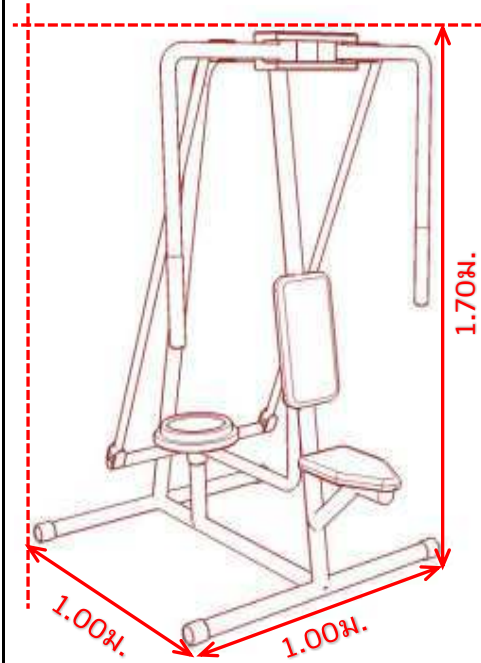


เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

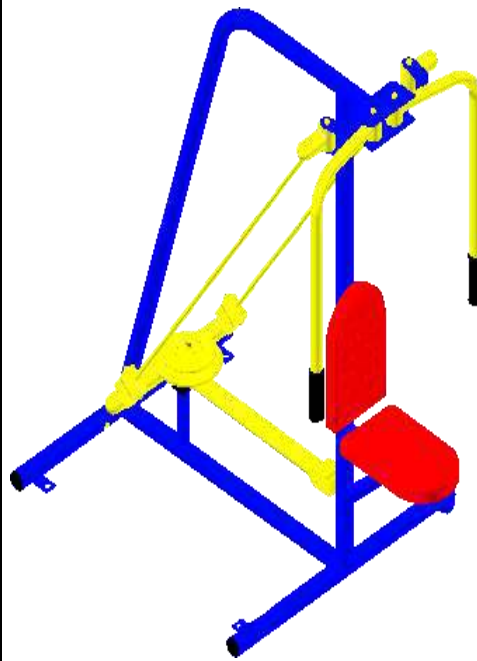
SM-01 อุปกรณ์บริหารแขน-หน้าอก-หัวไหล่ (แบบถ่าง-หุบยกดัมน้ำหนัก)

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 1.70 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น



รูปแคตตาล็อก



รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง) (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	เพลาดึง	เหล็กเพล	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 19 มม. จำนวน 2 อัน
03	ดัมน้ำหนัก	เหล็กหล่อ	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 27 ซม. 1 ลูก และขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 21 ซม. 1 ลูก รวมน้ำหนักไม่ต่ำกว่า 15 กก.
04	ที่พิง/ที่นั่ง	พลาสติก	ขนาด กว้างไม่น้อยกว่า 25 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม. ลายฉลุ
05	ยางกันกระแทก	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงสี่เหลี่ยม ขนาดไม่น้อยกว่า 5 x 5 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม.
06	ฝาปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
07	สี	โพลียูรีเทน (PU)	เป็นสีทับหน้าเคลือบโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นเคลือบสีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ลอกทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
08	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยทุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

1. นั่งบนเบาะหลังพิงพนักพิง จับที่ด้ามจับทั้งสองด้านในระดับหน้าอก
2. ดึงด้ามจับทั้งสองด้านเข้าหาตัวพร้อมกันให้หยุดอยู่ตรงกลางหน้าอก พอดีแล้วค่อย ๆ คลายออก ดึงด้ามจับเข้าหาตัวทีละแขนสลับซ้าย-ขวา แล้วค่อย ๆ คลายออกก็ได้ ทำซ้ำ 10 ครั้ง รวม 3 เซ็ต



ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อหน้าอก หัวไหล่แข็งแรง
2. ทำให้กล้ามเนื้อแขนแข็งแรง

ข้อควรระวัง

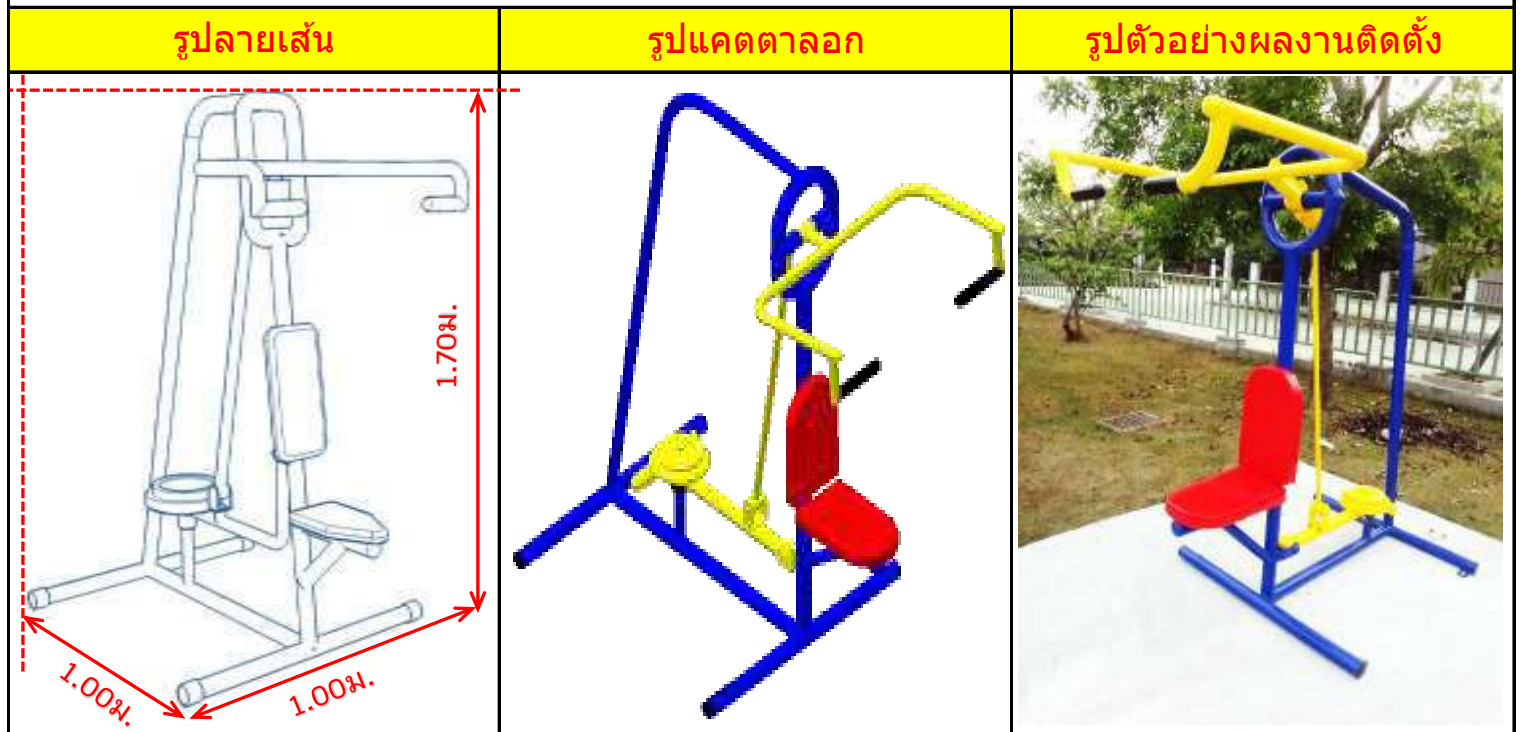
ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ

ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

SM-02 อุปกรณ์บริหารแขน-หน้าอก-หัวไหล่ (แบบดึงยกตัมน้ำหนัก)

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 1.70 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	ตัมน้ำหนัก	เหล็กหล่อ	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 27 ซม. 1 ลูก และขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 21 ซม. 1 ลูก รวมน้ำหนักไม่ต่ำกว่า 15 กก.
03	ที่พิง/ที่นั่ง	พลาสติก	ขนาด กว้างไม่น้อยกว่า 25 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม. ลายอีรู
04	ยางกันกระแทก	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงสี่เหลี่ยม ขนาดไม่น้อยกว่า 5 x 5 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม.
05	ฝาปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
06	สี	โพลียูรีเทน (PU)	เป็นสีทึบหน้าเคลือบโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ส่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
07	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยทุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

1. นั่งบนเบาะหลังพิงพนักพิง จับที่ด้ามจับด้านบนทั้งสองข้าง
2. ดึงด้ามจับลงหาตัวเพื่อยกตัมน้ำหนักด้านหลัง
3. ค่อย ๆ ยืดแขนขึ้นด้านบนอย่างช้า ๆ เพื่อปล่อยตัมน้ำหนักกลับเข้าที่เดิม
4. ทำซ้ำ 10 ครั้ง รวม 3 เซ็ต



ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อหน้าอก หัวไหล่แข็งแรง
2. ทำให้กล้ามเนื้อแขนแข็งแรง

