมขนมเปียกปูนโค้งรับแผ่นหลัง หล่อขึ้นรูป ความกว้างไม่น้อยกว่า 30 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 2.5 ซม. |
| 07 | ที่นั่ง | พลาสติก | ทรงสี่เหลี่ยมคางหมูขอบมน กว้างไม่น้อยกว่า 35 ซม. ความยาวไม่น้อยกว่า 35 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 2.5 ซม. |
| 08 | ฝาครอบหัวเสา | ยางสังเคราะห์(NBR) | เป็นยางเกรดสูง หล่อขึ้นรูปทรงโดม Ø ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว |
| 09 | ยางกันกระแทก | ยูรีเทนใส | ยูรีเทนใสทรงกระบอกขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 5 ซม. สูงไม่น้อยกว่า 2.5 ซม. |
| 10 | แป้นยึดพื้น | เหล็กเพลท | ตัดเพลทเป็นรูป สี่เหลี่ยม หรือวงกลม ความหนาเพลทไม่น้อยกว่า 6 มม. และเจาะรูสำหรับยึดทุก |
| 11 | สี | โพลียูรีเทน (PU) | เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทน ความเงาทนทานต่อน้ำ-สารเคมี เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ |

ข้อแนะนำการใช้

1. นั่งบนเบาะนั่ง ให้หลังชนกับพนักพิงมือจับที่เหล็กทั้งสองข้าง
2. ใช้มือทั้งสองข้างดันเหล็กแขนจับทั้งสองข้างไปด้านหน้าแล้วค่อยๆผ่อนคืน
3. ทำเซตละ 10 ครั้ง รวม 3 เซต

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. กล้ามเนื้อแขน-หัวไหล่แข็งแรง
2. ได้กล้ามเนื้อหน้าอก

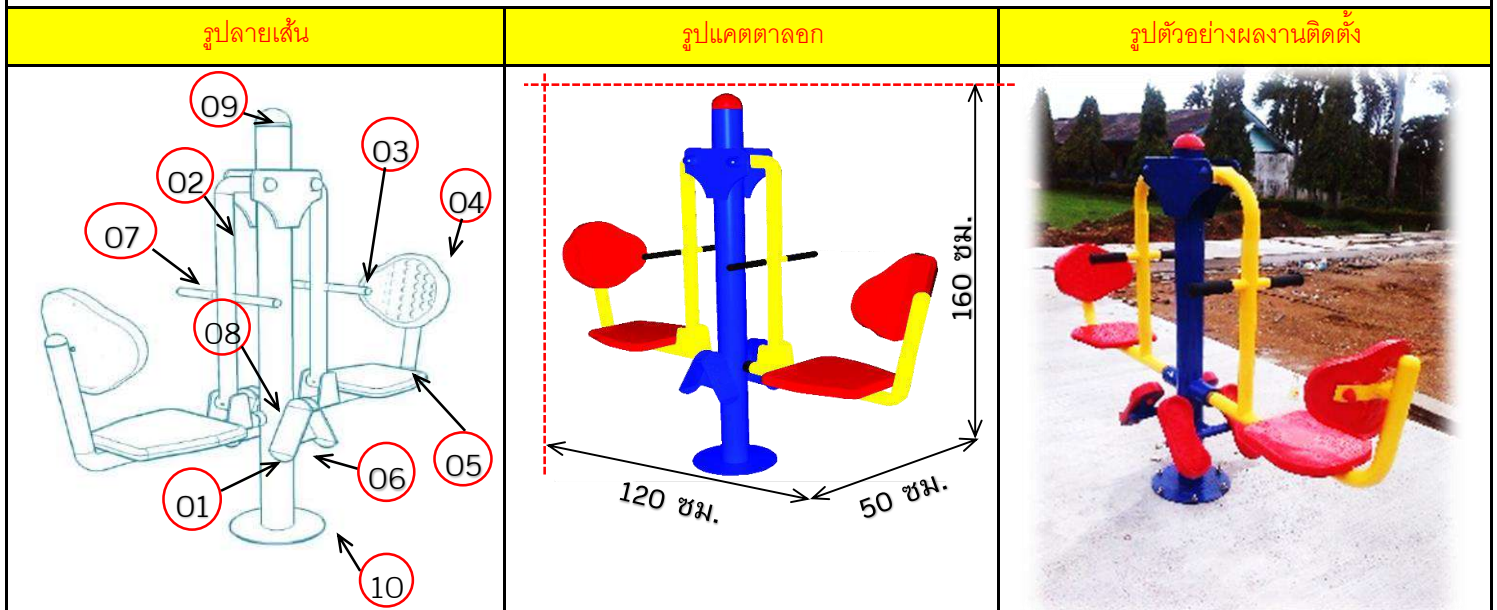
ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นพิเศษ เกรด A รหัส OUL

OUL-05 อุปกรณ์นั่งโยก (แบบขาถีบคู่)

ขนาด 50 x 120 x 160 ซม.



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

| ลำดับ | รายการ | วัสดุ | รายละเอียด |
|-------|--------------|--------------------|---|
| 01 | ชุดเสาดัง | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 02 | ชุดคานโยก | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 03 | ชุดมือจับ | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 04 | ที่พิง | พลาสติก | ทรงสี่เหลี่ยมขนมเปียกปูนโค้งรับแผ่นหลัง หล่อขึ้นรูป ความกว้างไม่น้อยกว่า 30 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 2.5 ซม. |
| 05 | ที่นั่ง | พลาสติก | ทรงสี่เหลี่ยมคางหมูขอบมน กว้างไม่น้อยกว่า 35 ซม. ความยาวไม่น้อยกว่า 35 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 2.5 ซม. |
| 06 | รองเท้า | พลาสติก | ทรงรูปถั่ว กว้างไม่น้อยกว่า 18 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 5 ซม. |
| 07 | ปลอกมือจับ | ยางธรรมชาติ(NR) | ทำจากยาง ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 4 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 15 ซม. หนา 2 มม. มีปุ่มเล็กกระจายอยู่โดยรอบ ไม่น้อยกว่า 1000ปุ่ม สำหรับนวดฝ่ามือและกันลื่น |
| 08 | ยางกันกระแทก | ยูรีเทนใส | ยูรีเทนใสทรงกระบอกขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 5 ซม. สูงไม่น้อยกว่า 2.5 ซม. |
| 09 | ฝาครอบหัวเสา | ยางสังเคราะห์(NBR) | เป็นยางเกรดสูง หล่อขึ้นรูปทรงโดม \varnothing ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว |
| 10 | แป้นยึดพื้น | เหล็กเพลท | ตัดเพลทเป็นรูป สี่เหลี่ยม หรือวงกลม ความหนาเพลทไม่น้อยกว่า 6 มม. และเจาะรูสำหรับยึดทุก |
| 11 | สี | โพลียูรีเทน (PU) | เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทน ความเงาทนทานต่อน้ำ-สารเคมี เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ |

ข้อแนะนำการใช้

1. นั่งบนที่นั่งให้หลังชนกับพนักพิงมือจับที่เหล็กทั้งสองข้างและเท้าทั้งสองข้างเหยียบที่เท้าเหยียบทั้งสองข้าง
2. ใช้แล้วค่อยใช้เท้าทั้งสองข้างเหยียดไปด้านหน้าแล้วผ่อนกลับคืน
3. ทำซ้ำแต่ละ 10 ครั้ง รวม 3 เซ็ต

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. กล้ามเนื้อขา-ข้อเท้า-หัวเข่า
2. บริหารสะโพก-หน้าท้อง

ข้อควรระวัง

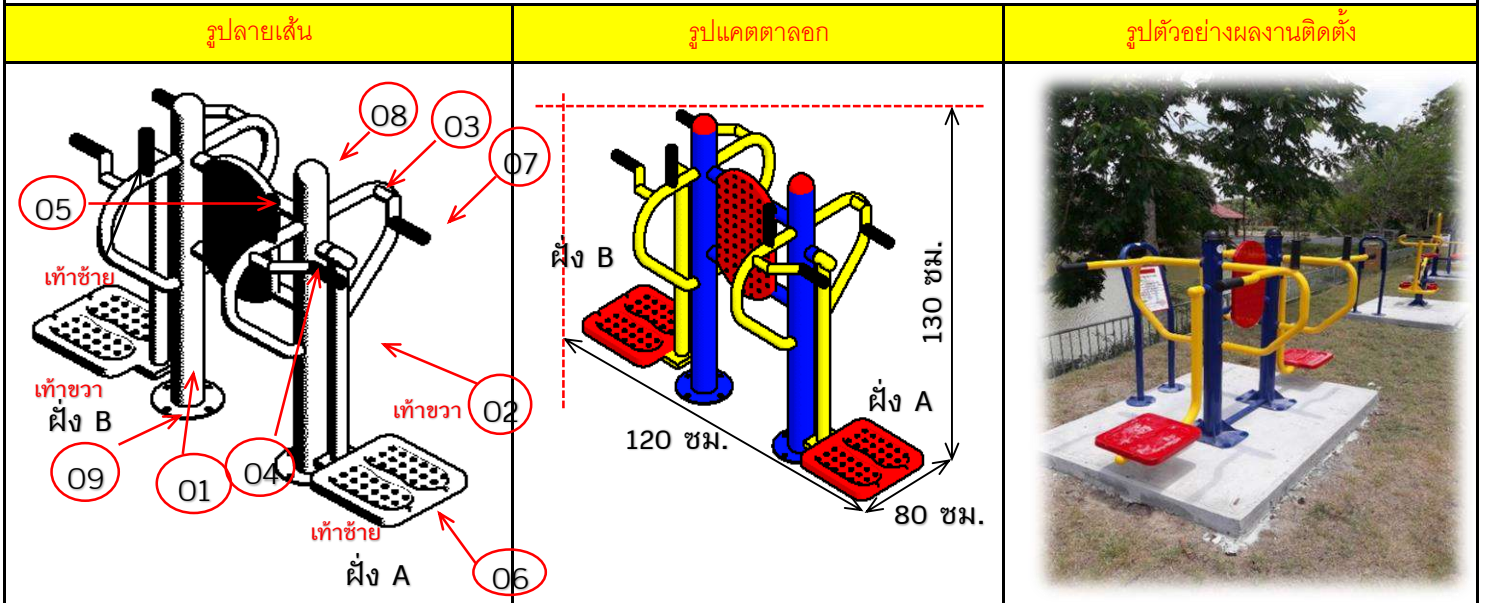
ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ

ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นพิเศษ เกรด A รหัส OUL

OUL-06 อุปกรณ์แกว่งสะโพก-ทรงตัวคู่

ขนาด 80 x 120 x 130 ซม.



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

| ลำดับ | รายการ | วัสดุ | รายละเอียด |
|-------|------------------|--------------------|---|
| 01 | ชุดเสาตั้ง | ท่อเหล็ก | ขนาด ϕ ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 02 | ชุดแกนแกว่ง | ท่อเหล็ก | ขนาด ϕ ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 03 | ชุดโครงมือจับ | ท่อเหล็ก | ขนาด ϕ ไม่น้อยกว่า 1.5 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 04 | ชุดมือจับ | ท่อเหล็ก | ขนาด ϕ ไม่น้อยกว่า 1.2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 05 | ที่พิงหลัง | พลาสติก | มีขนาดกว้างไม่น้อยกว่า 25 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 60 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 2.5 ซม. |
| 06 | ที่เหยียบเท้าคู่ | พลาสติก | หล่อทรงสี่เหลี่ยมขอบมนขนาด กว้าง ไม่น้อยกว่า 35 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 35 ซม. วางเท้า ซ้าย-ขวา ได้ร่วมกันในชิ้นเดียว |
| 07 | ปลอกมือจับ | ยางธรรมชาติ(NR) | ทำจากยาง ขนาด ϕ ไม่น้อยกว่า 4 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 15 ซม. หนา 2 มม. มีปุ่มเล็กกระจายอยู่โดยรอบ ไม่น้อยกว่า 1000ปุ่ม สำหรับนวดฝ่ามือและกันลื่น |
| 08 | ฝาครอบหัวเสา | ยางสังเคราะห์(NBR) | เป็นยางเกรดสูง หล่อขึ้นรูปทรงโดม ϕ ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว |
| 09 | แป้นยึดพื้น | เหล็กเพลท | ตัดเพลทเป็นรูป สี่เหลี่ยม หรือวงกลม ความหนาเพลทไม่น้อยกว่า 6 มม. และเจาะรูสำหรับยึดทุก |
| 10 | สี | โพลียูรีเทน (PU) | เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงาลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ส่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ |

ข้อแนะนำการใช้

1. ยืนบนแผ่นรองเท้าใช้มือจับด้ามจับทั้งสองข้างให้มั่น
2. ออกแรงแกว่งลำตัวไปทางซ้าย-ขวา เริ่มจากช้า แล้วเพิ่มความเร็วขึ้นตามลำดับ ในลักษณะลูกตุ้มนาฬิกา ทำติดต่อกันประมาณ 10-20 นาที
3. ยืนหันหลังระหว่างอุปกรณ์แกว่งตัวทั้งสองข้างโดยพิงหลังกับแผ่นรองหลังพร้อมกับใช้มือจับทั้งสองข้างให้มั่นคงเกร็งลำตัว-กล้ามเนื้อแล้วยกลำตัวท่อนล่างและขาขึ้นให้ท่ามุมฉากกับลำตัวท่อนบน เกร็งค้างไว้ประมาณ 2 วินาที แล้วค่อยๆ ปล่อยลง แล้วเริ่มทำใหม่
4. ทำเซตละ 5 ครั้ง รวม 5 เซต

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อเอว-ข้อสะโพกแข็งแรง
2. ทำให้กล้ามเนื้อท้อง-แขนแข็งแรง

ข้อควรระวัง

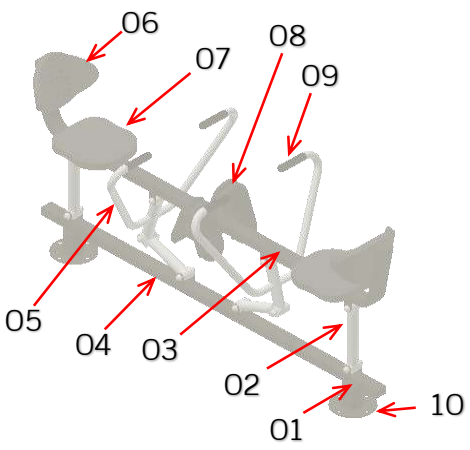
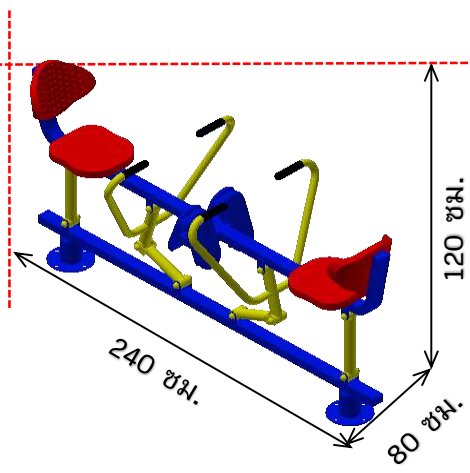
ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ

ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นพิเศษ เกรด A รหัส OUL

OUL-07 อุปกรณ์โยกกรรเชียงบดคู่

ขนาด 80 x 240 x 120 ซม.

| รูปสายเส้น | รูปแคตตาล็อก | รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง |
|--|--|-------------------------|
|  |  | |

คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

| ลำดับ | รายการ | วัสดุ | รายละเอียด |
|-------|---------------|------------------|--|
| 01 | ชุดเสาดัง | ท่อเหล็ก | ขนาด ϕ ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 02 | ชุดขาโยก | ท่อเหล็ก | ขนาด ϕ ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 03 | ชุดคานรองบน | เหล็กกล่อง | คานรองบน ขนาดไม่น้อยกว่า 70 มม. x 30 มม. หนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 04 | ชุดคานรองล่าง | เหล็กกล่อง | คานรองล่าง ขนาดไม่น้อยกว่า 90 มม. x 45 มม. หนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 05 | ชุดมือจับ | ท่อเหล็ก | ขนาด ϕ ไม่น้อยกว่า 1.2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 06 | ที่พิง | พลาสติก | ทรงสี่เหลี่ยมขนมเบียดปูนโค้งรับแผ่นหลัง หล่อขึ้นรูป ความกว้างไม่น้อยกว่า 30 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 2.5 ซม. |
| 07 | ที่นั่ง | พลาสติก | ทรงสี่เหลี่ยมคางหมูขอบมน กว้างไม่น้อยกว่า 35 ซม. ความยาวไม่น้อยกว่า 35 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 2.5 ซม. |
| 08 | รองเท้า | พลาสติก | ทรงรูปตัว U กว้างไม่น้อยกว่า 18 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 5 ซม. |
| 09 | ปลอกมือจับ | ยางธรรมชาติ(NR) | ทำจากยาง ขนาด ϕ ไม่น้อยกว่า 4 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 15 ซม. หนา 2 มม. |
| 10 | แป้นยึดพื้น | เหล็กเพลท | ตัดเพลทเป็นรูป สี่เหลี่ยม หรือวงกลม ความหนาเพลทไม่น้อยกว่า 6 มม. และเจาะรูสำหรับยึดทุก |
| 11 | สี | โพลียูรีเทน (PU) | เป็นสีทับหน้าคลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงาลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ |

ข้อแนะนำการใช้

1. นั่งบนเบาะพร้อมกับใช้มือจับด้ามจับให้มั่น
2. ใช้เท้าเหยียบที่คานรองเท้าด้านหน้า
3. ดึงด้ามจับเข้าหาตัว พร้อมกับเอนลำตัวไปด้านหลังแล้วค่อยๆ ปล่อยกลับที่เดิม
4. ทำซ้ำแต่ละ 10 ครั้ง รวม 3 เซ็ต

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อแขน-ขาแข็งแรง
2. ทำให้กล้ามเนื้อหน้าท้องแข็งแรง

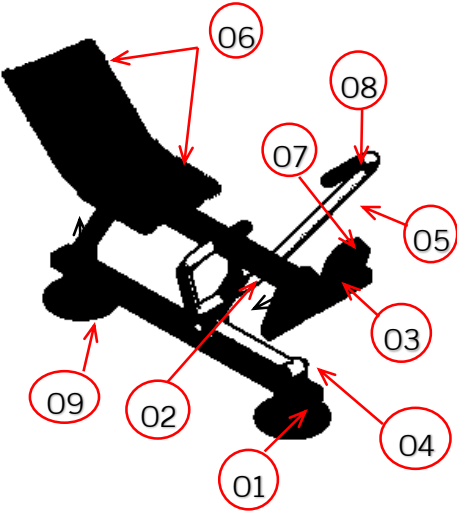
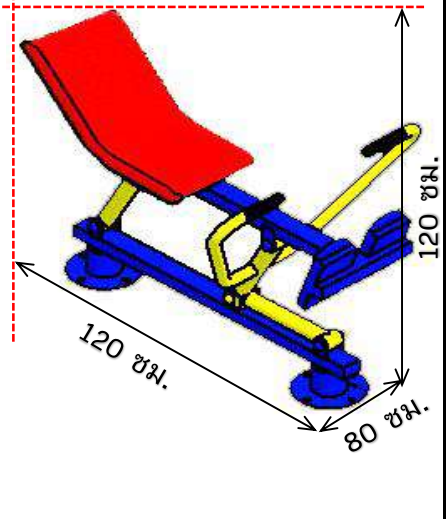

ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นพิเศษ เกรด A รหัส OUL

OUL-08 อุปกรณ์โยกกรรเชียงบกเดี่ยว

ขนาด 80 x 120 x 120 ซม.

| รูปลายเส้น | รูปแคตตาล็อก | รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง |
|--|--|---|
|  |  |  |

คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

| ลำดับ | รายการ | วัสดุ | รายละเอียด |
|-------|---------------|------------------|---|
| 01 | ชุดเสาดั่ง | ท่อเหล็ก | ขนาด ๑" ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 02 | ชุดขาโยก | ท่อเหล็ก | ขนาด ๑" ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 03 | ชุดคานรองบน | เหล็กกล่อง | คานรองบน ขนาดไม่น้อยกว่า 3 x 1.5 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 04 | ชุดคานรองล่าง | เหล็กกล่อง | คานรองล่าง ขนาดไม่น้อยกว่า 4 x 2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 05 | ชุดมือจับ | ท่อเหล็ก | ขนาด ๑" ไม่น้อยกว่า 1.2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 06 | ที่พิง | พลาสติก | ทรงสี่เหลี่ยมขนมเปียกปูนโค้งรับแผ่นหลัง หล่อขึ้นรูป ความกว้างไม่น้อยกว่า 30 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 2.5 ซม. |
| 07 | ที่นั่ง | พลาสติก | ทรงสี่เหลี่ยมคางหมูขอบมน กว้างไม่น้อยกว่า 35 ซม. ความยาวไม่น้อยกว่า 35 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 2.5 ซม. |
| 08 | รองเท้า | พลาสติก | ทรงรูปตัว U กว้างไม่น้อยกว่า 18 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 5 ซม. |
| 09 | ปลอกมือจับ | ยางธรรมชาติ(NR) | ทำจากยาง ขนาด ๑" ไม่น้อยกว่า 4 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 15 ซม. หนา 2 มม. มีปุ่มเล็กกระจายอยู่โดยรอบ ไม่น้อยกว่า 1000ปุ่ม สำหรับนิ้วมือและกำลั้น |
| 10 | แป้นยึดพื้น | เหล็กเพลท | ตัดเพลทเป็นรูป สี่เหลี่ยม หรือวงกลม ความหนาเพลทไม่น้อยกว่า 6 มม. และเจาะรูสำหรับยึดทุก |
| 11 | สี | โพลียูรีเทน (PU) | เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงาลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ |

ข้อแนะนำการใช้

1. นั่งบนเบาะพร้อมก้มใช้มือจับด้ามจับให้มั่น
2. ใช้เท้าเหยียบที่คานรองเท้าด้านหน้า
3. ดึงด้ามจับเข้าหาตัว พร้อมกับเอนลำตัวไปด้านหลังแล้วค่อยๆ ปล่อกลับที่เดิม
4. ทำซ้ำแต่ละ 10 ครั้ง รวม 3 เซ็ต

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อแขน-ขาแข็งแรง
2. ทำให้กล้ามเนื้อหน้าท้องแข็งแรง

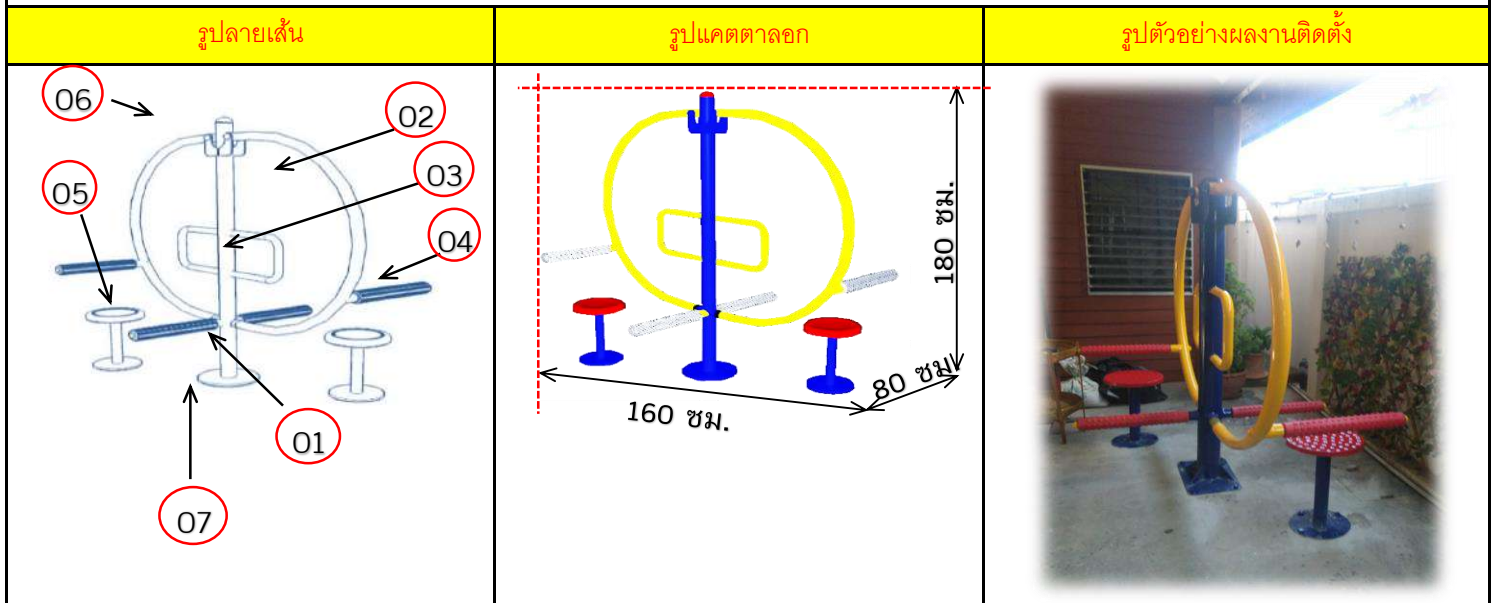
ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นพิเศษ เกรด A รหัส OUL

OUL-09 อุปกรณ์นวดกดจุดแผ่นหลัง-ขา

ขนาด 80 x 160 x 180 ซม.



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

| ลำดับ | รายการ | วัสดุ | รายละเอียด |
|-------|--------------------|--------------------|---|
| 01 | ชุดเสาดัง | ท่อเหล็ก | ขนาด ๑ นิ้วไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 02 | ชุดยึดลูกกลิ้ง | ท่อเหล็ก | ขนาด ๑ นิ้วไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 03 | ชุดมือจับ | ท่อเหล็ก | ขนาด ๑ นิ้วไม่น้อยกว่า 1.2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 04 | ลูกกลิ้งนวดหลัง/ขา | พลาสติก | ขนาด ๑ นิ้วไม่น้อยกว่า 6 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 45 ซม. มีปุ่มนวดหลังไม่น้อยกว่า 130 ปุ่ม จำนวน 4 อัน |
| 05 | ที่นั่งเป็นหมอน | พลาสติก | ทรงกลมขนาด ๑ นิ้วไม่น้อยกว่า 35 ซม. ความหนาไม่น้อยกว่า 3 ซม. |
| 06 | ฝาครอบหัวเสา | ยางสังเคราะห์(NBR) | เป็นยางเกรดสูง หล่อขึ้นรูปทรงโดม ๑ นิ้วไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว |
| 07 | แป้นยึดพื้น | เหล็กเพลท | ตัดเพลทเป็นรูป สี่เหลี่ยม หรือวงกลม ความหนาเพลทไม่น้อยกว่า 6 มม. และเจาะรูสำหรับยึดทุก |
| 08 | สี | โพลียูรีเทน (PU) | เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ |

ข้อแนะนำการใช้

1. นั่งบนที่นั่งเอนหลังพิงลูกกลิ้งนวดหลังพร้อมทั้งใช้มือจับด้ามจับทั้งสองข้างให้มั่น
2. เอนลำตัวไปด้านหลัง สลับกันกับโยกตัวกลับมามาด้านหน้า ทำต่อเนื่องประมาณ 10-20 ครั้ง
3. ใช้ขาพาดบนลูกกลิ้งแล้วดันขาไปด้านหน้าและดึงถอยหลัง ทำต่อเนื่องประมาณ 10-20 ครั้ง

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้คลายปวดเมื่อยหลัง
2. ทำให้ช่องขากระชับแข็งแรง

ข้อควรระวัง

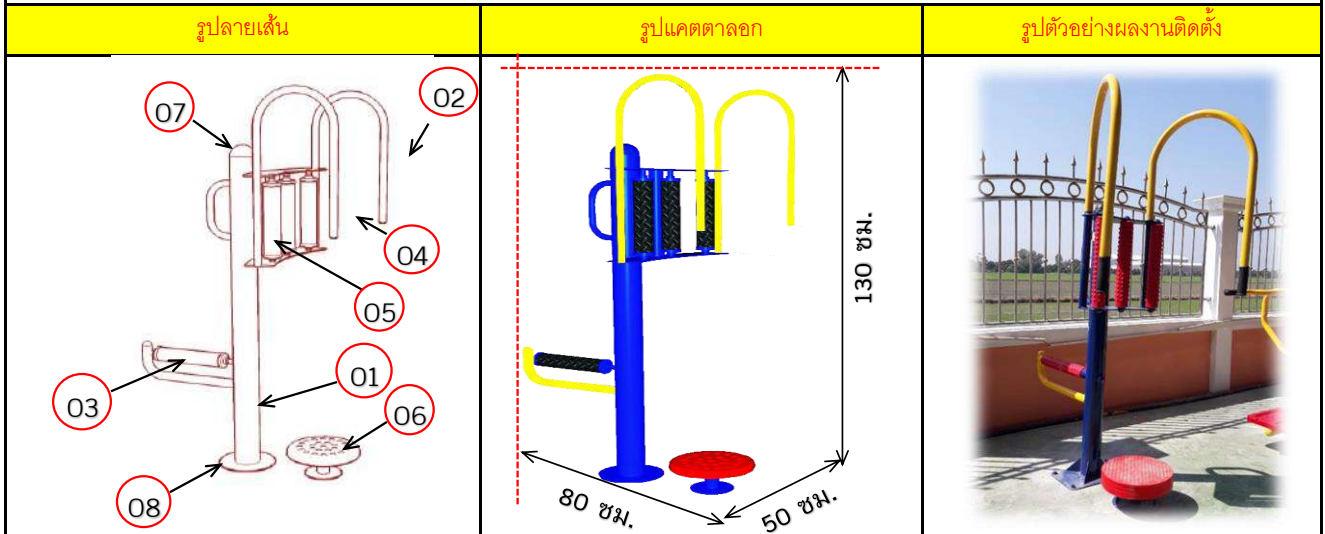
ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ

ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นพิเศษ เกรด A รหัส OUL

OUL-10 อุปกรณ์บิดเอวขนาดหลัง-ขา

ขนาด 50 x 80 x 130 ซม.



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

| ลำดับ | รายการ | วัสดุ | รายละเอียด |
|-------|---------------------|--------------------|---|
| 01 | ชุดเสาตั้ง | ท่อเหล็ก | ขนาด ϕ ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 02 | ชุดมือจับ | ท่อเหล็ก | ขนาด ϕ ไม่น้อยกว่า 1.2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 03 | ชุดลูกกลิ้งขนาดขา | ท่อเหล็ก | ขนาด ϕ ไม่น้อยกว่า 1.5 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 04 | ปลอกมือจับ | ยางธรรมชาติ(NR) | ทำจากยาง ขนาด ϕ ไม่น้อยกว่า 4 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 15 ซม. หนา 2 มม. |
| 05 | ลูกกลิ้งขนาดหลัง/ขา | พลาสติก | ขนาด ϕ ไม่น้อยกว่า 6 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 45 ซม. มีปุ่มกดหลังไม่น้อยกว่า 130 ปุ่ม จำนวน 4 อัน |
| 06 | แป้นหมุน | พลาสติก | ทรงกลมขนาด ϕ ไม่น้อยกว่า 35 ซม. ความหนาไม่น้อยกว่า 3 ซม. |
| 07 | ฝาครอบหัวเสา | ยางสังเคราะห์(NBR) | เป็นยางเกรดสูง หล่อขึ้นรูปทรงโดม ϕ ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว |
| 08 | แป้นยึดพื้น | เหล็กเพลท | ตัดเพลทเป็นรูปสี่เหลี่ยม หรือวงกลม ความหนาเพลทไม่น้อยกว่า 6 มม. และเจาะรูสำหรับยึดทุก |
| 09 | สี | โพลียูรีเทน (PU) | เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงาลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่อ่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ |

ข้อแนะนำการใช้

1. ยืนบนแป้นเหยียบมือจับที่เหล็กมือจับทั้งสองข้าง
2. ขยับหลังให้ชนลูกกลิ้ง
3. เลื่อนแผ่นหลังไปทางซ้ายและกลับมาทางขวาสลับกันทำซ้ำกัน 10-20 ครั้ง
4. ยืนด้วยก้นองขาพาดบนลูกกลิ้งมือจับที่เหล็กมือจับแล้วเลื่อนขาเดินหน้าถอยหลังสลับกันทำซ้ำกัน 10-20 ครั้ง

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ช่วยให้เกิดคลายปวดเมื่อย
2. ทำให้หน้าอกขาแข็งแรง

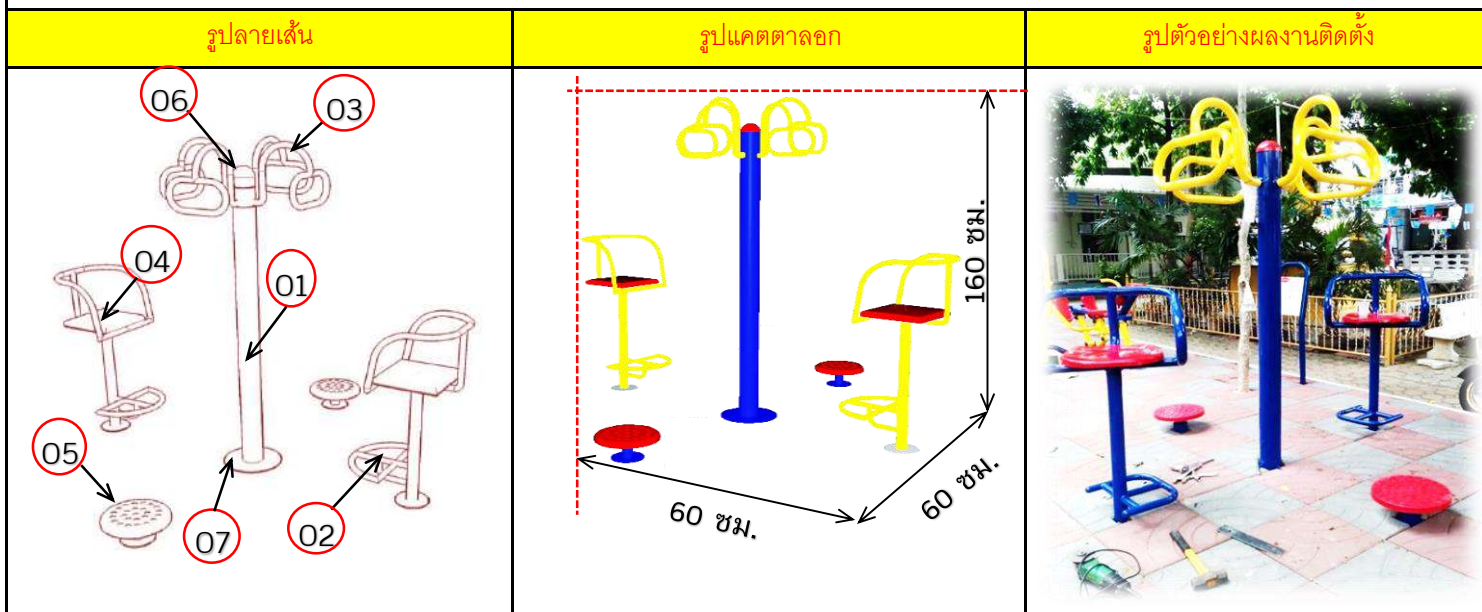
ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นพิเศษ เกรด A รหัส OUL

OUL-11 อุปกรณ์บิดเอวแบบยืน และนั่ง 4 ที่

ขนาด 60 x 60 x 160 ซม.



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

| ลำดับ | รายการ | วัสดุ | รายละเอียด |
|-------|---------------|--------------------|---|
| 01 | ชุดเสาดัง | ท่อเหล็ก | ขนาด ๑" ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 02 | ชุดขาเก้าอี้ | ท่อเหล็ก | ขนาด ๑" ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 03 | ชุดมือจับ | ท่อเหล็ก | ขนาด ๑" ไม่น้อยกว่า 1.2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 04 | ที่นั่ง | พลาสติก | ทรงสี่เหลี่ยมคางหมูขอบมน กว้างไม่น้อยกว่า 35 ซม. ความยาวไม่น้อยกว่า 35 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 2.5 ซม. |
| 05 | แป้นหมุน | พลาสติก | ทรงกลมขนาด ๑" ไม่น้อยกว่า 35 ซม. ความหนาไม่น้อยกว่า 3 ซม. |
| 06 | ผ้าครอบหัวเสา | ยางสังเคราะห์(NBR) | เป็นยางเกรดสูง หล่อขึ้นรูปทรงโดม ๑" ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว |
| 07 | แป้นยึดพื้น | เหล็กเพลท | ตัดเพลทเป็นรูป สี่เหลี่ยม หรือวงกลม ความหนาเพลทไม่น้อยกว่า 6 มม. และเจาะรูสำหรับยึดทุก |
| 08 | สี | โพลียูรีเทน (PU) | เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ |

ข้อแนะนำการใช้

1. นั่งบนที่นั่งเอนหลังพิงพนักพิงพร้อมกับใช้มือจับด้ามจับทั้งสองข้างให้มั่น
2. บิดลำตัวไปทางซ้าย-ขวา สลับกัน ทำต่อเนื่องประมาณ 10-20 นาที
3. ใช้มือจับที่จับ พร้อมกับขึ้นเหยียบบนจานรองเหยียบในลักษณะเท้าชิด
4. บิดลำตัวไปทางซ้าย-ขวา สลับกัน
5. ทำต่อเนื่องประมาณ 10-20 นาที

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. บริหารเอวทำให้หายเมื่อยเอว
2. การทรงตัวดีขึ้น

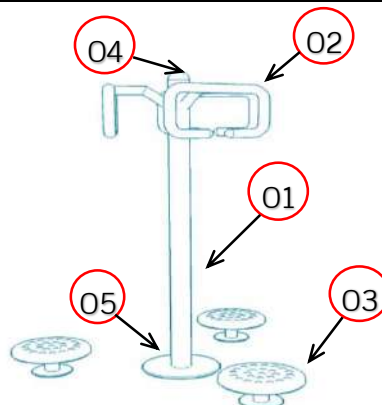
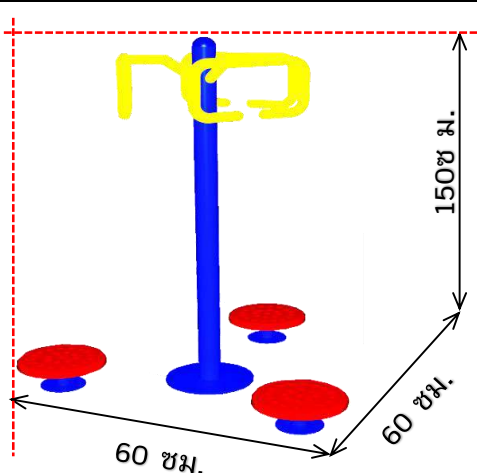

ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นพิเศษ เกรด A รหัส OUL

OUL-12 อุปกรณ์บิดเอวแบบยืน 3 ทิศ

ขนาด 60 x 60 x 150 ซม.

| รูปสายเส้น | รูปแคตตาล็อก | รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง |
|--|--|---|
|  |  |  |

คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

| ลำดับ | รายการ | วัสดุ | รายละเอียด |
|-------|--------------|--------------------|---|
| 01 | ชุดเสาตั้ง | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 02 | ชุดมือจับ | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 1.2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 03 | แป้นหมุน | พลาสติก | ทรงกลมขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 35 ซม. ความหนาไม่น้อยกว่า 3 ซม. |
| 04 | ฝาครอบหัวเสา | ยางสังเคราะห์(NBR) | เป็นยางเกรดสูง หล่อขึ้นรูปทรงโดม \varnothing ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว |
| 05 | แป้นยึดพื้น | เหล็กพลาท | ตัดพลาทเป็นรูป สี่เหลี่ยม หรือวงกลม ความหนาพลาทไม่น้อยกว่า 6 มม. และเจาะรูสำหรับยึดทุก |
| 06 | สี | โพลียูรีเทน (PU) | เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอีล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงาลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ |

ข้อแนะนำการใช้

1. ใช้มือจับที่จับ พร้อมกับขึ้นเหยียบบนจานรองเหยียบในลักษณะเท่าๆกัน
2. บิดลำตัวไปทางซ้าย-ขวา สลับกัน
3. ทำต่อเนื่องประมาณ 10-20 นาที

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. บริหารเอวทำให้หายเมื่อยเอว
2. การทรงตัวดีขึ้น

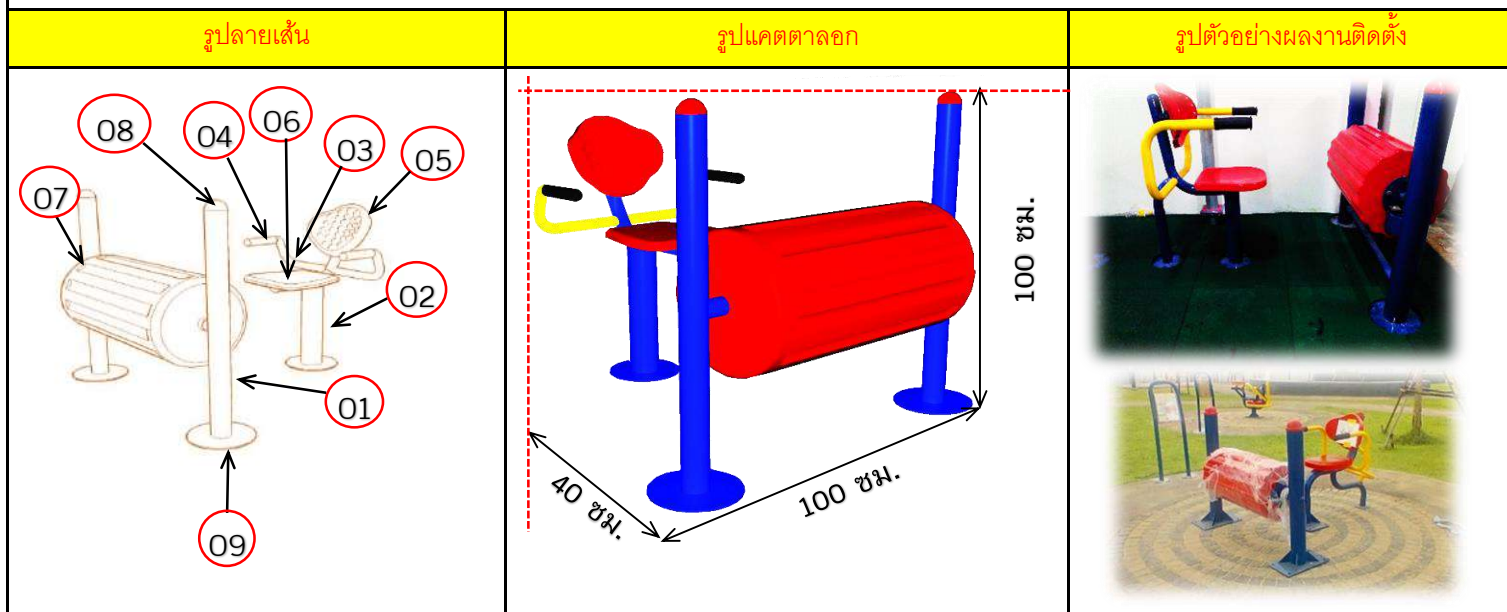
ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นพิเศษ เกรด A รหัส OUL

OUL-13 อุปกรณ์นวดฝ่าเท้าและออกกำลังกาย (แบบถังกิ่ง)

ขนาด 40 x 100 x 100 ซม.



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

| ลำดับ | รายการ | วัสดุ | รายละเอียด |
|-------|--------------|--------------------|---|
| 01 | ชุดเสาตั้ง | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 02 | ชุดขาเก้าอี้ | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 3 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 03 | ชุดมือจับ | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 1.2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 04 | ปลอกมือจับ | ยางธรรมชาติ(NR) | ทำจากยาง ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 4 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 15 ซม. หนา 2 มม. |
| 05 | ที่พิง | พลาสติก | ทรงสี่เหลี่ยมขนมเบี่ยงปูนโค้งรับแผ่นหลัง หล่อขึ้นรูป ความกว้างไม่น้อยกว่า 30 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 2.5 ซม. |
| 06 | ที่นั่ง | พลาสติก | ทรงสี่เหลี่ยมคางหมูขอบมน กว้างไม่น้อยกว่า 35 ซม. ความยาวไม่น้อยกว่า 35 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 2.5 ซม. |
| 07 | ถังกิ้ง | เหล็กแผ่นลาย | เหล็กแผ่นลาย หนา 2.0 มม. ตัดประกอบขึ้นรูป ทรงกระบอก ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 40 ซม. ความยาวไม่น้อยกว่า 80 ซม. |
| 08 | ฝาครอบหัวเสา | ยางสังเคราะห์(NBR) | เป็นยางเกรดสูง หล่อขึ้นรูปทรงโดม \varnothing ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว |
| 09 | แผ่นยึดพื้น | เหล็กเพลท | ตัดเพลทเป็นรูป สี่เหลี่ยม หรือวงกลม ความหนาเพลทไม่น้อยกว่า 6 มม. และเจาะรูสำหรับยึดทุก |
| 10 | สี | โพลียูรีเทน (PU) | เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงาลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ |

ข้อแนะนำการใช้

1. นั่งบนที่นั่งเอนหลังพิงพนักพิงวางเท้าบนถังกิ้ง
2. ออกแรงใช้เท้าหมุนบนถังกิ้งไปในทิศทางใดทิศทางหนึ่ง ทำสลับกัน
3. ทำต่อเนื่องประมาณ 15-20 นาที

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. บริหารท่อนขา ข้อเท้า
2. นวดฝ่าเท้าให้โลหิตไหลเวียนดี

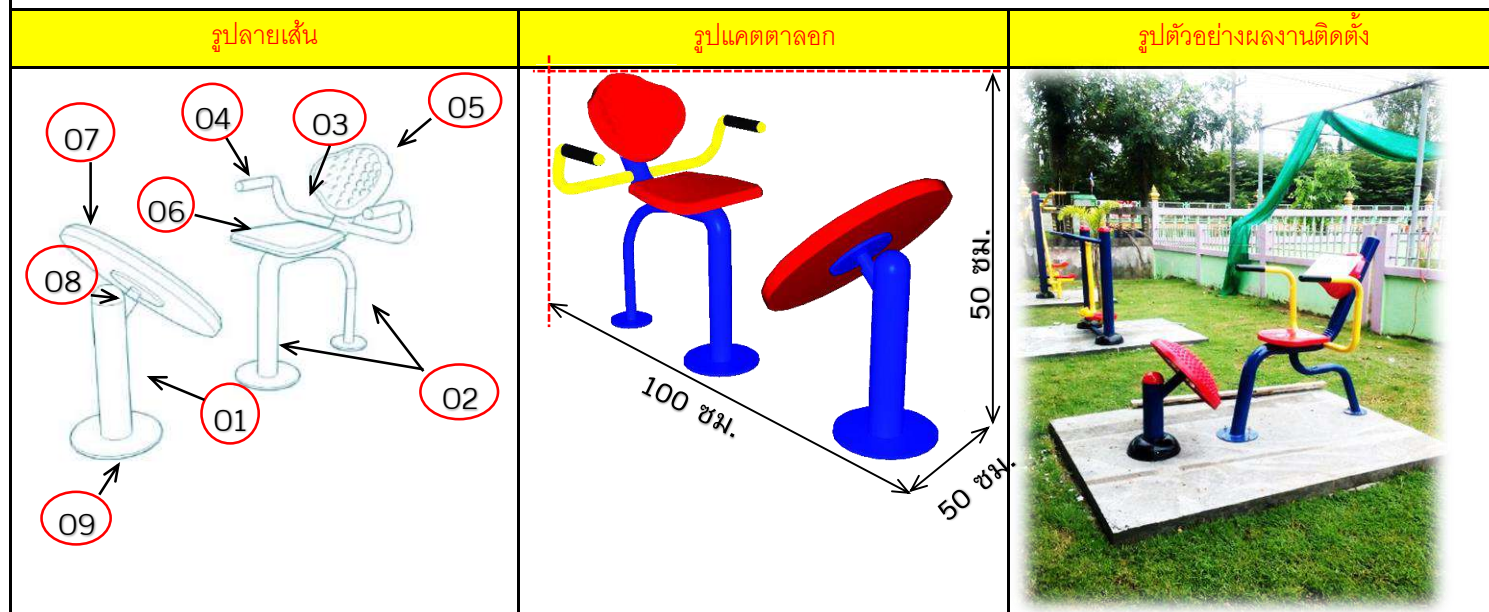
ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นพิเศษ เกรด A รหัส OUL

OUL-14 อุปกรณ์นวดฝ่าเท้าและออกกำลังกาย (แบบเป็นหมุน)

ขนาด 50 x 100 x 50 ซม.



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

| ลำดับ | รายการ | วัสดุ | รายละเอียด |
|-------|--------------|--------------------|---|
| 01 | ชุดเสาดัง | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 02 | ชุดขาเก้าอี้ | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 3 นิ้ว และ 2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 03 | ชุดมือจับ | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 1.2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 04 | ปลอกมือจับ | ยางธรรมชาติ(NR) | ทำจากยาง ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 4 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 15 ซม. หนา 2 มม. มีปุ่มเล็กกระจายอยู่โดยรอบ ไม่น้อยกว่า 1000ปุ่ม สำหรับนวดฝ่ามือและกันลื่น |
| 05 | ที่พิง | พลาสติก | ทรงสี่เหลี่ยมขนมเปียกปูนโค้งรับแผ่นหลัง หล่อขึ้นรูป ความกว้างไม่น้อยกว่า 30 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 2.5 ซม. |
| 06 | ที่นั่ง | พลาสติก | ทรงสี่เหลี่ยมคางหมูขอบมน กว้างไม่น้อยกว่า 35 ซม. ความยาวไม่น้อยกว่า 35 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 2.5 ซม. |
| 07 | แป้นเท้าหมุน | เหล็กแผ่นลาย | เหล็กแผ่นลายตัดประกอบขึ้นรูป ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 50 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 2 มม. |
| 08 | ฝาครอบหัวเสา | ยางสังเคราะห์(NBR) | เป็นยางเกรดสูง หล่อขึ้นรูปทรงโดม \varnothing ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว |
| 09 | แป้นยึดพื้น | เหล็กเพลท | ตัดเพลทเป็นรูป สี่เหลี่ยม หรือวงกลม ความหนาเพลทไม่น้อยกว่า 6 มม. และเจาะรูสำหรับยึดทุก |
| 10 | สี | โพลียูรีเทน (PU) | เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงาลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ |

ข้อแนะนำการใช้

1. นั่งบนที่นั่งเอนหลังพิงพนักพิงวางเท้าบนแป้นหมุน
2. ออกแรงใช้เท้าหมุนบนแป้นหมุนไปในทิศทางใดทิศทางหนึ่ง ทำสลับกัน
3. ทำต่อเนื่องประมาณ 15-20 นาที

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. บริหารท่าอนขา ข้อเท้า
2. นวดฝ่าเท้าให้โลหิตไหลเวียนดี

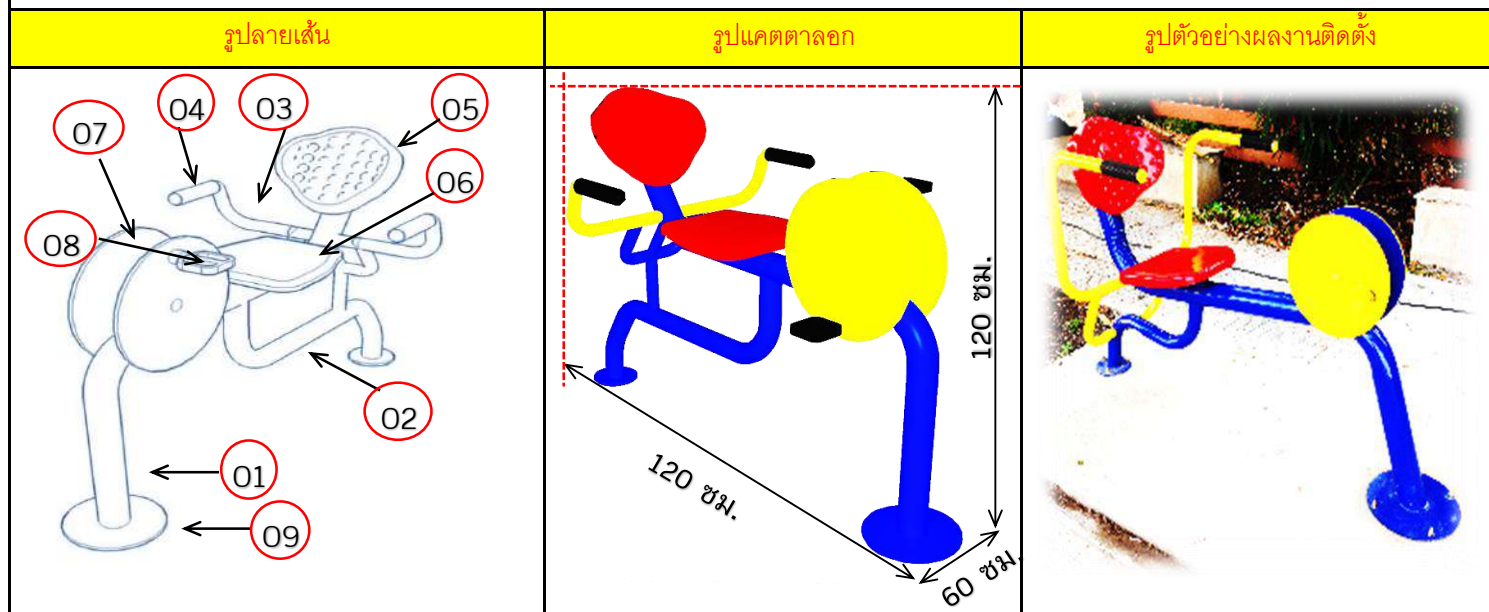
ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นพิเศษ เกรด A รหัส OUL

OUL-15 อุปกรณ์เอนปั่นจักรยาน

ขนาด 60 x 120 x 120 ซม.