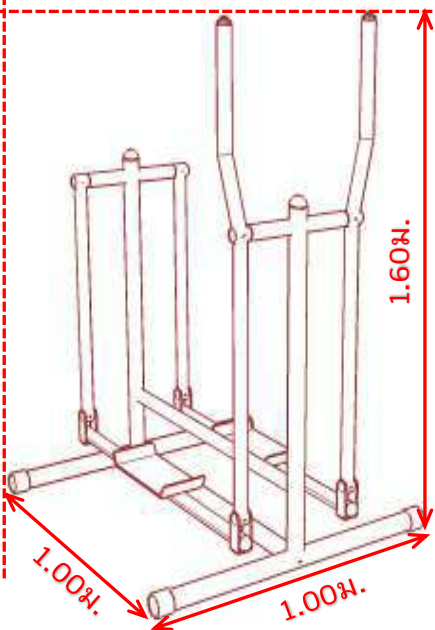
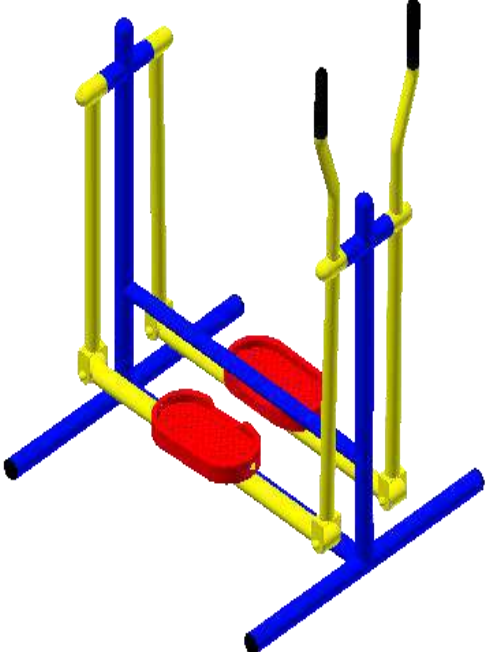
ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

SM-03 อุปกรณ์บริหารสะโพก-หัวไหล่ (แบบโยก-เดินสลับเท้า)

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 1.60 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น	รูปแคดตาล็อก	รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง
		

คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	รองเท้า	พลาสติก	ทรงวงรีมีขอบกัน ขนาดกว้างไม่น้อยกว่า 20 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 38 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 4 ซม. มีปุ่มทรงกลมนูนสำหรับนวดเท้าไม่น้อยกว่า 38 ปุ่ม.
03	ผ้าครอบหัวเสา	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงโดม ทำจากยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
04	ผ้าปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
05	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ลอกทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
06	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยพุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

1. ใช้มือจับด้ามคันโยกทั้งซ้าย-ขวาให้มั่น
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

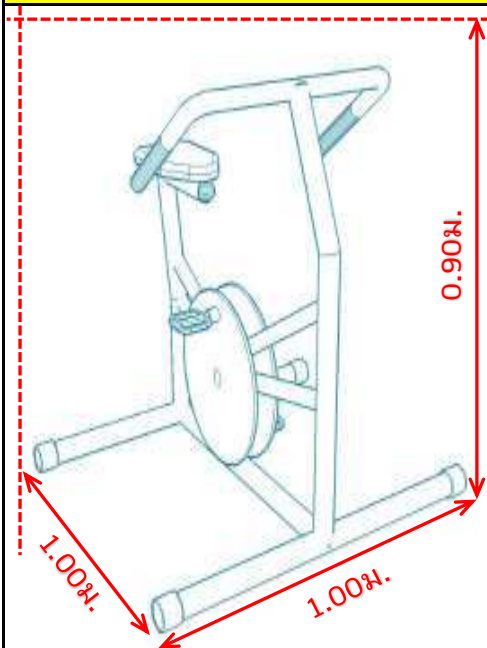
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

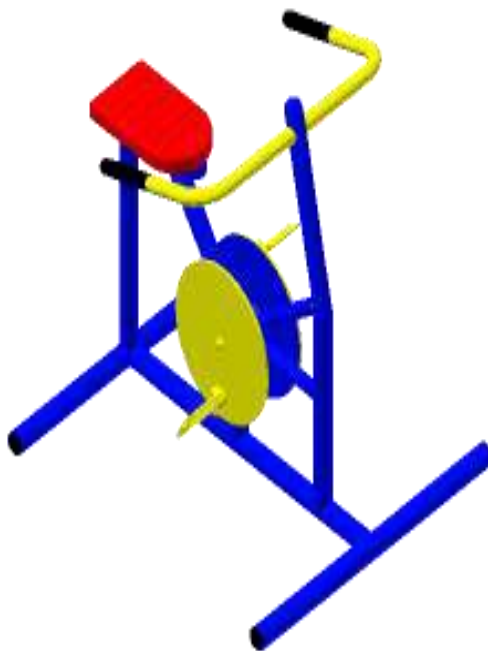
SM-04 อุปกรณ์บริหารข้อเข่า-ขา (แบบจักรยานล้อเหล็กนั่งตรง)

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 0.90 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น



รูปแคตตาล็อก



รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	วงล้อ	เหล็กแผ่นเพลท	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 9 มม. จำนวน 2 แผ่น
03	บันไดปั่น	เหล็กแผ่นเพลท	ขนาดกว้างไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว ยาวไม่น้อยกว่า 5 นิ้ว
04	ที่นั่ง	พลาสติก	ขนาด กว้างไม่น้อยกว่า 25 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม. ลายอีลุ
05	ฝาครอบหัวเสา	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงโดม ทำจากยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
06	ฝาปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
07	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ลอ่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ การติดตั้งด้วยพุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว
08	การติดตั้ง	-	

ข้อแนะนำการใช้

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



ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อขาแข็งแรง
2. ทำให้กล้ามเนื้อแขน-หัวไหล่แข็งแรง

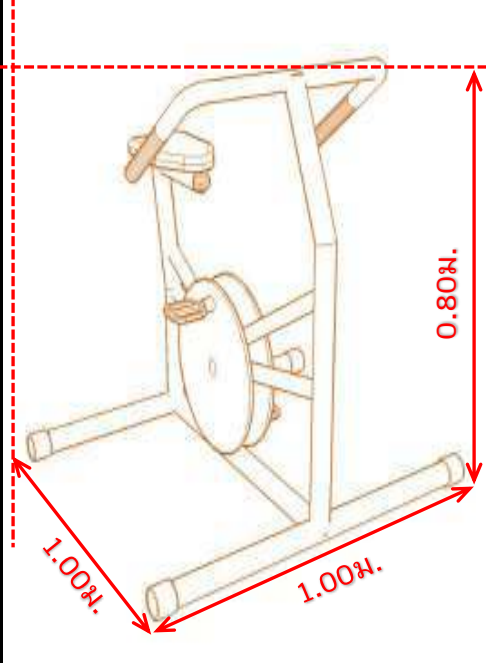
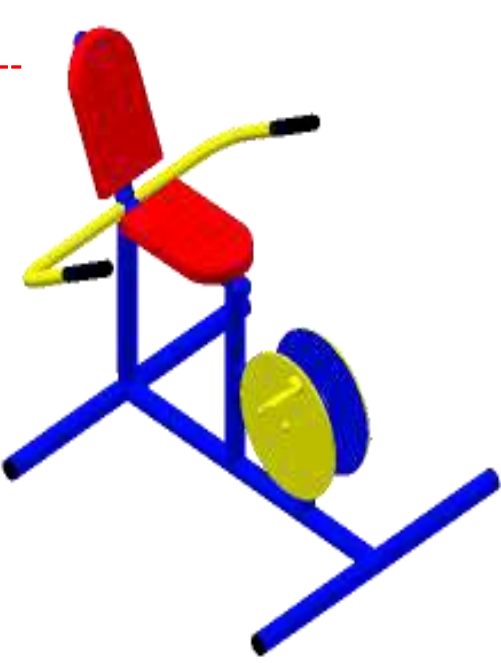
ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

SM-05 อุปกรณ์บริหารข้อเข่า-ขา (แบบจักรยานล้อเหล็กนั่งพิง)

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 0.80 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น	รูปแคตตาล็อก	รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง
		

คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	ที่พิง/ที่นั่ง	พลาสติก	ขนาด กว้างไม่น้อยกว่า 25 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม. ลายอิฐ
03	ฝาครอบหัวเสา	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงโดม ทำจากยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
04	ฝาปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
05	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทึบหน้าเคลือบโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ส่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
06	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยพุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

1. นั่งบนเบาะพิงพนักพร้อมกันใช้มือจับด้ามจับทั้งสองข้างให้มั่น
2. ใช้เท้าปั่นบันไดที่ล้อเหล็กเหมือนปั่นจักรยาน ข้า-เร็ว ตามความต้องการ
3. ปั่นประมาณครั้งละ 15 นาที



ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อขา-ข้อเข่าแข็งแรง
2. เพื่อทำให้หัวใจสูบฉีดโลหิตได้ดีขึ้น

ข้อควรระวัง

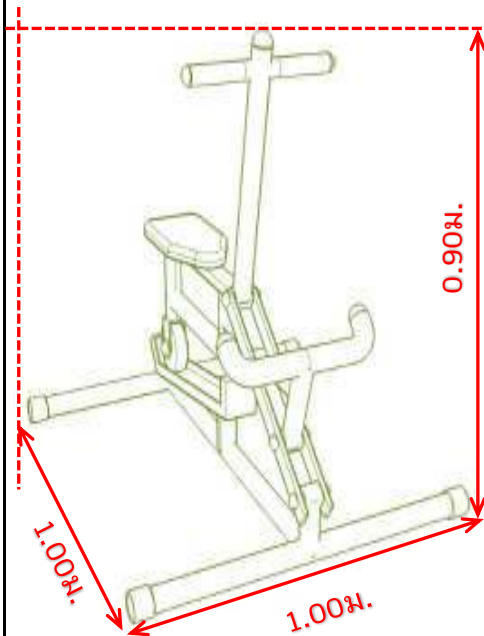
ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

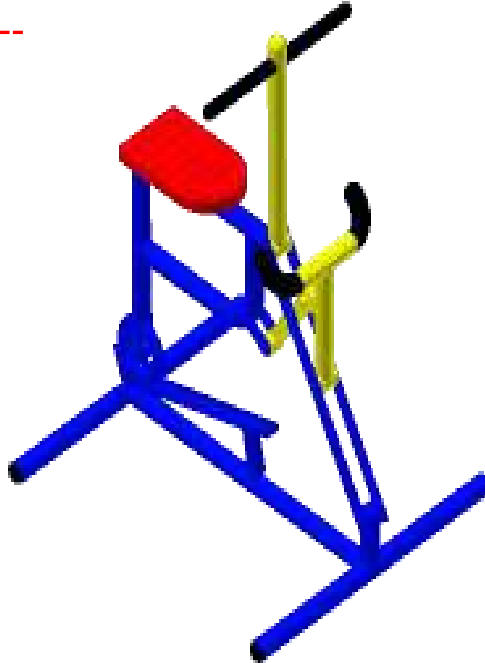
SM-06 เครื่องบริหารข้อเข่าแบบโยก

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 0.90 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น



รูปแคตตาล็อก



รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	ตะเกียบหน้า	เหล็กกล่อง	ขนาด ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว x 1 นิ้ว
03	รางลูกล้อ	เหล็กราง	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 3 นิ้ว
04	ลูกล้อ	ล้อยาง	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 8 นิ้ว
05	ที่นั่ง	พลาสติก	ขนาด กว้างไม่น้อยกว่า 25 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม. ลายอิฐ
06	ผ้าครอบหัวเสา	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงโดม ทำจากยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
07	ผ้าปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
08	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทับหน้าเคลือบโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นเคลือบสีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
09	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยทุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

1. นั่งบนเบาะพร้อมกับใช้มือจับด้ามจับทั้งสองข้างให้มั่น
2. ใช้เท้าเหยียบที่คานรองเท้าด้านหน้า
3. ดึงด้ามจับเข้าหาตัว พร้อมกับออกแรงถีบคานรองเท้าไปด้านหน้า เพื่อยกน้ำหนักตัวขึ้น-ลงซ้ำๆ โดยล้อยาง
4. ทำซ้ำละ 10 ครั้ง รวม 3 เซ็ต



ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อแขน-ขา-เข่าแข็งแรง
2. ช่วยลดน้ำหนัก

ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ

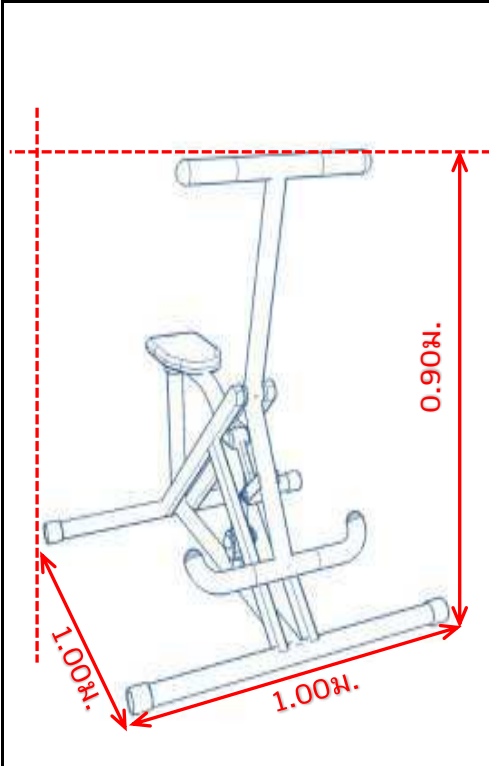
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

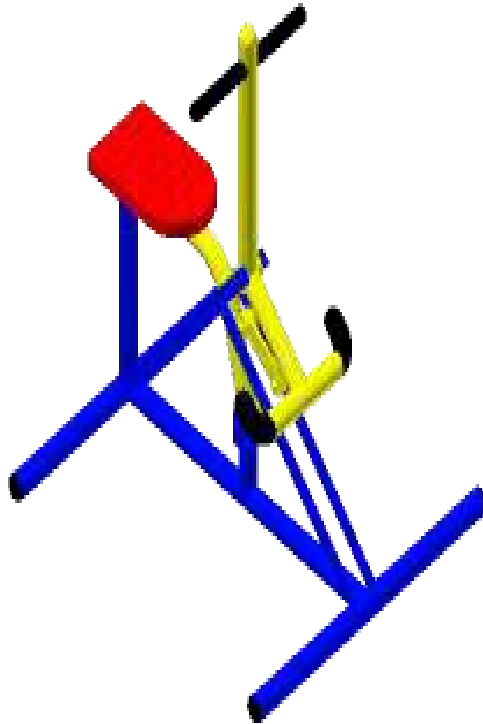
SM-07 อุปกรณ์บริหารแขน-ขา-ลดน้ำหนัก (แบบถีบ-ดึง ยกตัว)

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 0.90 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น



รูปแคดตาล็อก



รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	ตะเกียบหน้า	เหล็กกล่อง	ขนาด ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว x 1 นิ้ว
03	ที่นั่ง	พลาสติก	ขนาด กว้างไม่น้อยกว่า 25 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม. ลายฉลุ
04	ยางกันกระแทก	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงสี่เหลี่ยม ขนาดไม่น้อยกว่า 5 x 5 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม.
05	ฝาครอบหัวเสา	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงโดม ทำจากยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
06	ฝาปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
07	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ลอกทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
08	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยทุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

1. นั่งบนเบาะพร้อมกับใช้มือจับด้ามจับให้มั่น
2. ใช้เท้าเหยียบที่คานรองเท้าด้านหน้า
3. ดึงด้ามจับเข้าหาตัว พร้อมกับเหยียดขาต้านคาน
รองเท้าไปด้านหน้ายกที่นั่งและผู้ใช้ขึ้นแล้วค่อยๆ ปล่อยลง
4. ทำซ้ำแต่ละ 10 ครั้ง รวม 3 เซ็ต



ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อหน้าท้อง - แขนแข็งแรง
2. ทำให้ขาแข็งแรง

ข้อควรระวัง

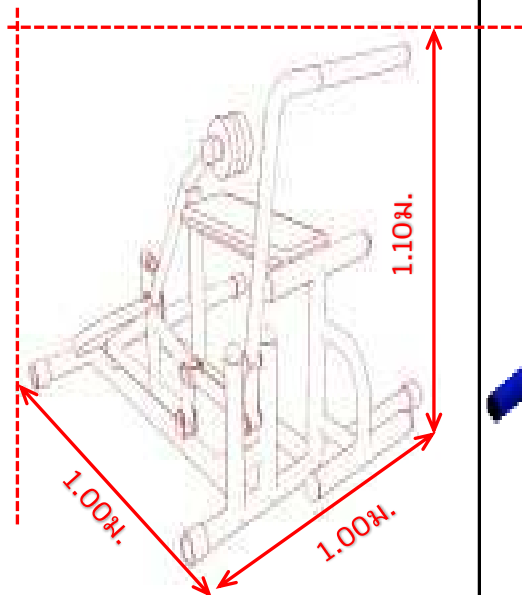
ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

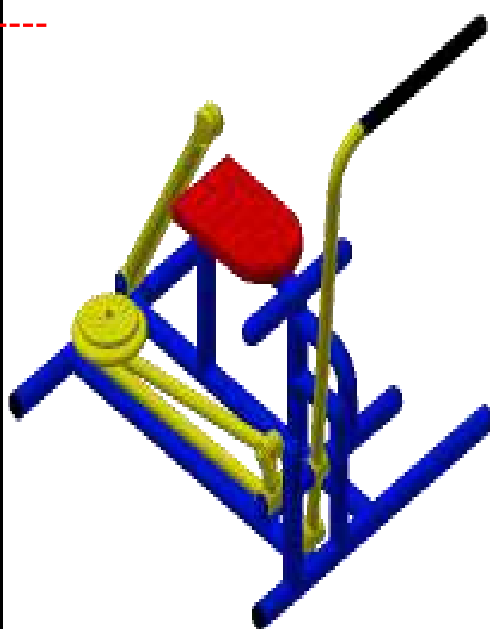
SM-08 อุปกรณ์บริหารแขน ลดน้ำหนักและนวดหลัง (แบบดึงยกตัมน้ำหนัก)

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 1.10 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น