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

| ลำดับ | รายการ | วัสดุ | รายละเอียด |
|-------|----------------|------------------|---|
| 01 | ชุดเสาตั้ง | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 3 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 02 | ชุดเสาด้านหลัง | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 03 | ชุดด้ามจับ | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 1.2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 04 | ปลอกมือจับ | ยางธรรมชาติ(NR) | ทำจากยาง ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 4 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 15 ซม. หนา 2 มม. มีปุ่มเล็กกระจายอยู่โดยรอบ ไม่น้อยกว่า 1000ปุ่ม สำหรับนวดฝ่ามือและกันลื่น |
| 05 | ที่พิง | พลาสติก | ทรงสี่เหลี่ยมขนมเปียกปูนโค้งรับแผ่นหลัง หล่อขึ้นรูป ความกว้างไม่น้อยกว่า 30 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 2.5 ซม. |
| 06 | ที่นั่ง | พลาสติก | ทรงสี่เหลี่ยมคางหมูขอบมน กว้างไม่น้อยกว่า 35 ซม. ความยาวไม่น้อยกว่า 35 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 2.5 ซม. |
| 07 | ล้อปั่น | เหล็กเพลท | ทรงกลม ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 40 ซม. ความหนาไม่น้อยกว่า 8 มม. |
| 08 | บันได | เหล็กแบน | ความกว้างไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว. ยาวไม่น้อยกว่า 5 นิ้ว. |
| 09 | แป้นยึดพื้น | เหล็กเพลท | ตัดเพลทเป็นรูป สี่เหลี่ยม หรือวงกลม ความหนาเพลทไม่น้อยกว่า 6 มม. และเจาะรูสำหรับยึดทุก |
| 10 | สี | โพลียูรีเทน (PU) | เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงาลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ |

ข้อแนะนำการใช้

1. นั่งบนที่นั่งเอนหลังพิงพนักพิงพร้อมกับใช้มือจับด้ามจับทั้งสองข้างให้มั่น
2. ใช้เท้าปั่นบันไดที่ล้อเหล็กเหมือนปั่นจักรยาน เร็ว-ช้า ตามความต้องการ
3. ปั่นประมาณครั้งละ 15 นาที

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อขา-ข้อเข่าแข็งแรง
2. ใช้ให้การทรงตัวดีขึ้น

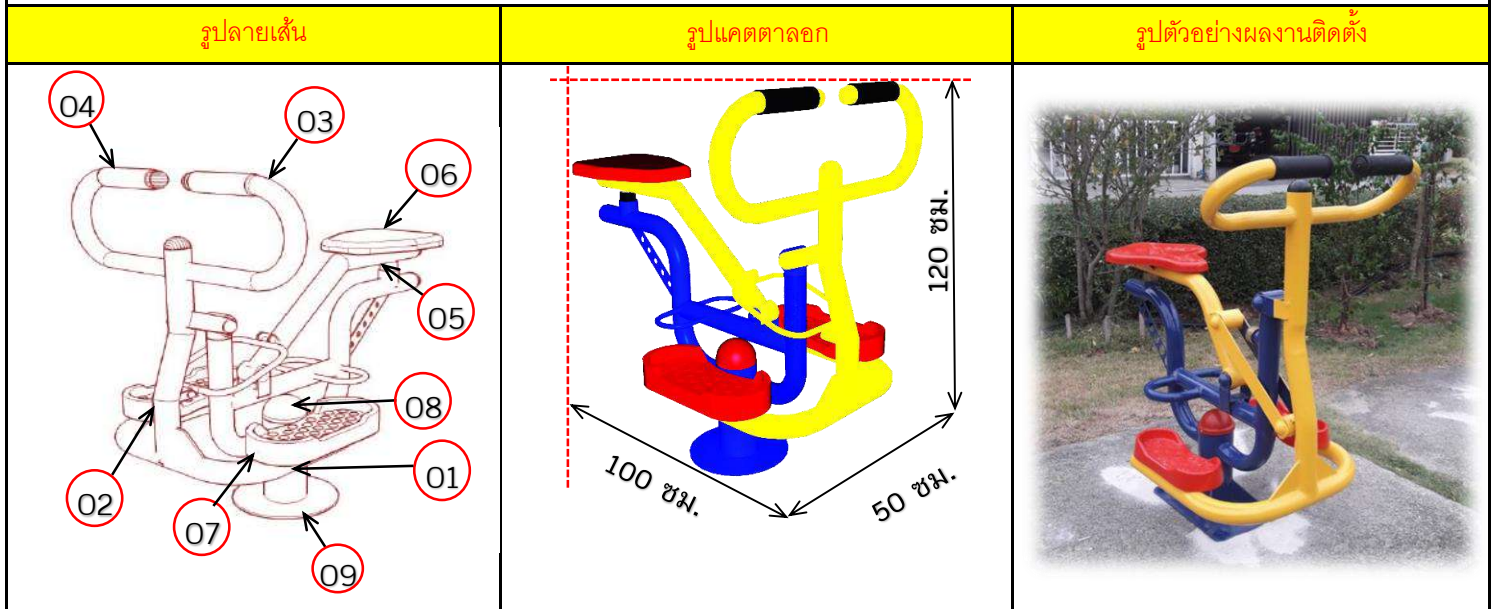
ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นพิเศษ เกรด A รหัส OUL

OUL-16 อุปกรณ์ม้าโยกบริหารแขน-ขา-หน้าท้อง

ขนาด 50 x 100 x 120 ซม.



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

| ลำดับ | รายการ | วัสดุ | รายละเอียด |
|-------|-------------------|--------------------|---|
| 01 | ชุดเสาตั้ง | ท่อเหล็ก | ขนาด ๘ ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 02 | โครงสร้างชุดโยก | ท่อเหล็ก | ขนาด ๘ ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 03 | ชุดด้ามจับ | ท่อเหล็ก | ขนาด ๘ ไม่น้อยกว่า 1.2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 04 | ปลอกมือจับ | ยางธรรมชาติ(NR) | ทำจากยาง ขนาด ๘ ไม่น้อยกว่า 4 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 15 ซม. หนา 2 มม. |
| 05 | ยางกันกระแทก | ยูรีเทนใส | ยูรีเทนใสทรงกระบอกขนาด ๘ ไม่น้อยกว่า 5 ซม. สูงไม่น้อยกว่า 2.5 ซม. |
| 06 | ที่นั่งอานจักรยาน | พลาสติก | หล่อขึ้นรูปทรงอานจักรยาน กว้างไม่น้อยกว่า 25 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 30 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 2.5 ซม. |
| 07 | รองเท้า | พลาสติก | ทรงรูปถั่ว กว้างไม่น้อยกว่า 18 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 5 ซม. |
| 08 | ผ้าครอบหัวเสา | ยางสังเคราะห์(NBR) | เป็นยางเกรดสูง หล่อขึ้นรูปทรงโดม ๘ ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว |
| 09 | แผ่นยึดพื้น | เหล็กเพลท | ตัดเพลทเป็นรูป สี่เหลี่ยม หรือวงกลม ความหนาเพลทไม่น้อยกว่า 6 มม. และเจาะรูสำหรับยึดทุก |
| 10 | สี | โพลียูรีเทน (PU) | เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ความเงาทนทานต่อน้ำสารเคมี เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงาลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ |

ข้อแนะนำการใช้

1. มือจับด้ามจับทั้งสองข้างพร้อมกับเหยียบที่เหยียบ เพื่อขึ้นนั่งบนที่รองนั่งในลักษณะนั่งค่อม
2. วางเท้าบนแป้นรองเท้าทั้งสองข้าง
3. ออกแรงดึงมือจับเข้าหาตัวพร้อมกับออกแรงขาดันแป้นเหยียบยึดตัวขึ้นในลักษณะยืน แล้วค่อยๆ ผ่อนกลับที่เดิม
4. ทำสลับไป - มา ประมาณ 15-20 นาที

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. กล้ามเนื้อหน้าท้องแข็งแรง
2. กล้ามเนื้อขา และหัวเข่าแข็งแรง

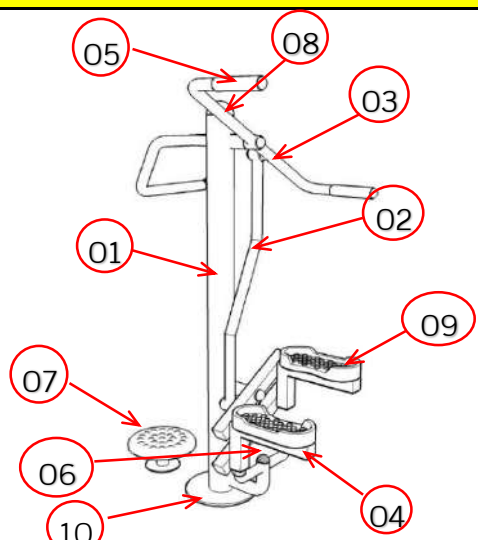
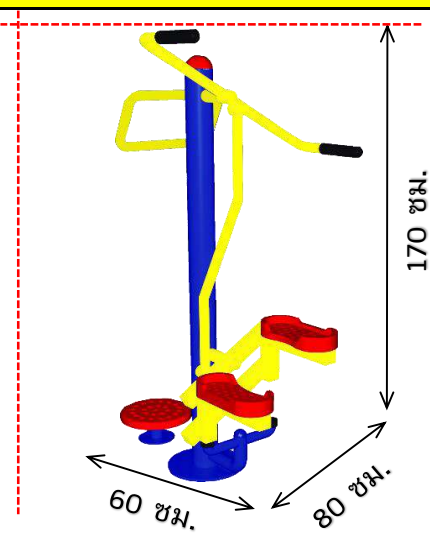

ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นพิเศษ เกรด A รหัส OUL

OUL-17 อุปกรณ์บิดเอวและยกเท้าสลับ

ขนาด 60 x 80 x 170 ซม.

| รูปสายเส้น | รูปแคตตาล็อก | รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง |
|--|--|---|
|  |  |  |

คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

| ลำดับ | รายการ | วัสดุ | รายละเอียด |
|-------|---------------------|--------------------|---|
| 01 | ชุดเสาดัง | ท่อเหล็ก | ขนาด ๑ ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 02 | ชุดคานชัก | ท่อเหล็ก | ขนาด ๑ ไม่น้อยกว่า 1.5 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 03 | ชุดด้ามจับ | ท่อเหล็ก | ขนาด ๑ ไม่น้อยกว่า 1.2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 04 | ชุดแท่นรองที่เหยียบ | เหล็กกล่อง | ขนาด ไม่น้อยกว่า 48 มม. x 48 มม. ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 05 | ปลอกมือจับ | ยางธรรมชาติ(NR) | ทำจากยาง ขนาด ๑ ไม่น้อยกว่า 4 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 15 ซม. หนา 2 มม. |
| 06 | ยางกันกระแทก | ยูรีเทนใส | ยูรีเทนใสทรงกระบอกขนาด ๑ ไม่น้อยกว่า 5 ซม. สูงไม่น้อยกว่า 2.5 ซม. |
| 07 | แป้นหมุน | พลาสติก | ทรงกลมขนาด ๑ ไม่น้อยกว่า 35 ซม. ความหนาไม่น้อยกว่า 3 ซม. |
| 08 | ฝาครอบหัวเสา | ยางสังเคราะห์(NBR) | เป็นยางเกรดสูง หล่อขึ้นรูปทรงโดม ๑ ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว |
| 09 | รองเท้า | พลาสติก | ทรงรูปตัว กว้างไม่น้อยกว่า 18 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 5 ซม. |
| 10 | แป้นยึดพื้น | เหล็กเพลท | ตัดเพลทเป็นรูป สี่เหลี่ยม หรือวงกลม ความหนาเพลทไม่น้อยกว่า 6 มม. และเจาะรูสำหรับยึดทุก |
| 11 | สี | โพลียูรีเทน (PU) | เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงาลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ |

ข้อแนะนำการใช้

1. ใช้มือทั้งสองข้างจับด้ามจับทั้งสองข้างให้มั่นขึ้นยืนบนแป้นรองเหยียบทั้งสองข้างทรงตัวให้ดี
2. ทำการโยกแขนซ้าย-ขวา ในลักษณะขึ้น-ลง พร้อมกับยกเท้าขึ้น-ลง สลับไป-มา ทำต่อเนื่อง ประมาณ 10-20 นาที
3. ใช้มือจับที่จับ พร้อมกับขึ้นเหยียบบนจานรองเหยียบในลักษณะเท้าชิดบิดลำตัวไปทางซ้าย-ขวา สลับกัน
4. ทำต่อเนื่อง ประมาณ 10-20 นาที

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อขา-ข้อสะโพกแข็งแรง
2. ทำให้แขน-หัวไหล่แข็งแรง

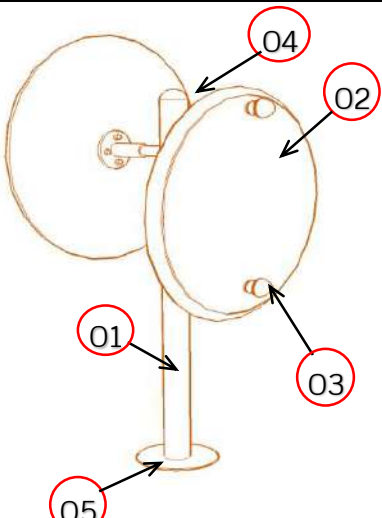
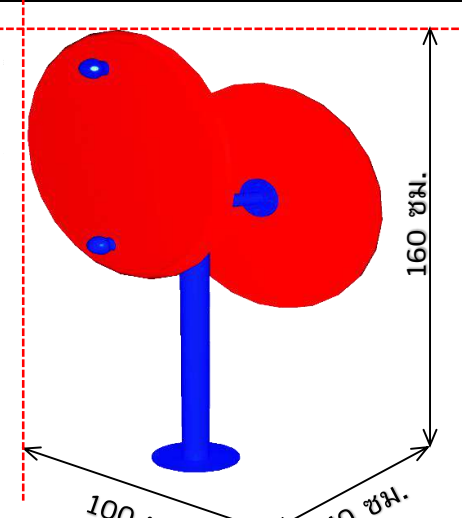

ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
 ตรวจสอบในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นพิเศษ เกรด A รหัส OUL

OUL-18 อุปกรณ์วงล้อหมุนบิดแกน-ไหล่

ขนาด 40 x 100 x 160 ซม.

| รูปลายเส้น | รูปแคตตาล็อก | รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง |
|---|--|---|
|  |  |  |

คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

| ลำดับ | รายการ | วัสดุ | รายละเอียด |
|-------|--------------|--------------------|---|
| 01 | ชุดเสาดัง | ท่อเหล็ก | ขนาด ϕ ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 02 | แป้นหมุน | เหล็กแผ่นลาย | เหล็กแผ่นลาย ตัดประกอบขึ้นรูป ทรงกลม ขนาด ϕ ไม่น้อยกว่า 100 ซม. หนา 2.0 ซม. |
| 03 | มือหมุนวงล้อ | ยางธรรมชาติ(NR) | ขนาด ϕ ไม่น้อยกว่า 5 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 2 ซม. |
| 04 | ฝาครอบหัวเสา | ยางสังเคราะห์(NBR) | เป็นยางเกรดสูง หล่อขึ้นรูปทรงโดม ϕ ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว |
| 05 | แป้นยึดพื้น | เหล็กเพลท | ตัดเพลทเป็นรูป สี่เหลี่ยม หรือวงกลม ความหนาเพลทไม่น้อยกว่า 6 มม. และเจาะรูสำหรับยึดทุก |
| 06 | สี | โพลียูรีเทน (PU) | เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงาลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ |

ข้อแนะนำการใช้

1. ยืนหันหน้าเข้าวงล้อให้ลำตัวอยู่ระหว่างกึ่งกลาง
2. ใช้มือจับตุ้มบนแป้นหมุนทั้งสองตุ้ม
3. ออกแรงหมุนวงล้อในลักษณะตามเข็มนาฬิกา หรือทวนเข็มนาฬิกา เริ่มจากช้า แล้วเพิ่มความเร็วขึ้นตามลำดับ
4. ทำต่อเนื่องประมาณ 15-20 นาที

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. บริหารฝ่ามือ ข้อมือ
2. ทำให้กล้ามเนื้อแขน-หัวไหล่-หน้าอก แข็งแรง

ข้อควรระวัง

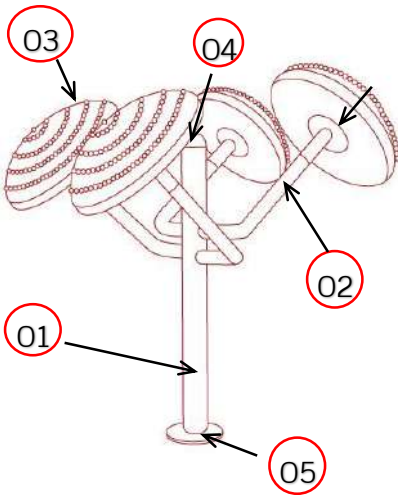
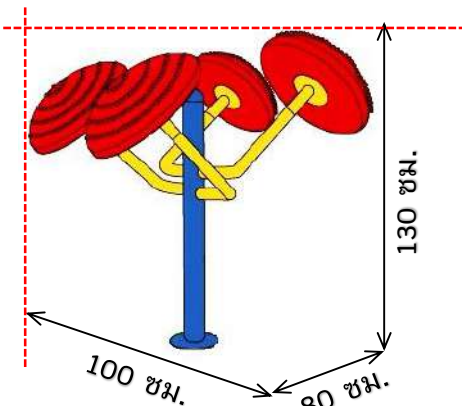

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ

ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นพิเศษ เกรด A รหัส OUL

OUL-19 อุปกรณ์วงล้อหมุนยืดหยุ่นหัวไหล่คู่

ขนาด 80 x 100 x 130 ซม.

| รูปสายเส้น | รูปแคตตาล็อก | รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง |
|--|--|---|
|  |  |  |

คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

| ลำดับ | รายการ | วัสดุ | รายละเอียด |
|-------|-------------------|--------------------|--|
| 01 | ชุดเสาคตั้ง | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 02 | ชุดแกนยึดแป้นหมุน | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 03 | แป้นมือหมุน | พลาสติก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 50 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม. |
| 04 | ผ้าครอบหัวเสา | ยางสังเคราะห์(NBR) | เป็นยางเกรดสูง หล่อขึ้นรูปทรงโดม \varnothing ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว |
| 05 | แป้นยึดพื้น | เหล็กเพลา | ตัดเพลาเป็นรูป สี่เหลี่ยม หรือวงกลม ความหนาเพลาไม่น้อยกว่า 6 มม. และเจาะรูสำหรับยึดพุก |
| 06 | สี | โพลียูรีเทน (PU) | เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงาลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ |

ข้อแนะนำการใช้

1. ยืนหันหน้าเข้าวงล้อให้ลำตัวอยู่ระหว่างกึ่งกลาง ด้านใดด้านหนึ่งก็ได้
2. วางมือบนแป้นหมุนทั้งสองข้าง
3. ออกแรงหมุนวงล้อในลักษณะตามเข็มนาฬิกา หรือทวนเข็มนาฬิกา เริ่มจากช้า แล้วเพิ่มความเร็วขึ้นตามลำดับ
4. ทำต่อเนื่องประมาณ 15-20 นาที

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. บริหารฝ่ามือ ข้อมือ
2. ทำให้กล้ามเนื้อ-หัวไหล่-หน้าอก แข็งแรง

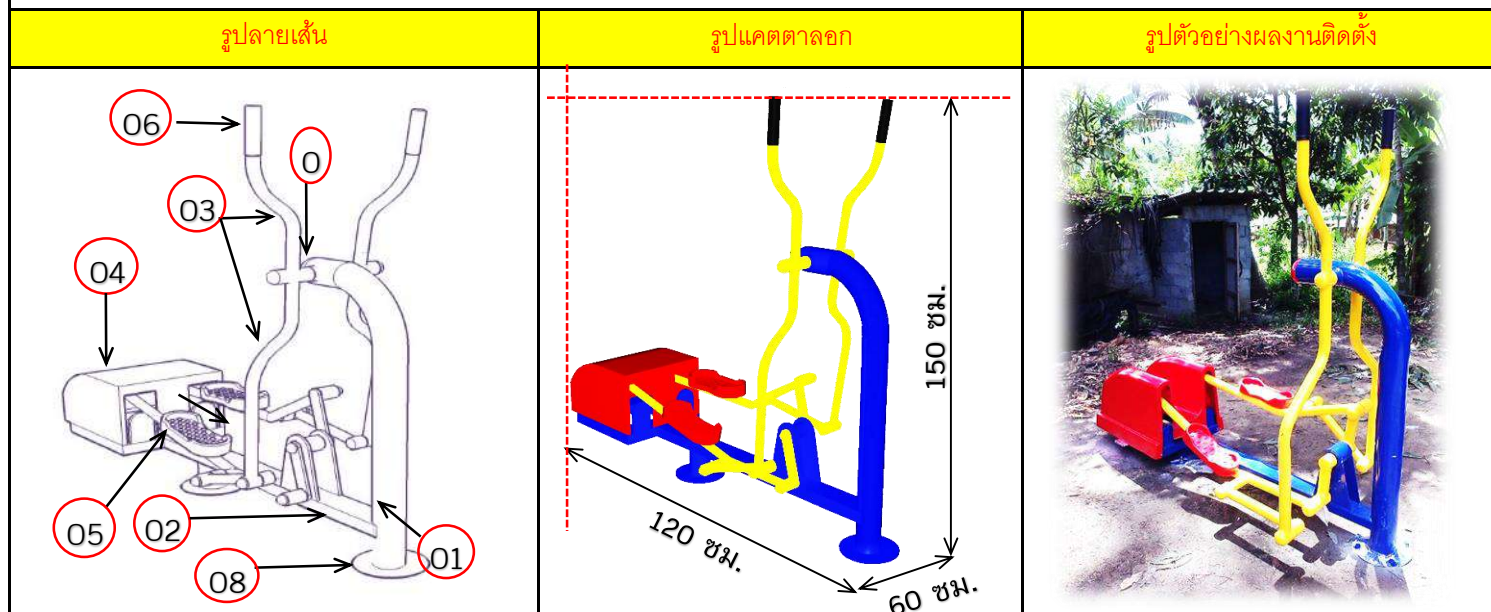
ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นพิเศษ เกรด A รหัส OUL

OUL-20 อุปกรณ์วิ่งต่างระดับสลับหัวไหล่ (แบบข้อเหวี่ยง)

ขนาด 60 x 120 x 150 ซม.