รูปแคตตาล็อก



รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	ลูกล้อ	ล้อยาง	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว
03	ที่นั่ง	พลาสติก	ขนาด กว้างไม่น้อยกว่า 25 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม. ลายอิฐ
04	สปริงดึงตะขออิสระ	เส้นลวดเหนียว	ขนาด Ø เส้นลวดไม่น้อยกว่า 1/8 นิ้ว นำลวดมาวุ่นเป็นคอยล์สปริง ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 4 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 34 ซม. (รวมตะขอ)
05	ตัมน้ำหนัก	เหล็กหล่อ	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 27 ซม. 1 ลูก และขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 21 ซม. 1 ลูก รวมน้ำหนักไม่ต่ำกว่า 15 กก.
06	ยางกันกระแทก	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงสี่เหลี่ยม ขนาดไม่น้อยกว่า 5 x 5 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม.
07	ฝาปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
08	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ส่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
09	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยทุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

การนวดหลัง 1. นั่งบนเบาะพร้อมกับใช้เท้าเหยียบที่คานรองเท้า

ด้านหน้าให้ล้อยางอยู่ในตำแหน่งเหนือเอว

2. เอนลำตัวไปด้านหลังให้ลูกยางกลิ้งเพื่อนวดหลัง

จากเอว - ต้นคอ แล้วค่อยๆ ดึงตัวกลับ

บริหารแขน-นวดหลัง 1. นั่งบนเบาะพร้อมกับใช้เท้าเหยียบที่คานรองเท้าให้

ล้อยางอยู่ในตำแหน่งเหนือเอวและใช้มือตามจับตามจับทั้งสองข้างให้มั่น

2. ดึงตามจับเข้าหาตัวพร้อมกับเอนลำตัวไปด้านหลังให้ลูกยางกลิ้งเพื่อ

นวดหลังจากเอว - ต้นคอ แล้วค่อยๆ ดึงตัวกลับ

3. ทำซ้ำ 10 ครั้ง รวม 3 เซ็ต



อุปกรณ์บริหารแขน ลดน้ำหนักและนวดหลัง เป็นอุปกรณ์ออกกำลังกายแบบ ลดน้ำหนักและนวดหลัง แก้นวดหลัง โดยการดึงและเอนให้ลูกล้อวางบนนวดหลัง ได้กำลังแขน โดยลูกตัมน้ำหนัก

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อหน้าท้อง-แขนแข็งแรง
2. ทำให้คลายปวดหลัง

ข้อควรระวัง

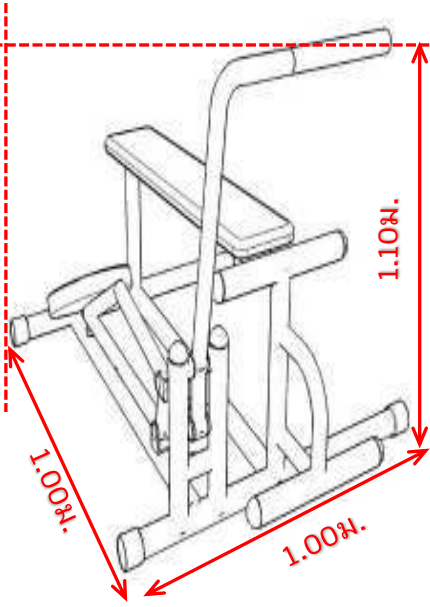
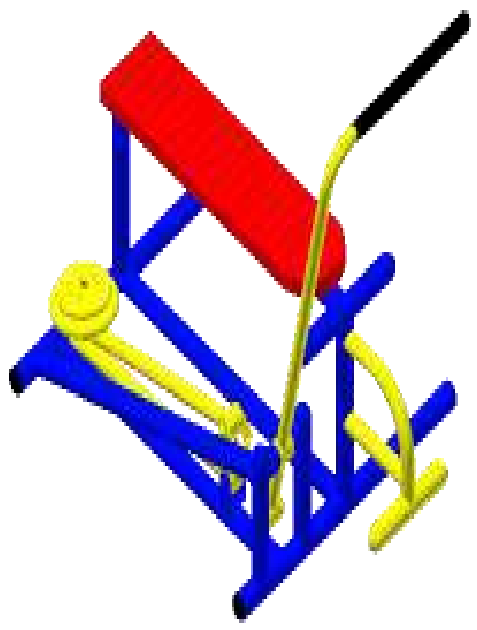
ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ

ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

SM-09 อุปกรณ์บริหารแขน-ลดน้ำหนัก (แบบดึงยกตัมน้ำหนัก)

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 1.10 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น	รูปแคดตาล็อก	รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง
		

คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	ที่รองนอน	พลาสติก	ขนาด กว้างไม่น้อยกว่า 25 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 108 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3.5 ซม. ลายอีริ
03	ตัมน้ำหนัก	เหล็กหล่อ	ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 27 ซม. 1 ลูก และขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 21 ซม. 1 ลูก รวมน้ำหนักไม่ต่ำกว่า 15 กก.
04	ยางกันกระแทก	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงสี่เหลี่ยม ขนาดไม่น้อยกว่า 5 x 5 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม.
05	ผ้าปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
06	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ลอ่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
07	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยพุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

1. นั่งบนเบาะพร้อมกับใช้มือจับด้ามจับให้มั่น
2. ใช้เท้าเหยียบที่คานรองเท้าด้านหน้า
3. ดึงด้ามจับเข้าหาตัว พร้อมกับเอนลำตัวไปด้านหลัง แล้วค่อยๆ ผ่อนแรงโยกตัวกลับด้านหน้า
4. ทำซ้ำแต่ละ 10 ครั้ง รวม 3 เซ็ต



ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อแข็งแรง
2. ทำให้กล้ามเนื้อแขนแข็งแรง

ข้อควรระวัง

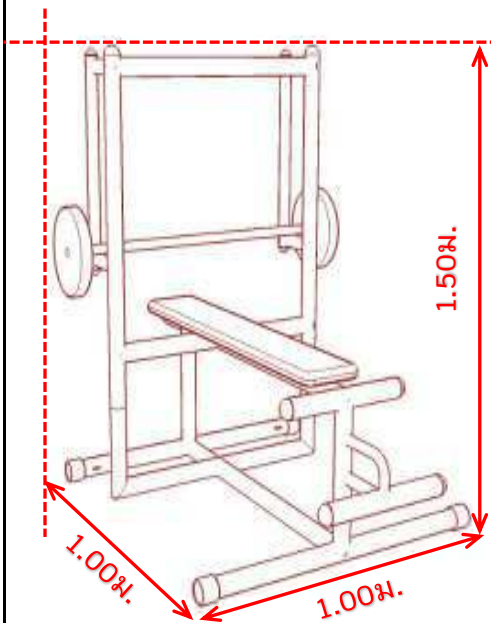
ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

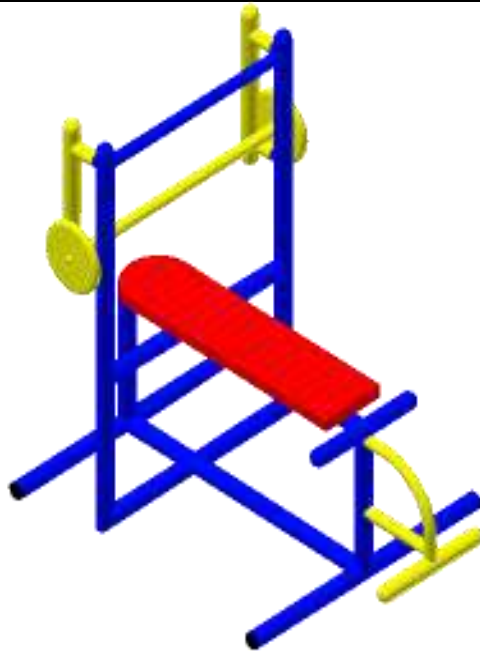
SM-10 อุปกรณ์ยกน้ำหนัก (แบบนอน)

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 1.50 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น



รูปแคดตาล็อก



รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	ที่รองนอน	พลาสติก	ขนาด กว้างไม่น้อยกว่า 25 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 108 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3.5 ซม. ลายอิฐ
03	ค้ำน้ำหนัก	เหล็กหล่อ	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 27 ซม. จำนวน 2 ลูก รวมน้ำหนักไม่ต่ำกว่า 20 กก.
04	ฝาดรอบหัวเสา	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงโดม ทำจากยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
05	ฝาดปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
06	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทึบหน้าเคลือบโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้
			ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา
			ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ลอกทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
07	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยพุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

1. นอนลงบนเบาะโดยหันศีรษะไปทางด้านคานยกน้ำหนัก
2. เท้าทั้งสองเหยียบลงบนที่ปักเท้าเพื่อทรงตัว
3. ใช้มือจับคานยกน้ำหนักให้มั่น
4. ดันแขนยกน้ำหนักขึ้น-ลง ซ้ำๆ
5. ทำซ้ำ 10 ครั้ง รวม 3 เซ็ต



ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อหน้าอก-แขน-หัวไหล่แข็งแรง
2. ทำให้กล้ามเนื้อหน้าท้องแข็งแรง

ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

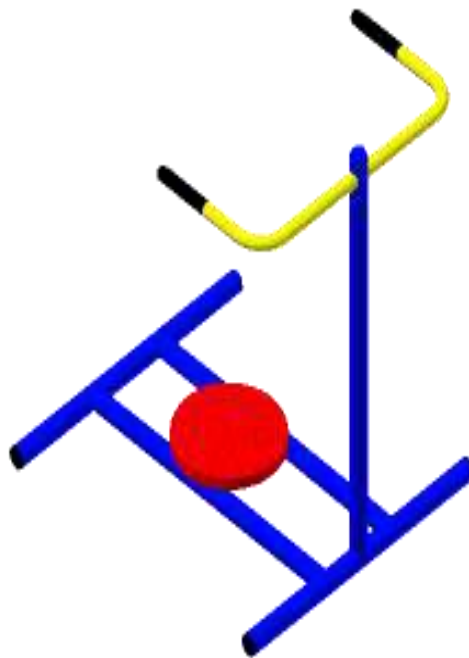
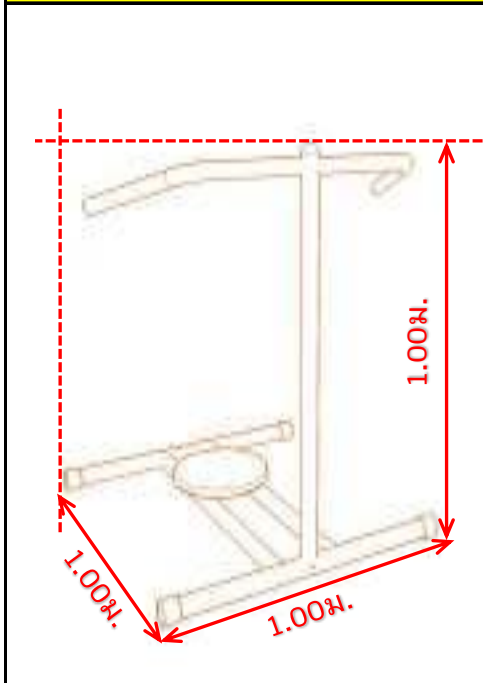
SM-11 อุปกรณ์บริหารข้อสะโพก (แบบบิดเอวเดียว)

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 1.00 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น

รูปแคตตาล็อก

รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	แป้นหมุน	พลาสติก	ทรงกลมขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 37 ซม. ความหนาไม่น้อยกว่า 7.5 ซม. มีปุ่มทรงกลมนูนสำหรับนิ้วเท้าไม่น้อยกว่า 180 ปุ่ม
03	ฝาครอบหัวเสา	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงโดม ทำจากยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
04	ฝาปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
05	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ลอกทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
06	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยพุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

- ยืนเหยียบลงบนแป้นรองเท้าทรงกลม
- ใช้มือจับที่ด้ามจับทั้งซ้าย-ขวาให้มั่น
- ออกแรงบิดลำตัวไป-มา ทั้งด้านซ้าย-ขวาสลับกัน
- ทำซ้ำแต่ละ 10 ครั้ง รวม 5 เซ็ต



ประโยชน์ที่ได้รับ

- บริหารเอวทำให้หายเมื่อยเอว
- การทรงตัวดีขึ้น

ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ

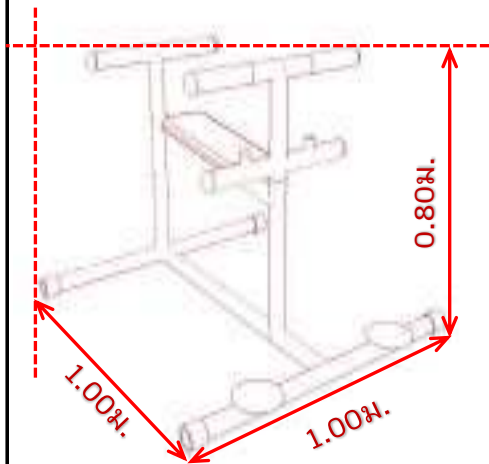
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

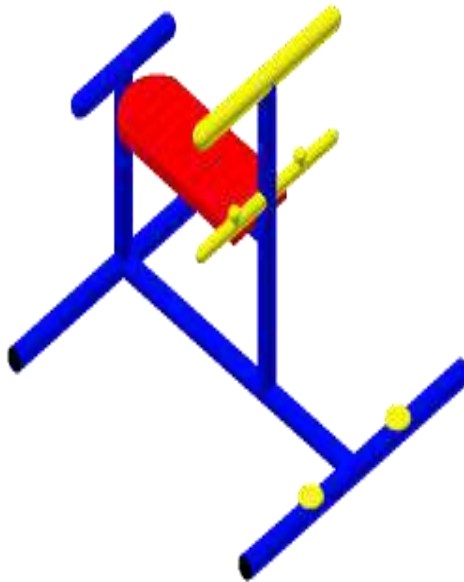
SM-12 อุปกรณ์นวดฝ่าเท้า-บริหารแขน-ยืดหลัง

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 0.80 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น



รูปแคตตาล็อก



รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	ปุ่มกดเส้น	ท่อเหล็ก	ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 1 นิ้ว
03	แป้นนวดฝ่าเท้า	ฝ่าเหล็ก	ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว
04	ที่นั่ง	พลาสติก	ขนาด กว้างไม่น้อยกว่า 25 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 60 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม. ลายอิฐ
05	ฝ่าปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
06	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
07	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยพุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

1. นั่งบนเบาะรองนั่งใช้ข้อพับขาพาดบนคานด้านบนและใช้มือจับคานด้านหลังยกตัวขึ้น-ลง เพื่อบริหารแขนและหน้าท้อง
2. หรือนั่งบนเบาะรองนั่งใช้ข้อพับขาพาดบนคานด้านบนแล้วเอนหลังพิงคานด้านหลังเพื่อยืดเส้นลำตัวด้านหลัง
3. นวดฝ่าเท้าโดยการยืนบนแป้นนวดและใช้มือจับคานจับย่ำฝ่าเท้าสลับไป-มา
4. ทำมานาน้อยตามความต้องการ



ประโยชน์ที่ได้รับ

1. เพื่อคลายเส้น-ลำตัว-แก้ปวดหลัง
2. เพื่อคลายเส้นใต้ข้อพับหัวเข่า/นวดฝ่าเท้า

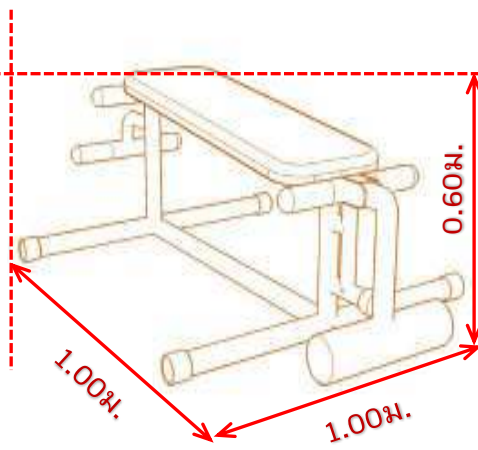
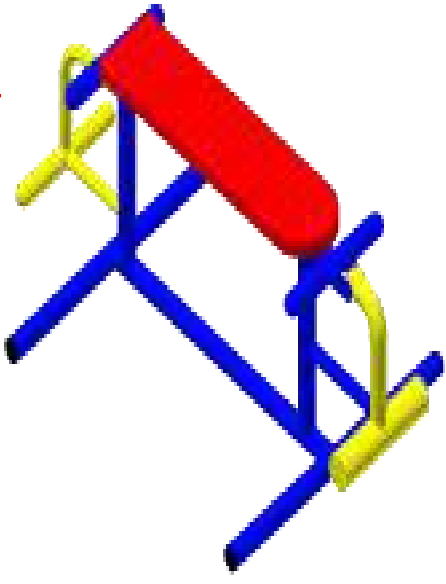
ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

SM-13 อุปกรณ์เข้ท้อพลดหน้าท้อง / บริหารขา-เข่า (แบบยกตัมน้ำหนัก)

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 0.60 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น	รูปแคดตาล็อก	รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง
		

คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	ที่รองนอน	พลาสติก	ขนาด กว้างไม่น้อยกว่า 25 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 108 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3.5 ซม. ลายอีล
03	ตุ้มน้ำหนักเดี่ยว	ท่อเหล็ก	ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. ใช้สำหรับเป็นตุ้มน้ำหนัก น้ำหนักออกกำลัง เข่า-ขา (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
04	ยางกันกระแทก	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงสี่เหลี่ยม ขนาดไม่น้อยกว่า 5 x 5 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม.
05	ผ้าปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
06	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ลอกทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
07	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยทุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

บริหารหน้าท้อง :

1. นอนลงบนเบาะพร้อมกันใช้เท้าลึดกับคานเหล็กด้านล่างเพื่อทรงตัว
2. ใช้มือทั้งสองข้างประสานต้นคอตั้งตัวเองลุกขึ้น - ลง สลับกัน ทำเซตละ 10 ครั้ง รวม 3 เซต

บริหารขา-เข่า :

1. สลับด้านโดยนั่งบนเบาะและหลังเท้าสอดใต้ลูกน้ำหนัก
2. ออกแรงขายกตัมน้ำหนักขึ้นแล้วค่อยๆ ปล่อยลง สลับไป-มา
3. ทำเซตละ 10 ครั้ง รวม 3 เซต