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

| ลำดับ | รายการ | วัสดุ | รายละเอียด |
|-------|--------------------|--------------------|--|
| 01 | ชุดเสาดัง | ท่อเหล็ก | ขนาด ๘ ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 02 | คานยึดชุดวิ่ง | เหล็กกล่อง | ขนาดไม่น้อยกว่า 4 x 2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 03 | ชุดคั่นโยก/ด้ามจับ | ท่อเหล็ก | ชุดคั่นโยก ขนาด ๘ ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, ชุดด้ามจับ ขนาด 1.2 นิ้ว |
| 04 | ฝาครอบหลัง | เหล็กแผ่น | ตัดประกอบขึ้นรูป กว้างไม่น้อยกว่า 40 ซม. ความยาวไม่น้อยกว่า 50 ซม. สูงไม่น้อยกว่า 40 ซม. |
| 05 | รองเท้า | พลาสติก | ทรงรูปถั่ว กว้างไม่น้อยกว่า 18 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 5 ซม. |
| 06 | ปลอกมือจับ | ยางธรรมชาติ(NR) | ทำจากยาง ขนาด ๘ ไม่น้อยกว่า 4 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 15 ซม. หนา 2 มม. |
| 07 | ฝาครอบหัวเสา | ยางสังเคราะห์(NBR) | เป็นยางเกรดสูง หล่อขึ้นรูปทรงโดม Ø ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว |
| 08 | แป้นยึดพื้น | เหล็กเพลท | ตัดเพลทเป็นรูป สี่เหลี่ยม หรือวงกลม ความหนาเพลทไม่น้อยกว่า 6 มม. และเจาะรูสำหรับยึดทุก |
| 09 | สี | โพลียูรีเทน (PU) | เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ความเงาทนทานต่อน้ำสารเคมี กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงาลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ |

ข้อแนะนำการใช้

1. ใช้มือจับด้ามคั่นโยกทั้งซ้าย-ขวาให้มั่น
2. ขึ้นยืนและเหยียบที่เหยียบซ้าย-ขวา โยกแขนพร้อมกับยกขาลักษณะวิ่งจ็อกกิ้ง สลับไป-มา เพื่อบริหารขาและไหล่
3. ทำต่อเนื่อง 15-20 นาที

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อขาแข็งแรง
2. ทำให้กล้ามเนื้อแขน-หัวไหล่แข็งแรง

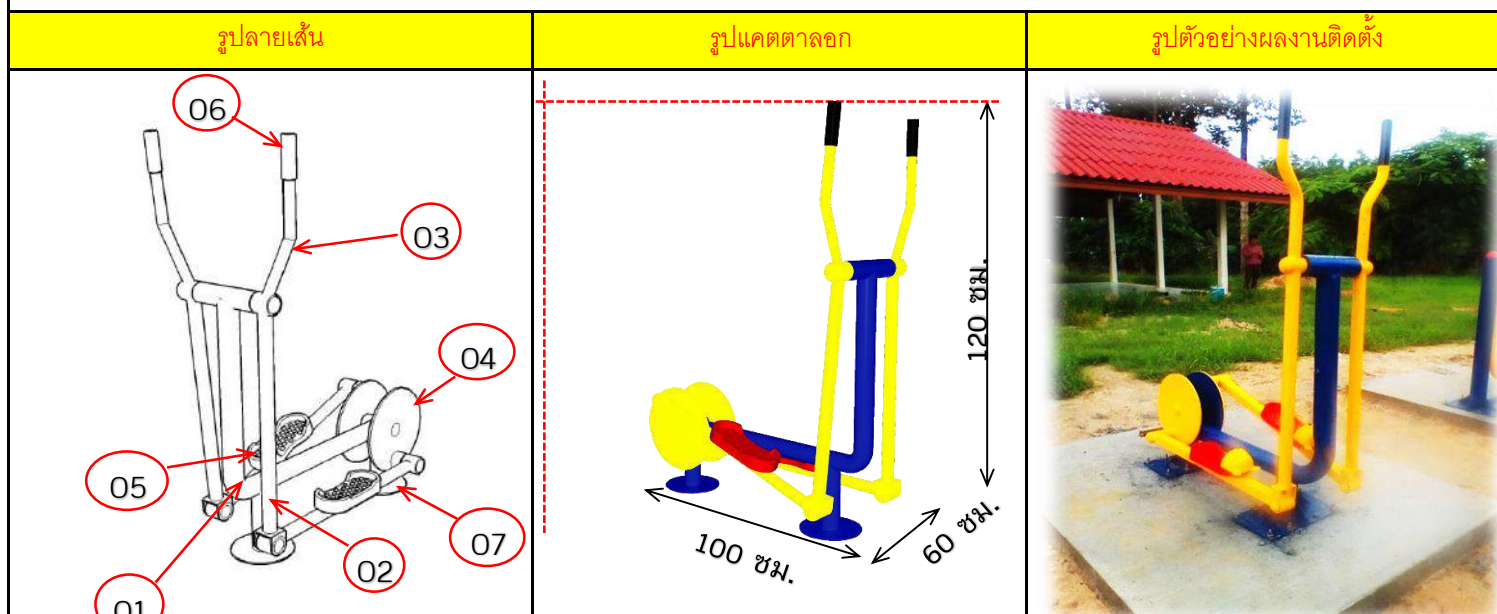
ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นพิเศษ เกรด A รหัส OUL

OUL-21 อุปกรณ์วิ่งต่างระดับสลับหัวไหล่ (แบบล้อถ่วง)

ขนาด 60 x 100 x 120 ซม.



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

| ลำดับ | รายการ | วัสดุ | รายละเอียด |
|-------|-------------|------------------|---|
| 01 | ชุดเสาดัง | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 3 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 02 | ชุดคั่นโยก | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 03 | ชุดมือจับ | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 1.2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 04 | วงล้อหมุน | เหล็กเพลท | ทรงกลม ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 40 ซม. ความหนาไม่น้อยกว่า 8 มม. |
| 05 | รองเท้า | พลาสติก | ทรงรูปถั่ว กว้างไม่น้อยกว่า 18 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 5 ซม. |
| 06 | ปลอกมือจับ | ยางธรรมชาติ(NR) | ทำจากยาง ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 4 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 15 ซม. หนา 2 มม. มีปุ่มเล็กกระจายอยู่โดยรอบ ไม่น้อยกว่า 1000ปุ่ม สำหรับนวดฝ่ามือและกันลื่น |
| 07 | แป้นยึดพื้น | เหล็กเพลท | ตัดเพลทเป็นรูป สี่เหลี่ยม หรือวงกลม ความหนาเพลทไม่น้อยกว่า 6 มม. และเจาะรูสำหรับยึดพุก |
| 08 | สี | โพลียูรีเทน (PU) | เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอีล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงาลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ |

ข้อแนะนำการใช้

1. ใช้มือจับด้ามคั่นโยกทั้งซ้าย-ขวาให้มัน
2. ขึ้นยืนและเหยียบที่เหยียบซ้าย-ขวา โยกแขนพร้อมกับยกขาลักษณะวิ่งจ็อกกิ้ง สลับไป-มา เพื่อบริหารขาและไหล่
3. ทำต่อเนื่อง 15-20 นาที

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อขาแข็งแรง
2. ทำให้กล้ามเนื้อแขน-หัวไหล่แข็งแรง

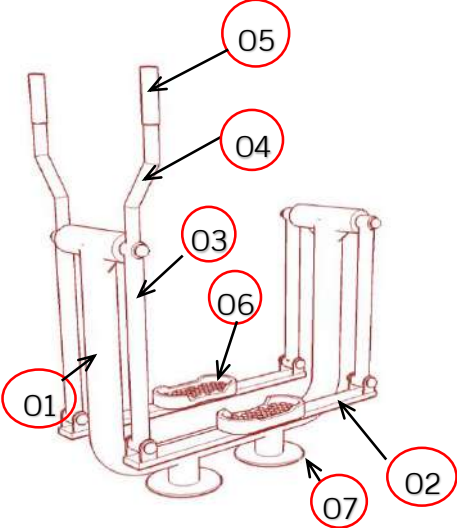
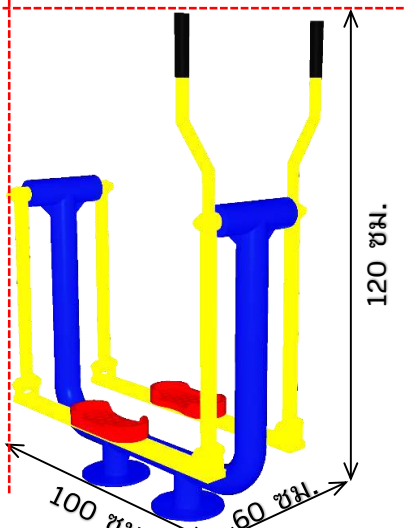

ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นพิเศษ เกรด A รหัส OUL

OUL-22 อุปกรณ์เดินสลับแขน-ขาแนวราบ

ขนาด 60 x 100 x 120 ซม.

| รูปสายเส้น | รูปแคตตาล็อก | รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง |
|--|--|---|
|  |  |  |

คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

| ลำดับ | รายการ | วัสดุ | รายละเอียด |
|-------|-------------|------------------|--|
| 01 | ชุดเสาตั้ง | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 02 | ชุดคานยื่น | เหล็กกล่อง | ขนาดไม่น้อยกว่า 70 มม. x 25 มม. หนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 03 | ชุดคั่นโยก | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 04 | ชุดด้ามจับ | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 05 | ปลอกมือจับ | ยางธรรมชาติ(NR) | ทำจากยาง ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 4 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 15 ซม. หนา 2 มม. |
| 06 | รองเท้า | พลาสติก | ทรงรูปถั่ว กว้างไม่น้อยกว่า 18 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 5 ซม. |
| 07 | แป้นยึดพื้น | เหล็กเพลท | ตัดเพลทเป็นรูป สี่เหลี่ยม หรือวงกลม ความหนาเพลทไม่น้อยกว่า 6 มม. และเจาะรูสำหรับยึดทุก |
| 08 | สี | โพลียูรีเทน (PU) | เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ |

ข้อแนะนำการใช้

1. ใช้มือจับด้ามคั่นโยกทั้งซ้าย-ขวาให้มัน
2. ขึ้นยืนและเหยียบที่เหยียบซ้าย-ขวา
3. แกว่งขา-โยกแขน สลับไป-มา
4. ทำต่อเนื่อง 15-20 นาที

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อขาแข็งแรง
2. ทำให้กล้ามเนื้อแขน-หัวไหล่แข็งแรง

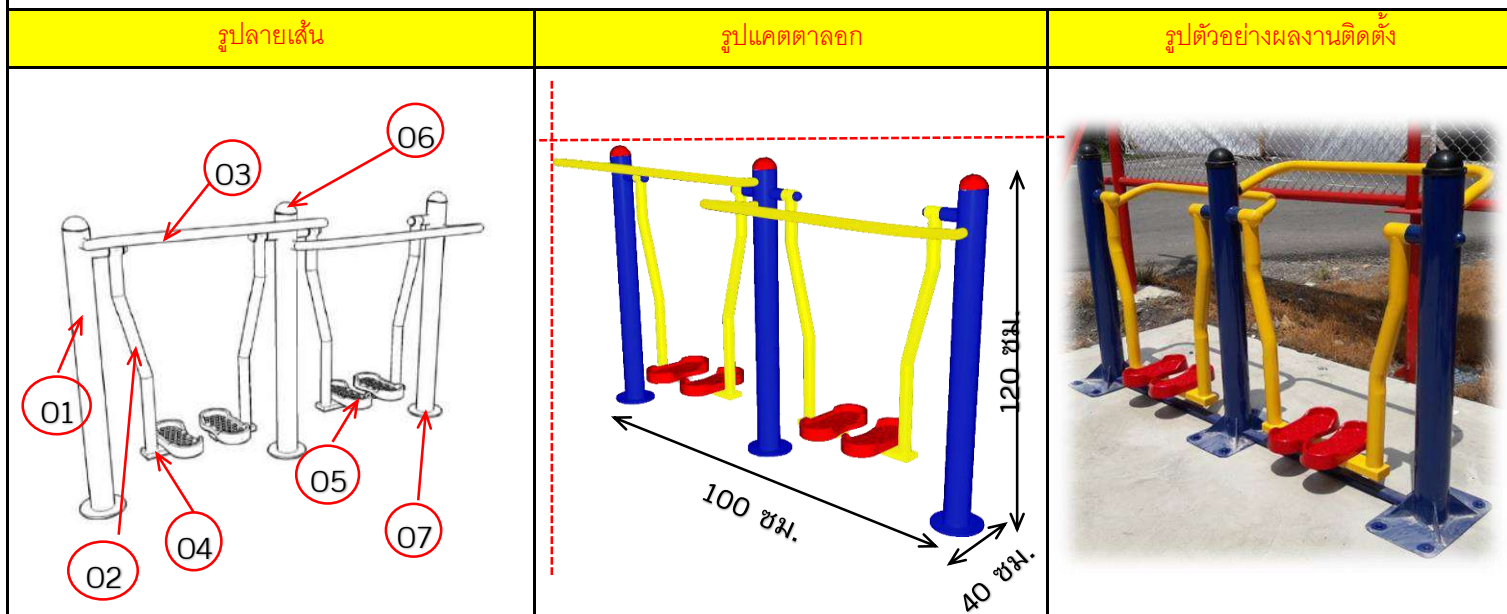
ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นพิเศษ เกรด A รหัส OUL

OUL-23 อุปกรณ์เดินอากาศไร้การกระแทกคู่

ขนาด 40 x 200 x 120 ซม.



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

| ลำดับ | รายการ | วัสดุ | รายละเอียด |
|-------|---------------|--------------------|--|
| 01 | ชุดเสาตั้ง | ท่อเหล็ก | ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 02 | ชุดแกว่งขา | ท่อเหล็ก | ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 03 | ชุดคานมือจับ | ท่อเหล็ก | ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 04 | ชุดเท้าเหยียบ | เหล็กกล่อง | ขนาดไม่น้อยกว่า 70 มม. x 25 มม. หนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 05 | รองเท้า | พลาสติก | ทรงรูปถั่ว กว้างไม่น้อยกว่า 18 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 5 ซม. |
| 06 | ผ้าครอบหัวเสา | ยางสังเคราะห์(NBR) | เป็นยางเกรดสูง หล่อขึ้นรูปทรงโดม Ø ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว |
| 07 | แป้นยึดพื้น | เหล็กเพลท | ตัดเพลทเป็นรูป สี่เหลี่ยม หรือวงกลม ความหนาเพลทไม่น้อยกว่า 6 มม. และเจาะรูสำหรับยึดทุก |
| 08 | สี | โพลียูรีเทน (PU) | เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงาลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ |

ข้อแนะนำการใช้

1. ใช้มือจับด้ามคั่นโยกทั้งซ้าย-ขวาให้มัน
2. ขึ้นยืนและเหยียบที่เหยียบซ้าย-ขวา
3. แกว่งขา-โยกแขน สลับไป-มา
4. ทำต่อเนื่อง 15-20 นาที

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อขาแข็งแรง
2. ทำให้กล้ามเนื้อแขน-หัวไหล่แข็งแรง

ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
 ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นพิเศษ เกรด A รหัส OUL

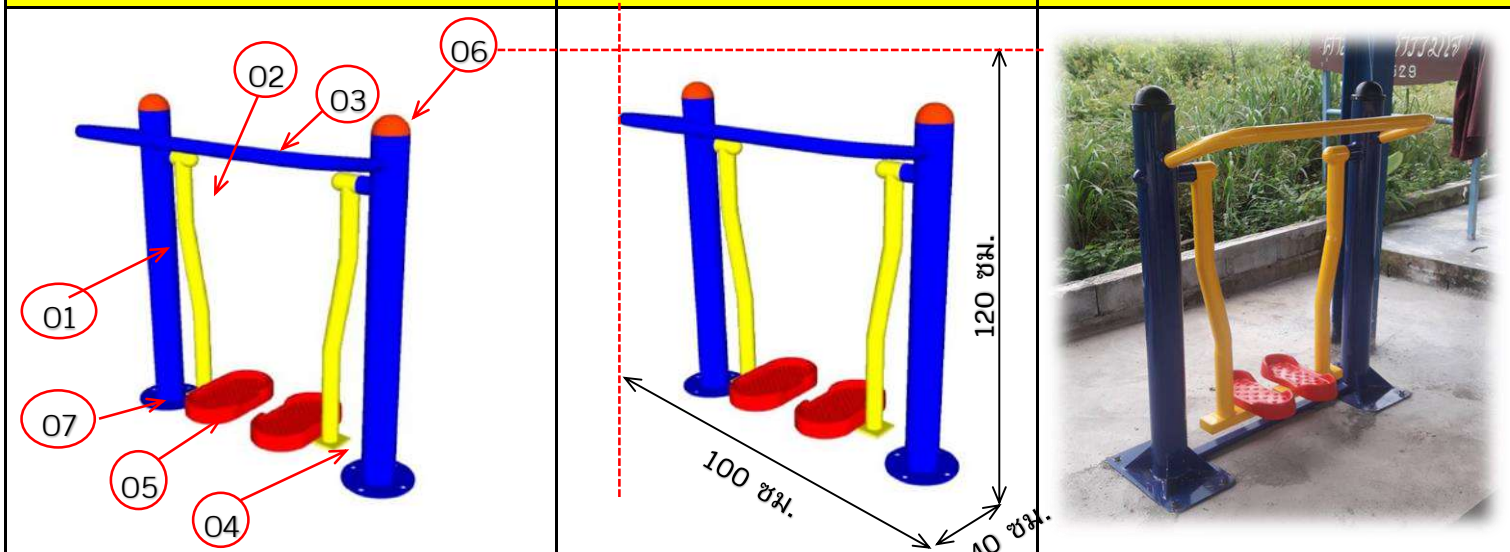
OUL-24 อุปกรณ์เดินอากาศไร้การกระแทกเดี่ยว

ขนาด 40 x 100 x 120 ซม.

รูปสายเส้น

รูปแคตตาล็อก

รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

| ลำดับ | รายการ | วัสดุ | รายละเอียด |
|-------|---------------|--------------------|---|
| 01 | ชุดเสาตั้ง | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 02 | ชุดแกว่งขา | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 03 | ชุดคานจับ | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 1.2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 04 | ชุดเท้าเหยียบ | เหล็กกล่อง | ขนาดไม่น้อยกว่า 70 มม. x 30 มม. หนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 05 | รองเท้า | พลาสติก | ทรงรูปถั่ว กว้างไม่น้อยกว่า 18 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 5 ซม. |
| 06 | ผ้าครอบหัวเสา | ยางสังเคราะห์(NBR) | เป็นยางเกรดสูง หล่อขึ้นรูปทรงโดม \varnothing ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว |
| 07 | แป้นยึดพื้น | เหล็กเพลท | ตัดเพลทเป็นรูป สี่เหลี่ยม หรือวงกลม ความหนาเพลทไม่น้อยกว่า 6 มม. และเจาะรูสำหรับยึดทุก |
| 08 | สี | โพลียูรีเทน (PU) | เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเคมี เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ |

ข้อแนะนำการใช้

1. ใช้มือจับที่คานจับให้มั่นคงทั้งซ้าย-ขวา
2. ขึ้นยืนและเหยียบที่เหยียบซ้าย-ขวา
3. แกว่งขาในลักษณะก้าวเดินไปข้างหน้า จากช้า-เร็ว สลับไป-มา
4. ทำต่อเนื่อง 15-20 นาที

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้ข้อสะโพกแข็งแรง
2. ทำให้การสูบฉีดโลหิตดีขึ้น

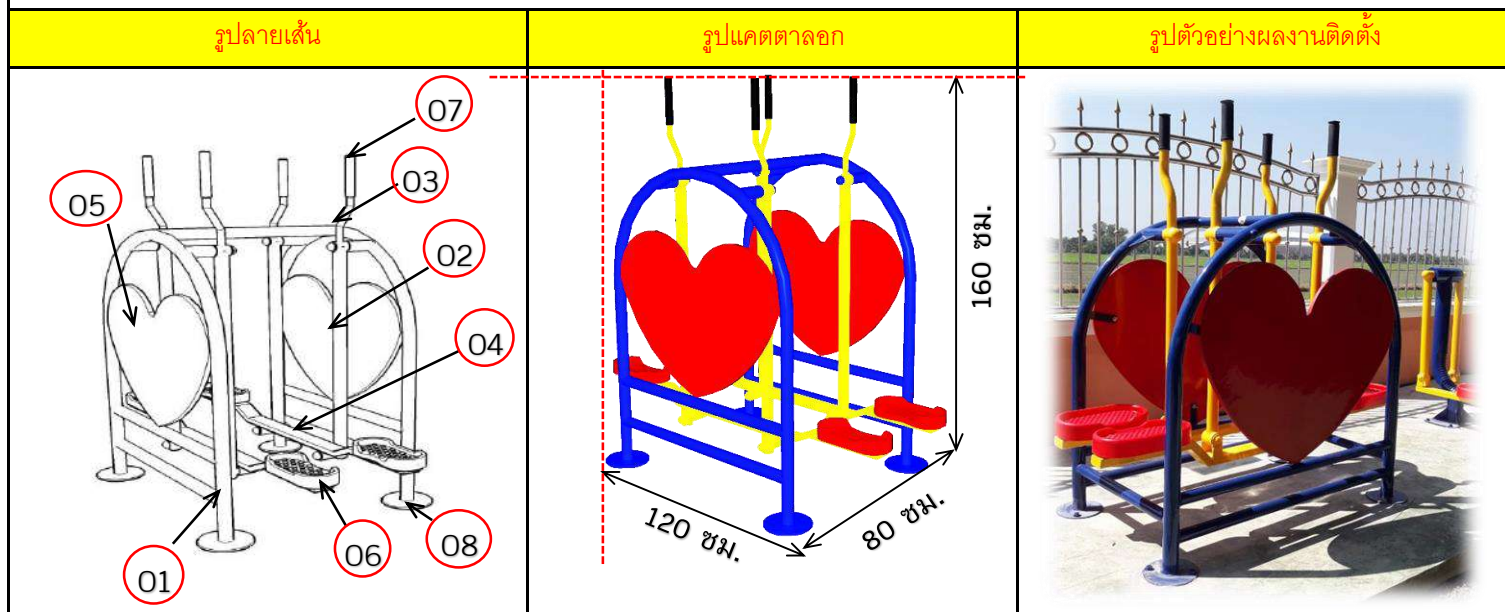
ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นพิเศษ เกรด A รหัส OUL

OUL-25 อุปกรณ์เดินสลับแขน-ขาแนวราบคู่

ขนาด 80 x 120 x 160 ซม.



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

| ลำดับ | รายการ | วัสดุ | รายละเอียด |
|-------|---------------|------------------|---|
| 01 | ชุดเสาตั้ง | ท่อเหล็ก | ขนาด ๑ นิ้วไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 02 | ชุดแกว่งขา | ท่อเหล็ก | ขนาด ๑ นิ้วไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 03 | ชุดมือจับ | ท่อเหล็ก | ขนาด ๑ นิ้วไม่น้อยกว่า 1.2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 04 | ชุดคานเหยียบ | เหล็กกล่อง | ขนาดไม่น้อยกว่า 70 มม. x 30 มม. หนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 05 | ฝาปิดด้านข้าง | เหล็กแผ่นลาย | ตัดประกอบจากเหล็กแผ่นลายเป็นรูปหัวใจ ขนาดกว้างไม่น้อยกว่า 80 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 100 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 2 มม. |
| 06 | รองเท้า | พลาสติก | ทรงรูปถั่ว กว้างไม่น้อยกว่า 18 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 5 ซม. |
| 07 | ปลอกมือจับ | ยางธรรมชาติ(NR) | ทำจากยาง ขนาด ๑ นิ้วไม่น้อยกว่า 4 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 15 ซม. หนา 2 มม. |
| 08 | แป้นยึดพื้น | เหล็กเพลท | ตัดเพลทเป็นรูป สี่เหลี่ยม หรือวงกลม ความหนาเพลทไม่น้อยกว่า 6 มม. และเจาะรูสำหรับยึดทุก |
| 09 | สี | โพลียูรีเทน (PU) | เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ |

ข้อแนะนำการใช้

1. ใช้มือจับด้ามคั่นโยกทั้งซ้าย-ขวาให้มัน
2. ขึ้นยืนและเหยียบที่เหยียบซ้าย-ขวา
3. แกว่งขา-โยกแขน สลับไป-มา
4. ทำต่อเนื่อง 15-20 นาที

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อขาแข็งแรง
2. ทำให้กล้ามเนื้อแขน-หัวไหล่แข็งแรง

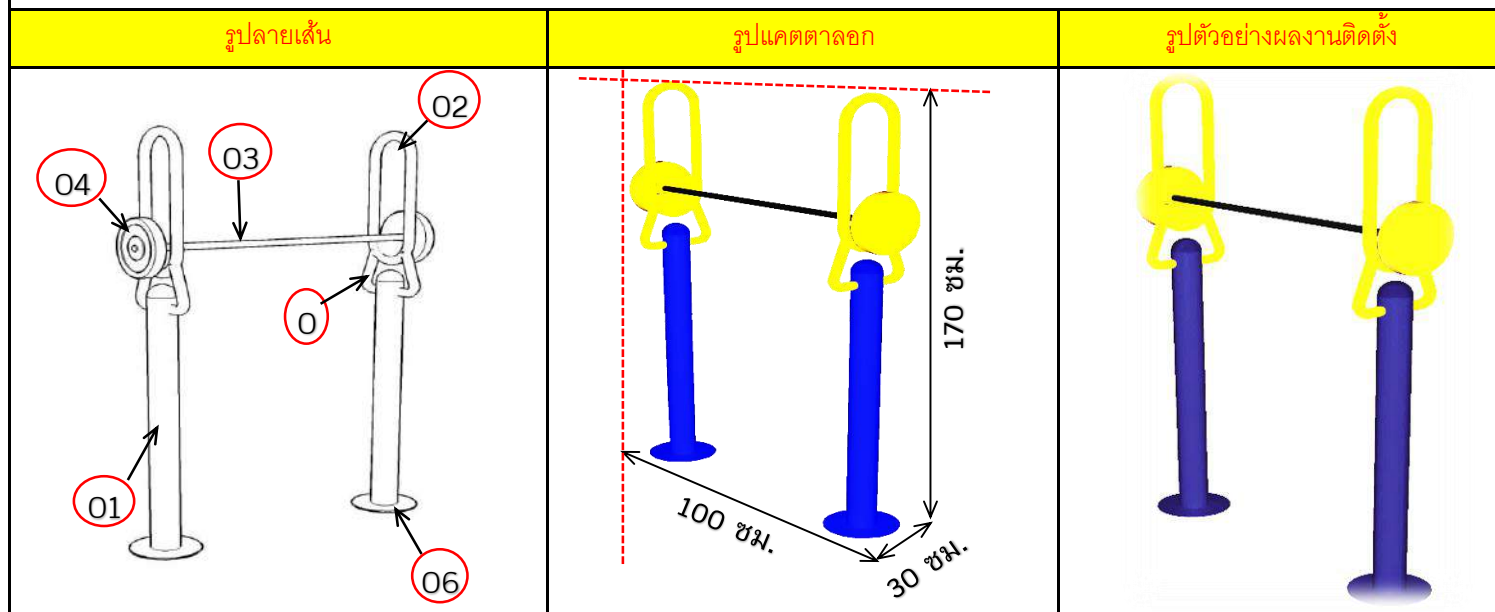
ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นพิเศษ เกรด A รหัส OUL

OUL-26 อุปกรณ์ยกน้ำหนัก (แบบยืน)

ขนาด 30 x 100 x 170 ซม.



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

| ลำดับ | รายการ | วัสดุ | รายละเอียด |
|-------|-----------------|--------------------|--|
| 01 | ชุดเสาตั้ง | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 02 | ชุดคานวางบาร์ | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 1.5 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 03 | ชุดคานยกน้ำหนัก | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 1.2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 04 | แผ่นน้ำหนัก | เหล็กหล่อ | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 27 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 2.5 ซม. น้ำหนักข้างละ 10 กก. |
| 05 | ฝาครอบหัวเสา | ยางสังเคราะห์(NBR) | เป็นยางเกรดสูง หล่อขึ้นรูปทรงกลม \varnothing ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว |
| 06 | แป้นยึดพื้น | เหล็กเพลท | ตัดเพลทเป็นรูป สี่เหลี่ยม หรือวงกลม ความหนาเพลทไม่น้อยกว่า 6 มม. และเจาะรูสำหรับยึดทุก |
| 07 | สี | โพลียูรีเทน (PU) | เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ |

ข้อแนะนำการใช้

- ยืนหันหน้าไปด้านใดด้านหนึ่ง ใช้มือทั้งสองข้างจับคานยกน้ำหนักให้มั่น
- ออกแรงยกคานและดุ่มน้ำหนักขึ้นไปแนวตั้งจนสุดแขน
- ก่อนผ่อนแขนทั้งทั้งสองข้างเพื่อลดระดับกลับไปที่เดิม
- ทำเซตละ 10 ครั้ง รวม 3 เซต (หรือตามความต้องการ)

ประโยชน์ที่ได้รับ

- ทำให้กล้ามเนื้อแขน-หัวไหล่แข็งแรง
- ทำให้กล้ามเนื้อหน้าท้องแข็งแรง

ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ

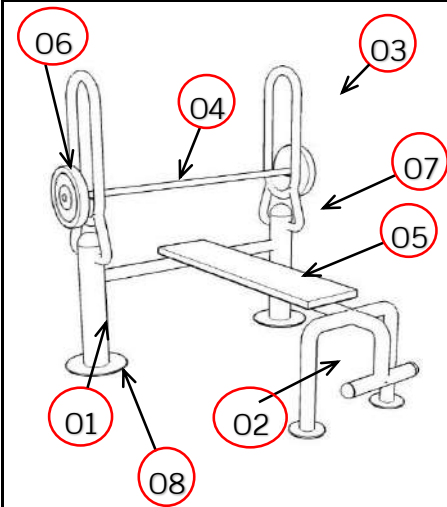
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นพิเศษ เกรด A รหัส OUL

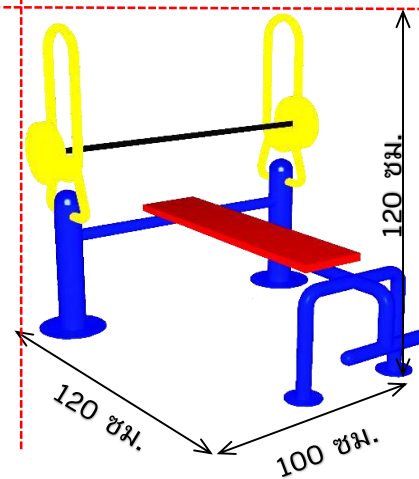
OUL-27 อุปกรณ์ยกน้ำหนัก (แบบนอน)

ขนาด 100 x 120 x 120 ซม.

รูปสายเส้น



รูปแคตตาล็อก



รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

| ลำดับ | รายการ | วัสดุ | รายละเอียด |
|-------|---------------------|--------------------|---|
| 01 | ชุดเสาตั้ง | ท่อเหล็ก | ขนาด ๒" ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 02 | ชุดคานรับแผ่นรองนอน | ท่อเหล็ก | ขนาด ๒" ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 03 | ชุดคานวางบาร์ | ท่อเหล็ก | ขนาด ๒" ไม่น้อยกว่า 1.5 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 04 | ชุดคานยกน้ำหนัก | ท่อเหล็ก | ขนาด ๒" ไม่น้อยกว่า 1.2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 05 | ที่รองนอน | พลาสติก | ขนาด กว้าง 25 ซม. ยาว 100 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม. ลายอิฐ |
| 06 | แผ่นน้ำหนัก | เหล็กหล่อ | ขนาด ๒" ไม่น้อยกว่า 27 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 2.5 ซม. น้ำหนักข้างละ 10 กก. |
| 07 | ฝาครอบหัวเสา | ยางสังเคราะห์(NBR) | เป็นยางเกรดสูง หล่อขึ้นรูปทรงโดม Ø ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว |
| 08 | แป้นยึดพื้น | เหล็กเพลท | ตัดเพลทเป็นรูป สี่เหลี่ยม หรือวงกลม ความหนาเพลทไม่น้อยกว่า 6 มม. และเจาะรูสำหรับยึดทุก |
| 09 | สี | โพลียูรีเทน (PU) | เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอีท ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงาลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ |

ข้อแนะนำการใช้

1. นอนลงบนแผ่นรองนอน โดยหันศีรษะไปทางด้านคานยกน้ำหนัก เท้าทั้งสองเหยียบลงบนที่ปักเท้าเพื่อทรงตัว
2. ใช้มือจับคานยกน้ำหนักให้มั่น
3. ดันแขนยกน้ำหนักขึ้น-ลง ช้าๆ
4. ทำเซตละ 10 ครั้ง รวม 3 เซต

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อแขน-หัวไหล่แข็งแรง
2. ทำให้กล้ามเนื้อหน้าท้องแข็งแรง

ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ

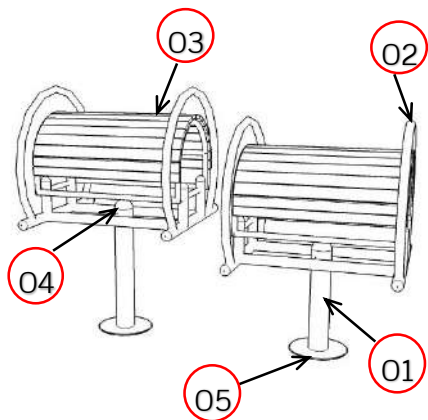
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นพิเศษ เกรด A รหัส OUL

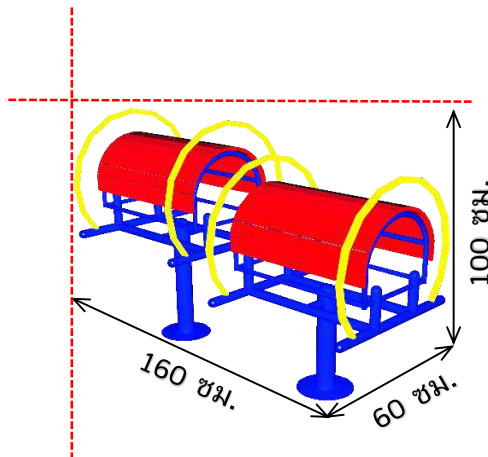
OUL-28 อุปกรณ์ดัดหลังคู่

ขนาด 60 x 160 x 100 ซม.