ประโยชน์ที่ได้รับ

1. กล้ามเนื้อหน้าท้องแข็งแรง
2. กล้ามเนื้อขา และหัวเข่าแข็งแรง

ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ

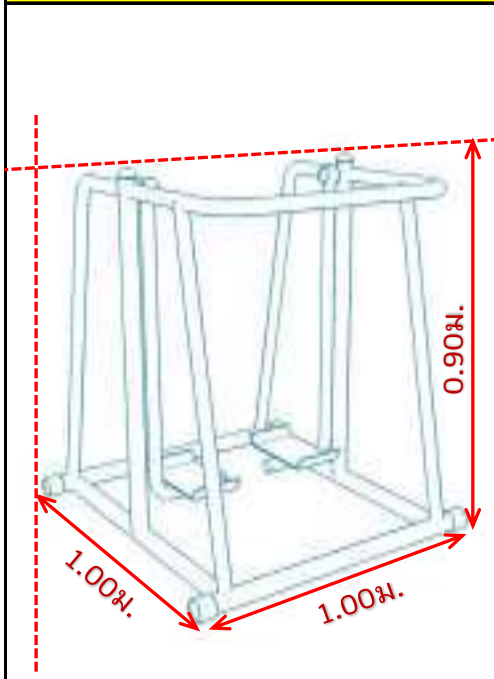
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

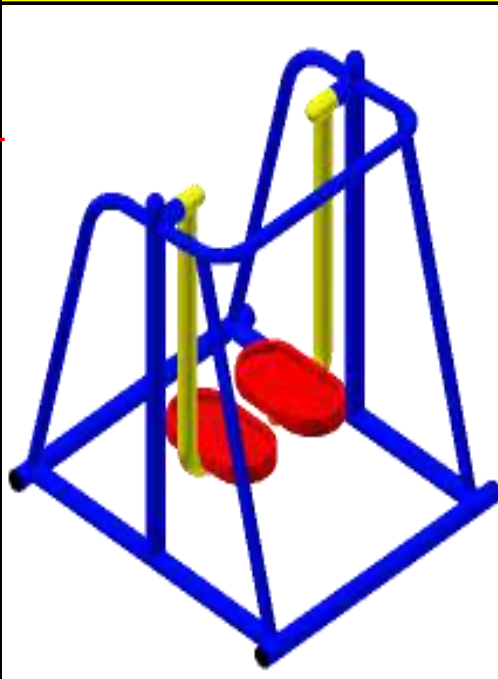
SM-14 อุปกรณ์บริหารขาและสะโพก (แบบเดินสลับเท้า)

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 0.90 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น



รูปแคดตาล็อก



รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	รองเท้า	พลาสติก	ทรงวงรีมีขอบกัน ขนาดกว้างไม่น้อยกว่า 20 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 38 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 4 ซม. มีปุ่มทรงกลมนูนสำหรับนวดเท้าไม่น้อยกว่า 38 ปุ่ม.
03	ผ้าครอบหัวเสา	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงโดม ทำจากยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
04	ผ้าปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
05	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
06	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยพุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

1. ใช้มือทั้งสองข้างจับคานจับด้านหน้าให้มั่น
2. ขึ้นยืนบนแผ่นรองเท้าทั้งสองข้างทรงตัวให้ดี
3. แกว่งขาก้าวเดินสลับไป-มา อย่างต่อเนื่องจากซ้ายไปขวาเร็ว
4. เดินไปเรื่อยๆ ประมาณ 10-20 นาที



ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อขา-ข้อสะโพกแข็งแรง
2. ทำให้การทรงตัวดีขึ้น

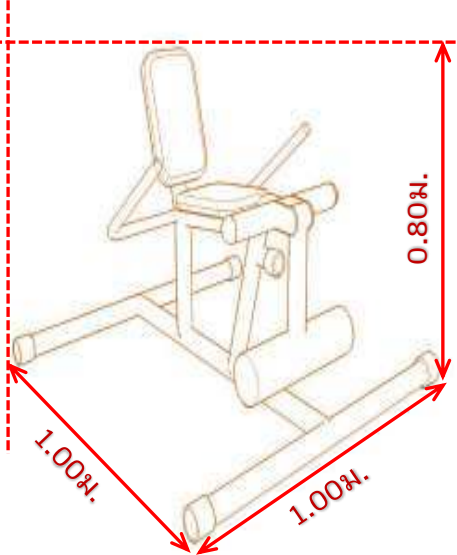
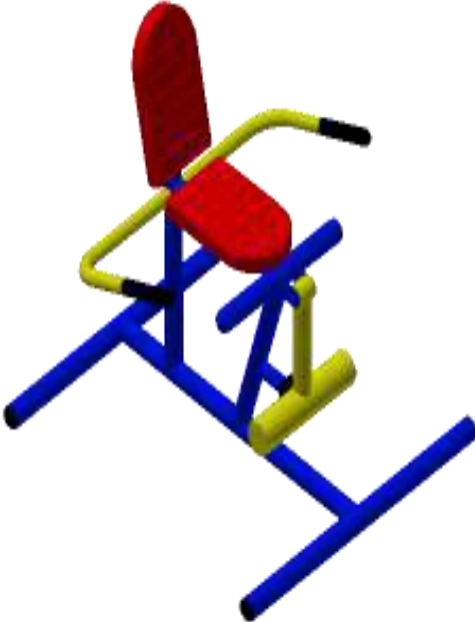
ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

SM-15 อุปกรณ์แก้ปวดเข่า (แบบขาคู่)

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 0.80 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น	รูปแคดตาล็อก	รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง
		

คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	ตุ้มถ่วงน้ำหนักเดี่ยว	ท่อเหล็ก	ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. ใช้สำหรับเป็นตุ้มถ่วงน้ำหนักออกกำลังกาย เข่า-ขา (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
03	ที่พิง/ที่นั่ง	พลาสติก	ขนาด กว้างไม่น้อยกว่า 25 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม. ลายอิฐ
04	ยางกันกระแทก	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงสี่เหลี่ยม ขนาดไม่น้อยกว่า 5 x 5 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม.
05	ฝาครอบหัวเสา	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงโดม ทำจากยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
06	ฝาปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
07	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงาลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
08	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยทุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

1. นั่งลงบนเบาะหลังพิงพนักพิง มือจับตามจับข้างลำตัวทั้งสองข้างให้มั่น
2. ใช้ข้อเท้าทั้งสองข้างยกตุ้มน้ำหนักขึ้น-ลง
3. ใช้ข้อเท้าออกแรงยกตุ้มน้ำหนักขึ้น-ลง สลับไป-มา
4. ทำซ้ำ 10 ครั้ง รวม 3 เซ็ต



ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อขาแข็งแรง
2. ช่วยลดอาการปวดเข่า

ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ

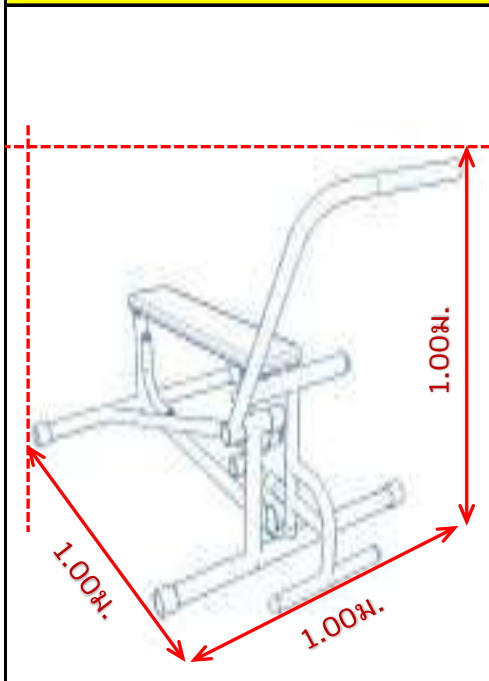
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

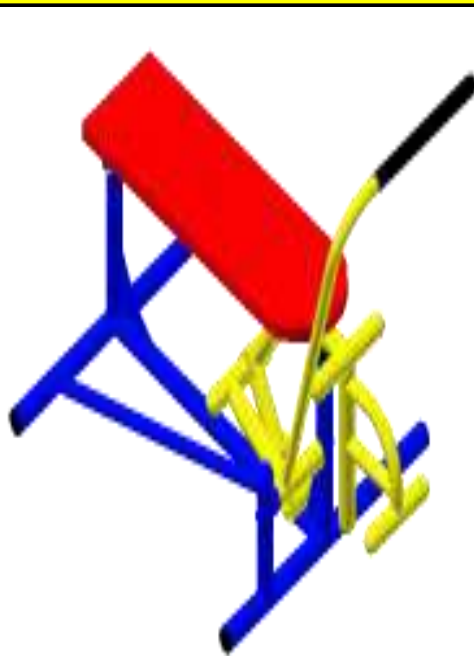
SM-16 อุปกรณ์บริหารหน้าท้อง / แขน-หัวไหล่ (แบบดิ่งยกตัว)

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 1.00 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น