รูปสายเส้น



รูปแคตตาล็อก



รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

| ลำดับ | รายการ | วัสดุ | รายละเอียด |
|-------|--------------|--------------------|---|
| 01 | ชุดเสาตั้ง | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 02 | ชุดโครงสร้าง | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 1.5 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 03 | ชุดดัดหลัง | เหล็กเส้นแบน | ขนาด 2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2 มม. |
| 04 | ฝาครอบหัวเสา | ยางสังเคราะห์(NBR) | เป็นยางเกรดสูง หล่อขึ้นรูปทรงโดม \varnothing ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว |
| 05 | แผ่นยึดพื้น | เหล็กเพลท | ตัดเพลทเป็นรูป สี่เหลี่ยม หรือวงกลม ความหนาเพลทไม่น้อยกว่า 6 มม. และเจาะรูสำหรับยึดผูก |
| 06 | สี | โพลียูรีเทน (PU) | เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงาลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ |

ข้อแนะนำการใช้

1. ห้ามขีดกับอุปกรณ์ใช้มือจับที่เหล็กมือจับทั้งสองข้าง
2. ค่อยๆ เอนหลังลงไป
3. เกร็งลำตัวแล้วยกลำตัวขึ้นมา ทำซ้ำกัน 10-15 ครั้ง

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. บริหารแผ่นหลังและยึดลำตัว
2. บริหารหน้าท้อง

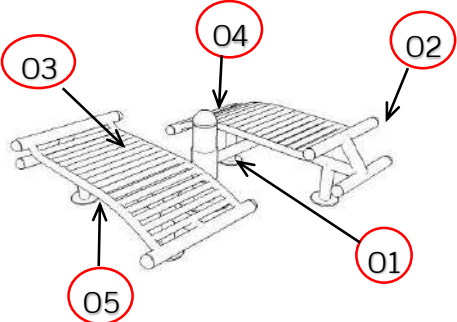
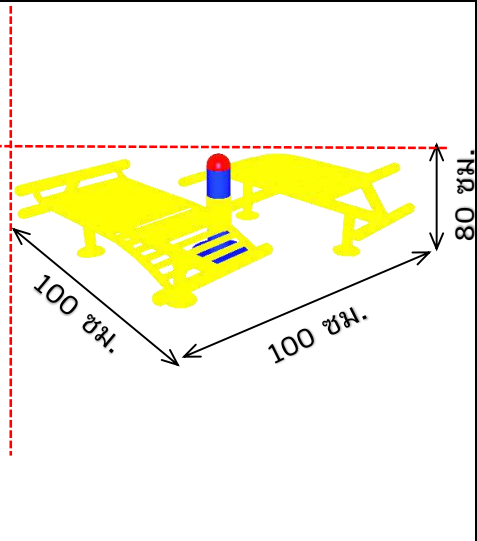

ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรรู้อยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นพิเศษ เกรด A รหัส OUL

OUL-29 อุปกรณ์ซิทอัพคู่

ขนาด 100 x 100 x 80 ซม.

| รูปสายเส้น | รูปแคตตาล็อก | รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง |
|--|--|---|
|  |  |  |

คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

| ลำดับ | รายการ | วัสดุ | รายละเอียด |
|-------|--------------|--------------------|---|
| 01 | ชุดเสาตั้ง | ท่อเหล็ก | ขนาด ๑" ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 02 | ชุดโครงสร้าง | ท่อเหล็ก | ขนาด ๑" ไม่น้อยกว่า 1.5 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 03 | ที่นั่งนอน | ท่อเหล็ก | ขนาด ๑" ไม่น้อยกว่า 1.2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 04 | ฝาครอบหัวเสา | ยางสังเคราะห์(NBR) | เป็นยางเกรดสูง หล่อขึ้นรูปทรงโดม Ø ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว |
| 05 | เบ้ายึดพื้น | เหล็กเพลท | ตัดเพลทเป็นรูป สี่เหลี่ยม หรือวงกลม ความหนาเพลทไม่น้อยกว่า 6 มม. และเจาะรูสำหรับยึดทุก |
| 06 | สี | โพลียูรีเทน (PU) | เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่อ่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ |

ข้อแนะนำการใช้

1. นอนลงบนโครงเหล็กพร้อมกับใช้เท้าติดกับคานเหล็กด้านล่างเพื่อทรงตัว
2. ใช้มือทั้งสองข้างประสานต้นคอเกร็งกล้ามเนื้อท้องดึงตัวเองลุกขึ้นโน้มไปด้านหน้า และเอนตัวกลับไปลักษณะนอนแล้วทำซ้ำ
3. ทำเซตละ 10 ครั้ง รวม 3 เซต

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. กล้ามเนื้อหน้าท้องแข็งแรง
2. กล้ามเนื้อขา และหัวเข่าแข็งแรง

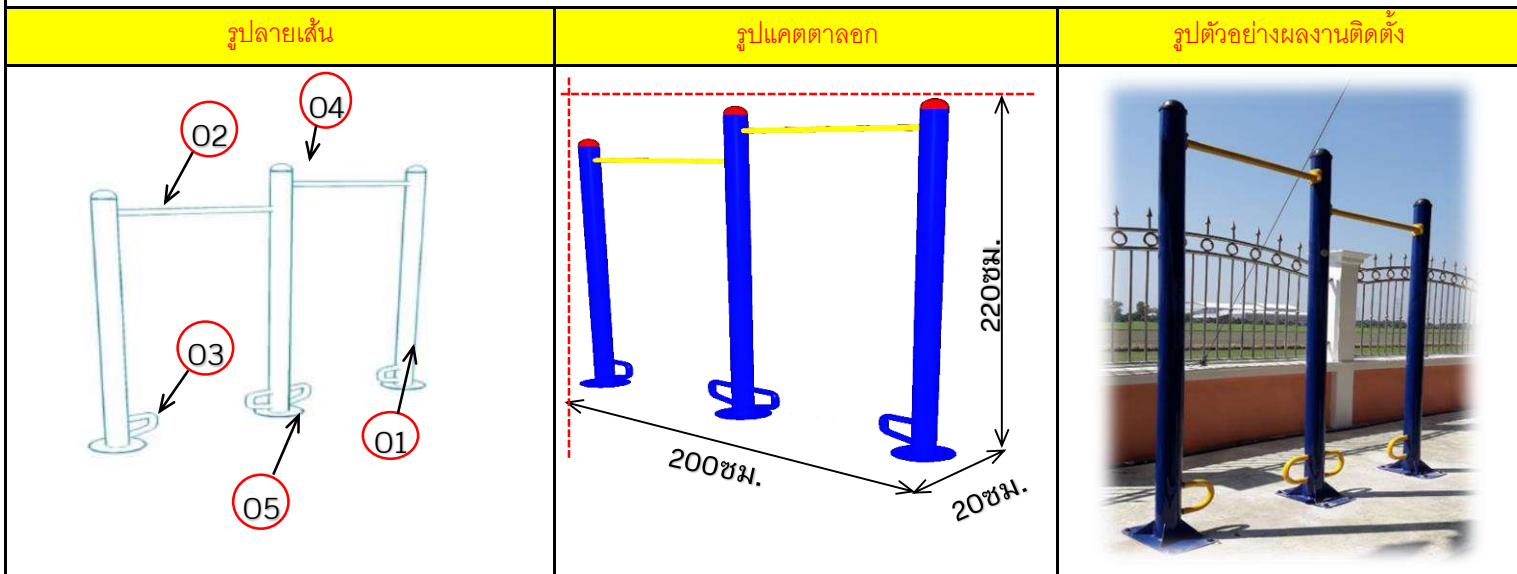
ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
 ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นพิเศษ เกรด A รหัส OUL

OUL-30 อุปกรณ์บาร์โหนคู่

ขนาด 20 x 200 x 220 ซม.



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

| ลำดับ | รายการ | วัสดุ | รายละเอียด |
|-------|--------------|--------------------|--|
| 01 | ชุดเสาตั้ง | ท่อเหล็ก | ขนาด ๑" ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 02 | ชุดคานโหน | ท่อเหล็ก | ขนาด ๑" ไม่น้อยกว่า 1.2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 03 | ชุดที่เหยียบ | ท่อเหล็ก | ขนาด ๑" ไม่น้อยกว่า 1 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 04 | ฝาครอบหัวเสา | ยางสังเคราะห์(NBR) | เป็นยางเกรดสูง หล่อขึ้นรูปทรงโดม ๑" ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว |
| 05 | แป้นยึดพื้น | เหล็กเพลท | ตัดเพลทเป็นรูปสี่เหลี่ยม หรือวงกลม ความหนาเพลทไม่น้อยกว่า 6 มม. และเจาะรูสำหรับยึดทุก |
| 06 | สี | โพลียูรีเทน (PU) | เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอีล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ |

ข้อแนะนำการใช้

1. ใช้มือจับบาร์ทั้งสองข้างยกลำตัว และแกว่งลำตัวไปข้างหน้า-ข้างหลัง
2. เกร็งกล้ามเนื้อท้องยกขาขึ้นไปด้านหน้าทำมุมฉากกับลำตัว แล้วปล่อยขาลงสลับไป-มา ทำเซตละ 10 ครั้ง รวม 3 เซต
3. ใช้มือจับบาร์เดี่ยวเพื่อโหนตัวแกว่งลำตัวไปด้านหน้า-ด้านหลัง ตามความต้องการ

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อแขน-หัวไหล่แข็งแรง
2. ทำให้กล้ามเนื้อหน้าท้องแข็งแรง

ข้อควรระวัง

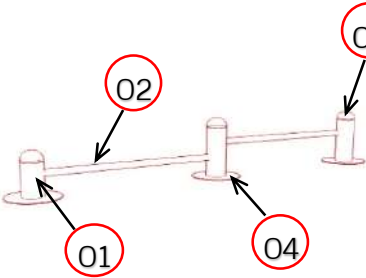
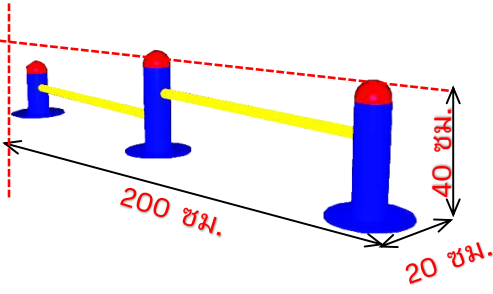

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ

ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นพิเศษ เกรด A รหัส OUL

OUL-31 อุปกรณ์คานดันพื้นคู่

ขนาด 20 x 200 x 40 ซม.

| รูปลายเส้น | รูปแคตตาล็อก | รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง |
|--|--|---|
|  |  |  |

คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

| ลำดับ | รายการ | วัสดุ | รายละเอียด |
|-------|--------------|--------------------|---|
| 01 | ชุดเสาตั้ง | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 02 | ชุดคานจับ | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 1.5 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 03 | ฝาครอบหัวเสา | ยางสังเคราะห์(NBR) | เป็นยางเกรดสูง หล่อขึ้นรูปทรงโดม \varnothing ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว |
| 04 | แป้นยึดพื้น | เหล็กเพลท | ตัดเพลทเป็นรูป สี่เหลี่ยม หรือวงกลม ความหนาเพลทไม่น้อยกว่า 6 มม. และเจาะรูสำหรับยึดทุก |
| 05 | สี | โพลียูรีเทน (PU) | เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอีล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงาลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ |

ข้อแนะนำการใช้

1. ใช้มือจับบาร์ทั้งสองข้างลักษณะก้มหน้าคว่ำก้นพื้น
2. เกร็งแขนลดแขนลงให้ค้างเกือบชิดกับบาร์
3. ดันแขนขึ้นยืดตรงเหมือนเดิม ทำซ้ำกัน 5-15 ครั้ง

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อแขน-หัวไหล่แข็งแรง
2. ทำให้กล้ามเนื้อหน้าท้องแข็งแรง

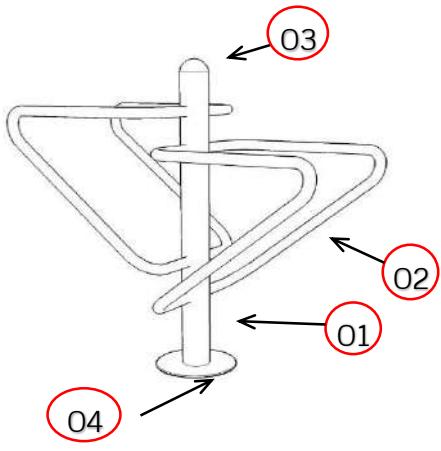
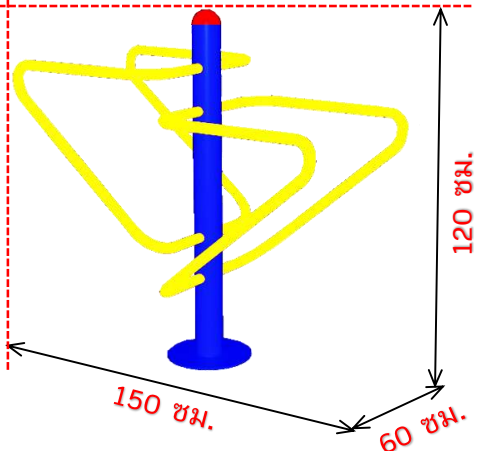

ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นพิเศษ เกรด A รหัส OUL

OUL-32 อุปกรณ์ยกยัดตัวบาร์คู๋

ขนาด 60 x 150 x 120 ซม.

| รูปลายเส้น | รูปแคตตาล็อก | รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง |
|--|--|---|
|  |  |  |

คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

| ลำดับ | รายการ | วัสดุ | รายละเอียด |
|-------|--------------|--------------------|---|
| 01 | ชุดเสาตั้ง | ท่อเหล็ก | ขนาด ๑ นิ้วไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 02 | ชุดคานโหน | ท่อเหล็ก | ขนาด ๑ นิ้วไม่น้อยกว่า 1.2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 03 | ฝาครอบหัวเสา | ยางสังเคราะห์(NBR) | เป็นยางเกรดสูง หล่อขึ้นรูปทรงโดม Ø ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว |
| 04 | แป้นยึดพื้น | เหล็กเพลท | ตัดเพลทเป็นรูป สี่เหลี่ยม หรือวงกลม ความหนาเพลทไม่น้อยกว่า 6 มม. และเจาะรูสำหรับยึดทุก |
| 05 | สี | โพลียูรีเทน (PU) | เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอีล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ |

ข้อแนะนำการใช้

1. ใช้มือจับบาร์คู๋ทั้งสองข้างยกลำตัว และแกว่งลำตัวไปข้างหน้า-ข้างหลัง
2. เกร็งกล้ามเนื้อขาขึ้นไปด้านหน้าทำมุมฉากกับลำตัว แล้วปล่อยขาลงสลับไป-มา ทำเซตละ 10 ครั้ง รวม 3 เซต
3. ใช้มือจับบาร์เดี่ยวเพื่อโหนตัวแกว่งลำตัวไปด้านหน้า-ด้านหลัง ตามความต้องการ

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อแขน-หัวไหล่แข็งแรง
2. ทำให้กล้ามเนื้อหน้าท้องแข็งแรง

ข้อควรระวัง

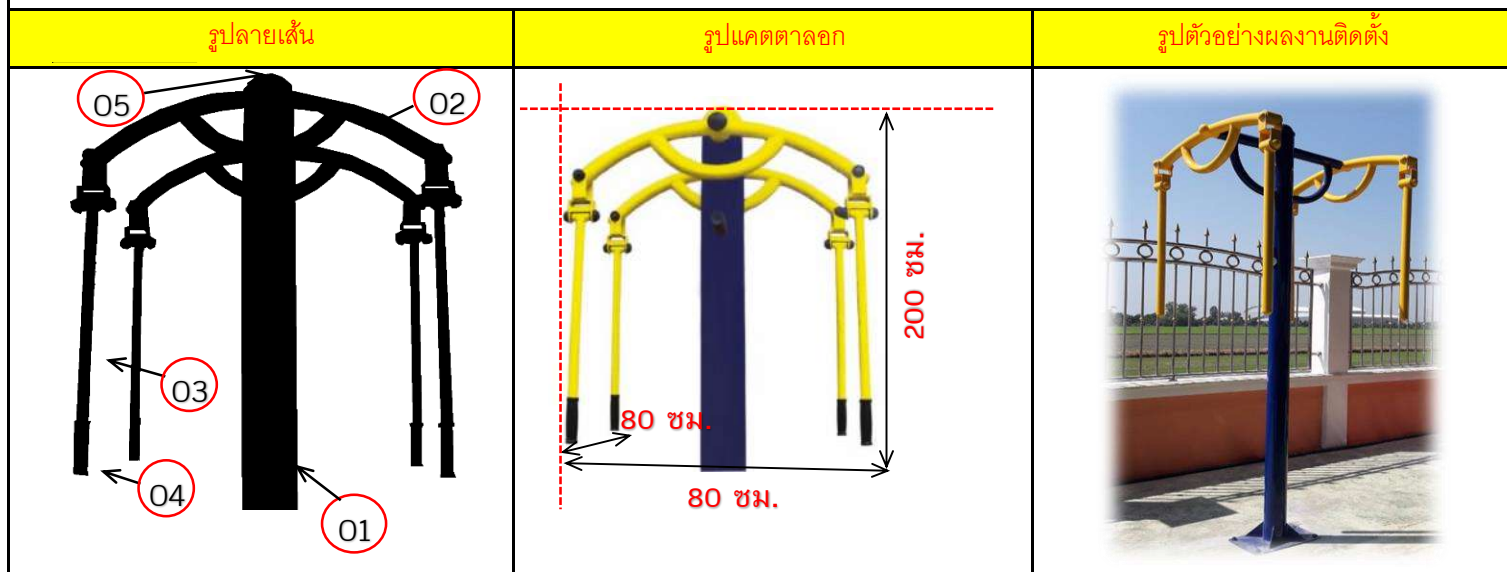
ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ

ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นพิเศษ เกรด A รหัส OUL

OUL-33 อุปกรณ์ดึงแขน 2 ด้าน

ขนาด 80 x 80 x 200 ซม.



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

| ลำดับ | รายการ | วัสดุ | รายละเอียด |
|-------|--------------|--------------------|---|
| 01 | ชุดเสาตั้ง | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 02 | ชุดคานโหน | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 03 | ชุดแขนแกว่ง | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 1.2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 04 | ปลอกมือจับ | ยางธรรมชาติ(NR) | ทำจากยาง ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 4 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 15 ซม. หนา 2 มม. มีปุ่มเล็กกระจายอยู่โดยรอบ ไม่น้อยกว่า 1000ปุ่ม สำหรับนิ้วมือและกันลื่น |
| 05 | ฝาครอบหัวเสา | ยางสังเคราะห์(NBR) | เป็นยางเกรดสูง หล่อขึ้นรูปทรงโดม \varnothing ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว |
| 06 | แป้นยึดพื้น | เหล็กเพลท | ตัดเพลทเป็นรูป สี่เหลี่ยม หรือวงกลม ความหนาเพลทไม่น้อยกว่า 6 มม. และเจาะรูสำหรับยึดทุก |
| 07 | สี | โพลียูรีเทน (PU) | เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทน ให้ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงาลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ |

ข้อแนะนำการใช้

1. ใช้มือจับบาร์คู่ทั้งสองข้างยกลำตัว และแกว่งลำตัวไปข้างหน้า-ข้างหลัง
2. เกร็งกล้ามเนื้อขาขึ้นไปด้านหน้าทำมุมฉากกับลำตัว แล้วปล่อยขาลงสลับไป-มา ทำเซตละ 10 ครั้ง รวม 3 เซต
3. ใช้มือจับบาร์เดี่ยวเพื่อโหนตัวแกว่งลำตัวไปด้านหน้า-ด้านหลัง ตามความต้องการ

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อแขน-หัวไหล่แข็งแรง
2. ทำให้กล้ามเนื้อหน้าท้องแข็งแรง

ข้อควรระวัง

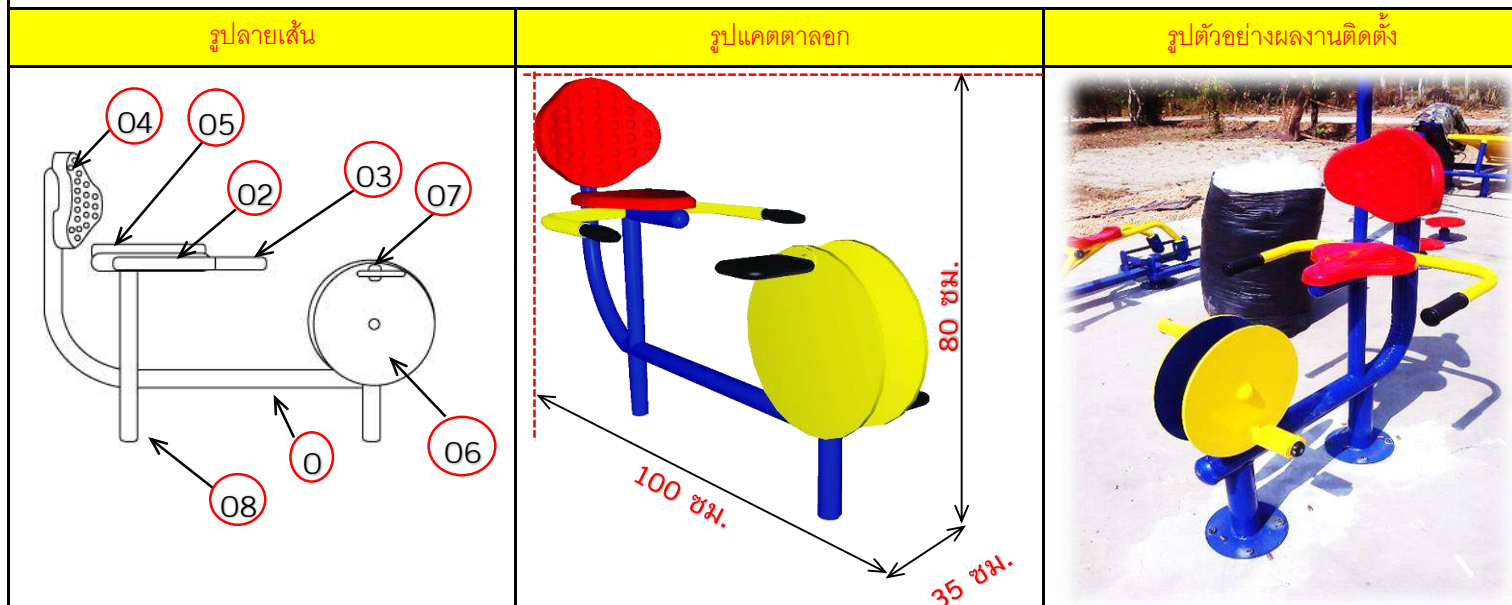
ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ

ตรวจสอบในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นพิเศษ เกรด A รหัส OUL

OUL-34 อุปกรณ์นั่งปั่นจักรยาน

ขนาด 35 x 100 x 80 ซม.



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

| ลำดับ | รายการ | วัสดุ | รายละเอียด |
|-------|-------------------|------------------|---|
| 01 | ชุดเสาตั้ง | ท่อเหล็ก | ขนาด ๒" ไม่น้อยกว่า 3 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 02 | ชุดด้ามจับ | ท่อเหล็ก | ขนาด ๒" ไม่น้อยกว่า 1.2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.0 มม. |
| 03 | ปลอกมือจับ | ยางธรรมชาติ(NR) | ทำจากยาง ขนาด ๒" ไม่น้อยกว่า 4 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 15 ซม. หนา 2.0 มม. มีปุ่มเล็กกระจายอยู่โดยรอบ ไม่น้อยกว่า 1000ปุ่ม สำหรับนวดฝ่ามือและกันลื่น |
| 04 | ที่พิง | พลาสติก | ทรงสี่เหลี่ยมขนมเปียกปูนโค้งรับแผ่นหลัง หล่อขึ้นรูป ความกว้างไม่น้อยกว่า 30 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 2.5 ซม. |
| 05 | ที่นั่งอานจักรยาน | พลาสติก | หล่อขึ้นรูปทรงอานจักรยาน กว้างไม่น้อยกว่า 25 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 30 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 2.5 ซม. |
| 06 | ล้อปั่น | เหล็กเพลท | ทรงกลม ขนาด ๒" ไม่น้อยกว่า 40 ซม. ความหนาไม่น้อยกว่า 8 มม. |
| 07 | บันได | เหล็กแบน | ความกว้างไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว. ยาวไม่น้อยกว่า 5 นิ้ว. |
| 08 | แป้นยึดพื้น | เหล็กเพลท | ตัดเพลทเป็นรูป สี่เหลี่ยม หรือวงกลม ความหนาเพลทไม่น้อยกว่า 6 มม. และเจาะรูสำหรับยึดทุก |
| 09 | สี | โพลียูรีเทน (PU) | เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม้ดำ ไม้ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ |

ข้อแนะนำการใช้

1. นั่งบนที่นั่งเอนหลังพิงพนักพิงพร้อมกับใช้มือจับด้ามจับทั้งสองข้างให้มั่น
2. ใช้เท้าปั่นบันไดที่ล้อเหล็กเหมือนปั่นจักรยาน เร็ว-ช้า ตามความต้องการ
3. ปั่นประมาณครั้งละ 15 นาที

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อขา-ข้อเข่าแข็งแรง
2. ใช้ให้การทรงตัวดีขึ้น

ข้อควรระวัง

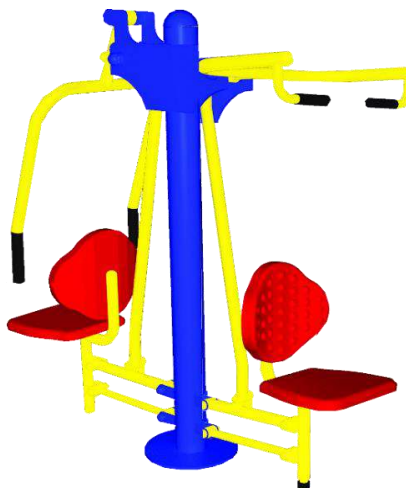
ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นพิเศษ เกรด A รหัส OUL

OUL-35 อุปกรณ์บริหารแขน-หัวไหล่-หน้าอก (แบบดัน+ดึงยกตัว)

ขนาด 60 x 100 x 170 ซม.

รูปแคตตาล็อก



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

| ลำดับ | รายการ | วัสดุ | รายละเอียด |
|-------|------------------|--------------------|---|
| 01 | ชุดเสาตั้ง | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. |
| 02 | ชุดเสารับที่นั่ง | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. |
| 03 | ชุดคานชัก | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 1.5 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. |
| 04 | ชุดมือจับ | ท่อเหล็ก | ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. |
| 05 | ปลอกมือจับ | ยางธรรมชาติ(NR) | ทำจากยาง ขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 4 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 15 ซม. หนา 2 มม. มีปุ่มเล็กๆกระจายอยู่โดยรอบ ไม่น้อยกว่า 1000ปุ่ม สำหรับนวดฝ่ามือและกันลื่น |
| 06 | ที่พิง | พลาสติก | ทรงสี่เหลี่ยมขนมเปียกปูนโค้งรับแผ่นหลัง หล่อขึ้นรูป ความกว้างไม่น้อยกว่า 30 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 2.5 ซม. มีปุ่มทรงกลมมนสำหรับนวดหลังไม่น้อยกว่า 55 ปุ่ม. |
| 07 | ที่นั่ง | พลาสติก | ทรงสี่เหลี่ยมคางหมูขอบมน กว้างไม่น้อยกว่า 35 ซม. ความยาวไม่น้อยกว่า 35 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 2.5 ซม. |
| 08 | ฝาครอบหัวเสา | ยางสังเคราะห์(NBR) | เป็นยางเกรดสูง หล่อขึ้นรูปทรงโดม \varnothing ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว |
| 09 | ยางกันกระแทก | ยูรีเทนใส | ยูรีเทนใสทรงกระบอกขนาด \varnothing ไม่น้อยกว่า 5 ซม. สูงไม่น้อยกว่า 2.5 ซม. |
| 10 | แป้นยึดพื้น | เหล็กเพลท | ตัดเพลทเป็นรูป สี่เหลี่ยม หรือวงกลม ความหนาเพลทไม่น้อยกว่า 6 มม. และเจาะรูสำหรับยึดทุก |
| 11 | สี | โพลียูรีเทน (PU) | เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทน ความทนทานต่อการนำ-สารเคมี เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทอนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ |

ข้อแนะนำการใช้

1. นั่งบนเบาะนั่ง ให้หลังชนกับพนักพิงมือจับที่เหล็กทั้งสองข้าง
2. ใช้มือทั้งสองข้างดันเหล็กแขนจับทั้งสองข้างไปด้านหน้าแล้วค่อยๆผ่อนคืน
3. ทำซ้ำ 10 ครั้ง รวม 3 เซ็ต

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. กล้ามเนื้อแขน-หัวไหล่แข็งแรง
2. ได้กล้ามเนื้อหน้าอก

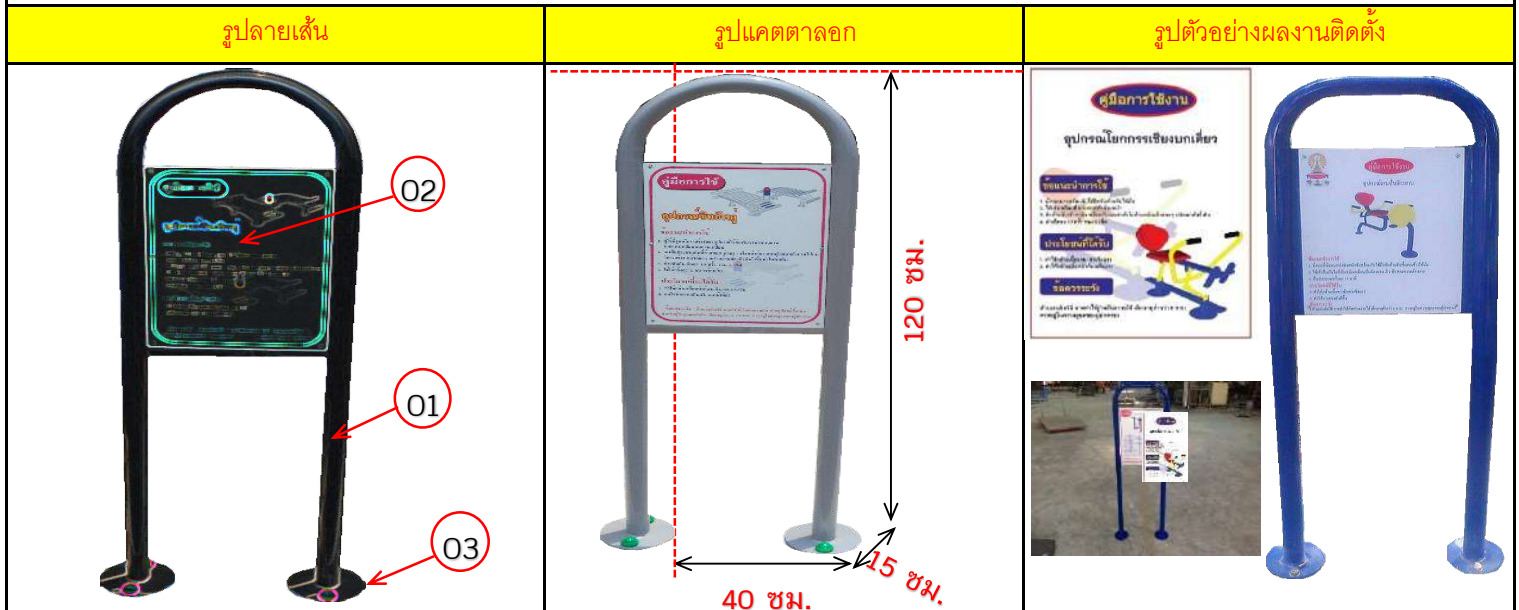
ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นพิเศษ เกรด A รหัส OUL

OUL-ACC-01 ป้ายคู่มือการเล่น

ขนาด 15 x 40 x 120 ซม.






คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

| ลำดับ | รายการ | วัสดุ | รายละเอียด |
|-------|-------------|------------------|---|
| 01 | ชุดเสาตั้ง | ท่อเหล็ก | ขนาด ๒ นิ้วไม่น้อยกว่า 1.5 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง) |
| 02 | ชุดป้าย | แผ่นอะคริลิก | ขนาดกว้างไม่น้อยกว่า 27 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 35 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 5 มม. ติดด้วยสติกเกอร์อิงเงทอย่างดี ทนความร้อนได้ 80 องศา เหมาะสำหรับงานภายนอกอาคาร |
| 03 | แป้นยึดพื้น | เหล็กเพลท | ตัดเพลทเป็นรูป สี่เหลี่ยม หรือวงกลม ความหนาเพลทไม่น้อยกว่า 4 มม. และเจาะรูสำหรับยึดทุก |
| 04 | สี | โพลียูรีเทน (PU) | เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ |
| | | | |

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นพิเศษ เกรด A รหัส OUL

OUL-Acc-02 ป้ายประชาสัมพันธ์โครงการ


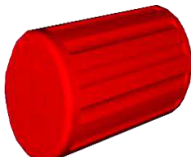


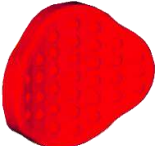




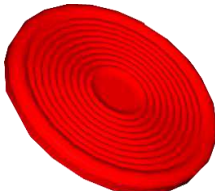








ขนาด 75 x 150 x สูง 180 ซม.

| รูปถ่ายเส้น | รูปแคตตาล็อก | รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง |
|--|--|---|
|  |  |  |

คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

| ลำดับ | รายการ | วัสดุ | รายละเอียด |
|-------|-------------|------------------|---|
| 01 | ชุดเสาตั้ง | ท่อเหล็ก | ขนาด ๑ ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. |
| 02 | ชุดป้าย | แผ่นเหล็กซิงค์ | ขนาดกว้างไม่น้อยกว่า 75 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 150 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 2 มม. ติดด้วยสติกเกอร์อิงเจทอย่างดี ทนความร้อนได้ 80 องศา เหมาะสำหรับงานภายนอกอาคาร |
| 03 | แป้นยึดพื้น | เหล็กเพลท | ตัดเพลทเป็นรูป สี่เหลี่ยม หรือวงกลม ความหนาเพลทไม่น้อยกว่า 4 มม. และเจาะรูสำหรับยึดทุก |
| 04 | สี | โพลียูรีเทน (PU) | เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ |
| | | | |

OUL-Acc-03 อะไหล่ พลาสติก+เหล็กหล่อ+ยาง+ยูรีเทรนไนส์+เหล็กแผ่น

| 1. หัวแก้ง | 2. ถังกลิ้ง | 3. แป้นเหยียบ | 4. วงล้อดอกเห็ด | 5. ที่นั่ง/พนักพิง |
|---|---|---|---|---|
|  |  |  |  | |
| เหล็กแผ่นตัดประกอบ | เหล็กแผ่นลายตัดประกอบ | พลาสติก | พลาสติก | |
| OUL-01 | OUL-13 | OUL-09 | OUL-14/19 | |
| 6. ที่พิงหลัง | 7. ที่นั่ง | 8. ที่นั่งอานจักรยาน | 9. เท้าเหยียบคู่ | 10. รองเท้าหัวหมี่พู่ |
|  |  |  |  | |
| พลาสติก | พลาสติก | พลาสติก | พลาสติก | |
| OUL-34 | OUL-34 | OUL-09/16 | OUL-06 | |
| 11. รองเท้า | 12. วงล้อหน้าเรียบ | 13. ที่พิงหลัง | 14. ฝาครอบหลัง | 15. ฝาปิดข้างรูปหัวใจ |
|  |  |  |  |  |
| พลาสติก | พลาสติก | พลาสติก | เหล็กแผ่นตัดประกอบ | เหล็กแผ่นตัดประกอบ |
| OUL-16 | OUL-18 | OUL-06 | OUL-20 | OUL-25 |
| 16. เบาะรองนอน | 17. รองเท้าวงรี | 18. รองเท้ารูปถั่ว | 19. ที่นั่ง | 20. ที่พิงหลัง |
|  |  |  |  |  |
| พลาสติก | พลาสติก | พลาสติก | พลาสติก | พลาสติก |
| OUL-27 | OUL-20/22/25 | OUL-05/07/08 | OUL-01/02/03/04/05/11/ 13/14/15 | OUL-01/02/03/04/05/ 13/14/15 |
| 21. แป้นหมุนบาง | 22. แป้นหมุนหนา | 23. ตัวนวด | 24. อาร์มแขน | |

| OUL-Acc-03 อะไหล่ พลาสติก+เหล็กหล่อ+ยาง+ยูริเทรนไนส+เหล็กแผ่น | | | | |
|---|---|---|---|---|
|  A 14 | |  |  | |
| พลาสติก | | พลาสติก | พลาสติก | |
| OUL-10/11/12/17 | | OUL-09/10 | OUL-01 | |
| 25. แผ่นน้ำหนัก 5 กก. และ 10 กก. | 26. ฝาครอบหัวเสา | 27. มือหมุนวงล้อ | 28. ยางกันกระแทก | 29. ปลอกมือจับ |
|  |  |  |  |  |
| เหล็กหล่อ | ยาง | ยาง | ซูเปอร์ลิน-ยูริเทรนไนส | ยาง |
| OUL-26/27 | OUL-02/03/04/05/06/09/10/11/12/ 13/14/16/17/18/19/20/23/ 24/26/27/28/29/30/31/ 32/33 | OUL-18 | OUL-01/02/03/04/05/09/16/17 | OUL-02/03/04/05/06/07/08/10/ 13/14/15/16/17/20/21/ 22/25/33/34 |