รูปแคดตาล็อก



รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	ที่นั่ง/นอน	พลาสติก	ขนาด กว้างไม่น้อยกว่า 25 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 108 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3.5 ซม. ลายอีรู
03	ยางกันกระแทก	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงสี่เหลี่ยม ขนาดไม่น้อยกว่า 5 x 5 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม.
04	ฝาปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
05	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทับหน้าเคลือบโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้
			ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา
			ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
06	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยพุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

1. นั่งบนเบาะพร้อมกับใช้มือจับด้ามจับให้มั่น
2. ใช้เท้าเหยียบที่คานรองเท้าด้านหน้า
3. ดึงด้ามจับเข้าหาตัว พร้อมกับเอนลำตัวไปด้านหลัง แล้วค่อยๆ ผ่อนแรงโยกตัวกลับด้านหน้า
4. ทำซ้ำแต่ละ 10 ครั้ง รวม 3 เซ็ต



ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อท้องแข็งแรง
2. ทำให้กล้ามเนื้อแขนแข็งแรง

ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ

ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

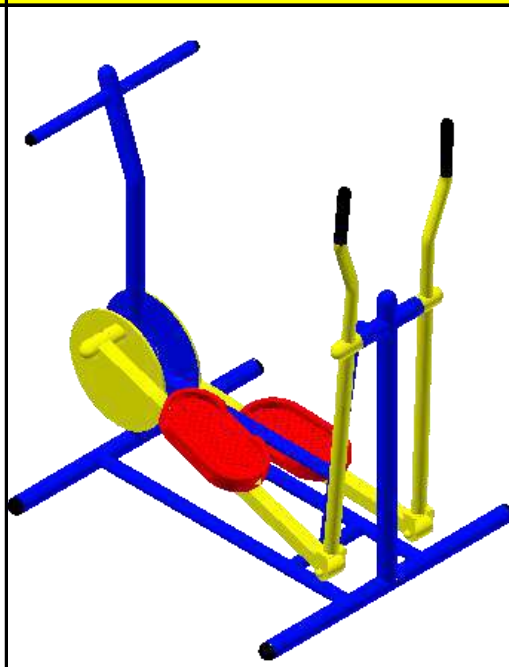
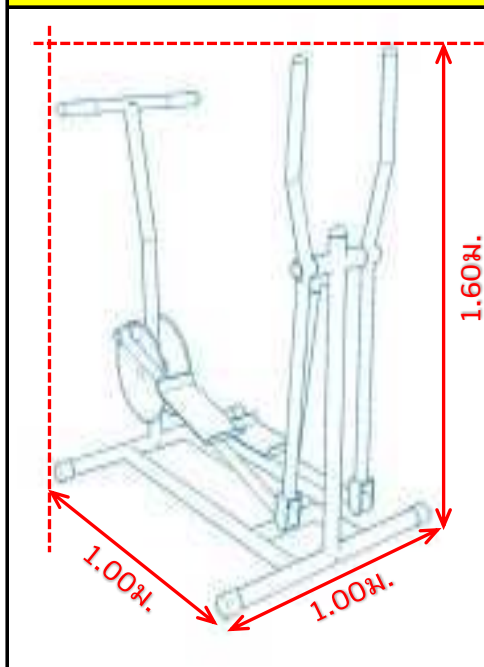
SM-17 อุปกรณ์บริหารขา-สะโพก-หัวไหล่ (แบบโยก-วิ่งสลับเท้า)

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 1.60 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น

รูปแคตตาล็อก

รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	รองเท้า	พลาสติก	ทรงวงรีมีขอบกัน ขนาดกว้างไม่น้อยกว่า 20 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 38 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 4 ซม. มีปุ่มทรงกลมนูนสำหรับนิ้วเท้าไม่น้อยกว่า 38 ปุ่ม.
03	ล้อถ่วง	เหล็กเพลท	ขนาด ๑ ไม่น้อยกว่า 40 ซม. ความหนาไม่น้อยกว่า 9 มม. จำนวน 2 แผ่น
04	ฝาดรอบหัวเสา	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงโดม ทำจากยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
05	ฝापิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
06	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
07	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยพุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

1. ใช้มือจับด้ามคันโยกทั้งซ้าย-ขวาให้มั่น
2. ขึ้นยืนและเหยียบที่เหยียบซ้าย-ขวา โยกแขนพร้อมกับยกขาลักษณะ
วิ่งจ็อกกิ้ง สลับไป-มา เพื่อบริหารขาและไหล่ ทำต่อเนื่อง 15-20 นาที
3. หันหลังกลับใช้มือจับด้ามจับทั้งซ้าย-ขวาให้มั่น
4. ขึ้นยืนและเหยียบที่เหยียบซ้าย-ขวา ยกขาลักษณะวิ่งจ็อกกิ้ง
สลับไป-มา เพื่อบริหารขาและไหล่ ทำต่อเนื่อง 15-20 นาที



อุปกรณ์วิ่งออกกำลังกาย (แบบสลับเท้า)
เป็นอุปกรณ์สำหรับออกกำลังกายและให้แบบวิ่ง ใช้งานได้ 2 ด้าน
เป็นหน้าและด้านหลัง ได้ทั้งลักษณะ-โยก-ขา-วิ่งเท้า

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อขาแข็งแรง
2. ทำให้กล้ามเนื้อแขน-หัวไหล่แข็งแรง

ข้อควรระวัง

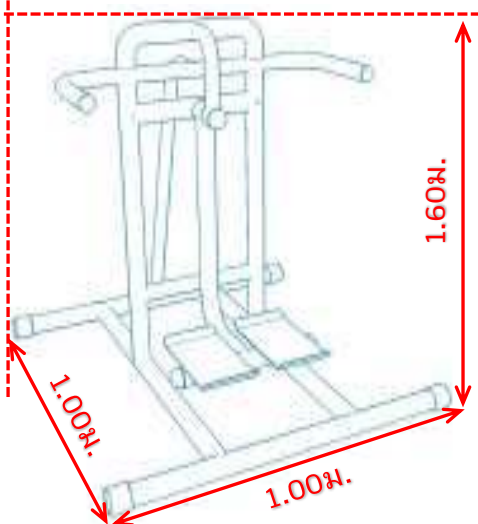
ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ

ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

SM-18 อุปกรณ์บริหารข้อสะโพก (แบบแกว่งตัว)

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 1.20 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น	รูปแคตตาล็อก	รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง
		

คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	รองเท้า	พลาสติก	ทรงวงรีมีขอบกัน ขนาดกว้างไม่น้อยกว่า 20 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 38 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 4 ซม. มีปุ่มทรงกลมบนสำหรับนวดเท้าไม่น้อยกว่า 38 ปุ่ม.
03	ผ้าปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
04	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ลอกทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
05	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยทุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

- ยืนบนแผ่นรองเท้าใช้มือจับตามจับทั้งสองข้างให้มั่น
- ออกแรงแกว่งลำตัวไปทางซ้าย-ขวา จากซ้ายไปหาขวา

ในลักษณะลูกตุ้มนาฬิกา

- ทำติดต่อกันประมาณ 10-20 นาที



ประโยชน์ที่ได้รับ

- ทำให้กล้ามเนื้อเอว-ข้อสะโพกแข็งแรง
- ทำให้การทรงตัวดีขึ้น

ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ

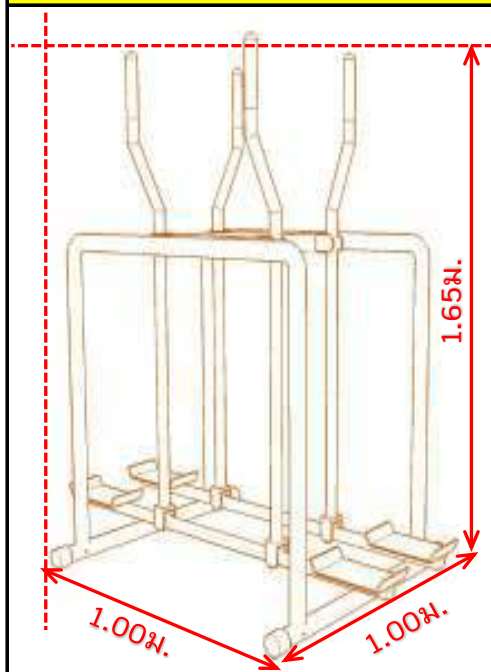
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

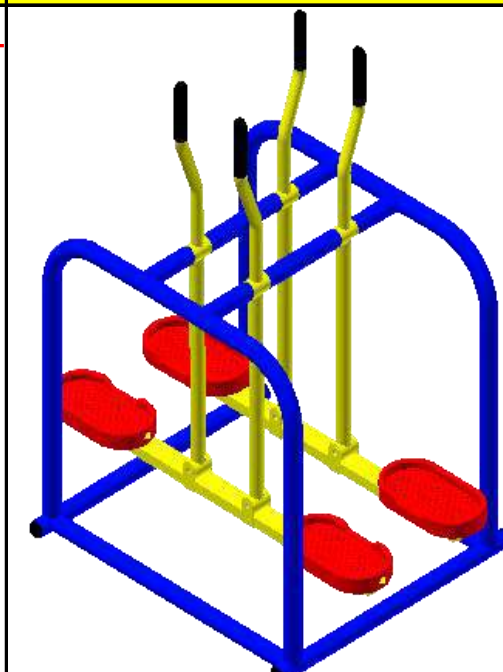
SM-19 อุปกรณ์บริหารสะโพก-หัวไหล่ (แบบโยก-เดินสลับเท้าคู่)

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 1.65 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น



รูปแคตตาล็อก



รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	คานรองรับ	เหล็กกล่อง	ขนาดไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว x 2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
03	รองเท้า	พลาสติก	ทรงวงรีมีขอบกัน ขนาดกว้างไม่น้อยกว่า 20 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 38 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 4 ซม. มีปุ่มทรงกลมนูนสำหรับนวดเท้าไม่น้อยกว่า 38 ปุ่ม.
04	ฝาปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
05	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ลอกทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
06	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยพุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

- ยืนบนแผ่นรองเท้าใช้มือจับด้ามจับทั้งสองข้างให้มั่น
- ออกแรงแกว่งลำตัวไปทางซ้าย-ขวา จากซ้ายไปหาขวา ในลักษณะลูกตุ้มนาฬิกา
- ทำติดต่อกันประมาณ 10-20 นาที



อุปกรณ์บริหารไหล่และขาแบบคู่
เป็นอุปกรณ์สำหรับออกกำลังกาย และข้อสะโพก
โดยการยืนอยู่กับที่พร้อมกับดึงไหล่ไปพร้อมกัน
สามารถใช้ร่วมได้ 2 คนพร้อมกัน

ประโยชน์ที่ได้รับ

- ทำให้กล้ามเนื้อเอว-ข้อสะโพกแข็งแรง
- ทำให้การทรงตัวดีขึ้น

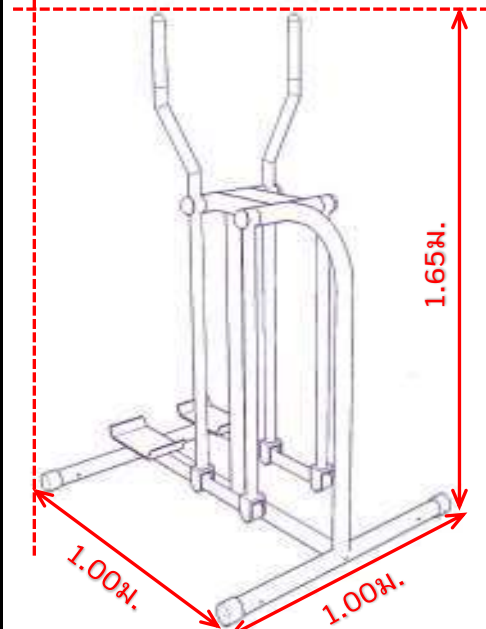
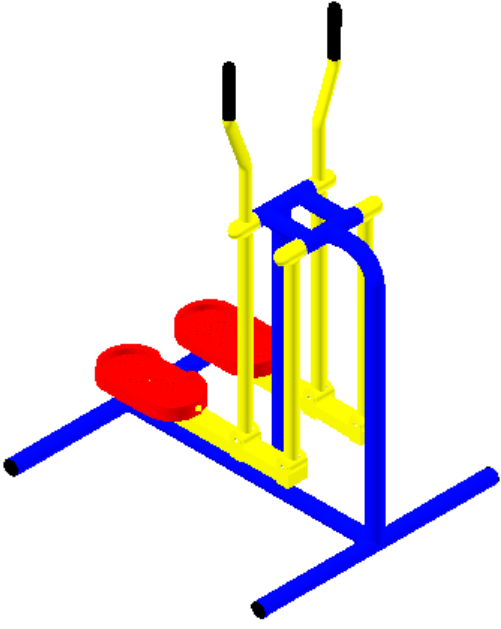
ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

SM-20 อุปกรณ์บริหารสะโพก-หัวไหล่ (แบบโยก-เดินสลับเท้าเพลาคู)

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 1.65 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น	รูปแคตตาล็อก	รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง
		

คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	คานรองรับ	เหล็กกล่อง	ขนาดไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว x 2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
03	รองเท้า	พลาสติก	ทรงวงรีมีขอบกัน ขนาดกว้างไม่น้อยกว่า 20 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 38 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 4 ซม. มีปุ่มทรงกลมนูนสำหรับนวดเท้าไม่น้อยกว่า 38 ปุ่ม.
04	ฝาปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
05	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ส่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
06	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยพุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

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



ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อขาแข็งแรง
2. ทำให้กล้ามเนื้อแขน-หัวไหล่แข็งแรง

ข้อควรระวัง

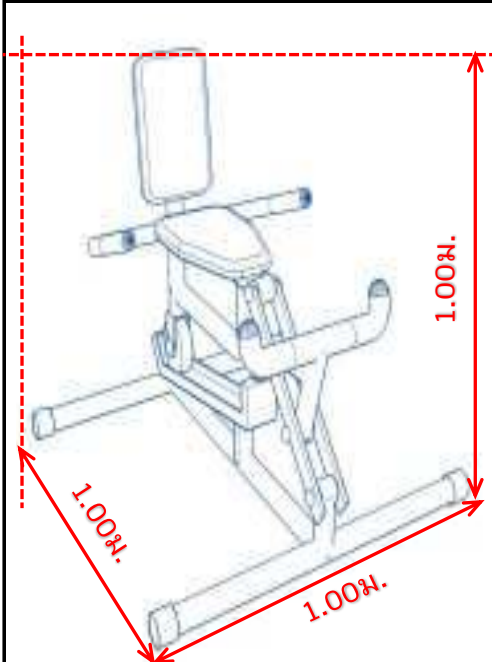
ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

SM-21 อุปกรณ์บริหารขา-หน้าท้อง (แบบถีบล้อยาง)

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 1.00 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น



รูปแคตตาล็อก



รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	ตะเกียบ	เหล็กกล่อง	ขนาด ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว x 1 นิ้ว
03	รางลูกล้อ	เหล็กราง	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 3 นิ้ว
04	ลูกล้อ	ล้อยาง	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 8 นิ้ว
05	ที่พิง/ที่นั่ง	พลาสติก	ขนาด กว้างไม่น้อยกว่า 25 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม. ลายอีรู
06	ฝาครอบหัวเสา	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงโดม ทำจากยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
07	ฝาปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
08	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ส่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
09	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยทุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

1. นั่งบนเบาะพิงพนักพิง ใช้มือจับด้ามจับข้างลำตัวทั้งสองข้างให้มั่น
2. ใช้เท้าเหยียบบนคานรองเท้า
3. ยืดขาถีบคานรองเท้าไปด้านหน้า เพื่อยกน้ำหนักตัวค้างไว้
แล้วพร้อมกับการเกร็งขาปล่อยกลับอย่างช้าๆ
4. ทำซ้ำแต่ละ 10 ครั้ง รวม 3 เซ็ต



ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อขาแข็งแรง
2. ทำให้กล้ามเนื้อหน้าท้องแข็งแรง

ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

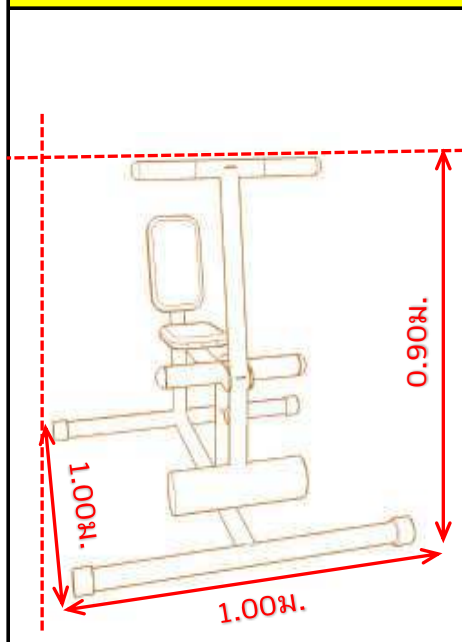
SM-22 อุปกรณ์บริหารแขน-ขา-หน้าท้อง (แบบดึง-จัดตม้น้ำหนัก)

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 0.90 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น

รูปแคตตาล็อก

รูปตัวอย่างติดตั้งจริง



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	ตุ้มถ่วงน้ำหนักเดี่ยว	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. ใช้สำหรับเป็นตุ้มถ่วงน้ำหนักออกกำลังกาย เช้า-ชา (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
03	ที่พิง/ที่นั่ง	พลาสติก	ขนาด กว้างไม่น้อยกว่า 25 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม. ลายฉลุ
04	สปริงดึงตะขออิสระ	เส้นลวดเหนียว	ขนาด Ø เส้นลวดไม่น้อยกว่า 1/8 นิ้ว น้ำลวดม้วนเป็นคอยล์สปริง ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 3.5 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 27 ซม. (รวมตะขอ)
05	ยางกันกระแทก	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงสี่เหลี่ยม ขนาดไม่น้อยกว่า 5 x 5 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม.
06	ฝาครอบหัวเสา	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงโดม ทำจากยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
07	ฝาปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
08	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทึบหน้าเคลือบโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อสารเคมี เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ลอกทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
09	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยพุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

1. นั่งบนเบาะหลังพิงพนักพิง ใช้มือจับด้ามจับทั้งสองข้างให้มั่นและใช้ข้อศอกได้ลูกตุ้มน้ำหนัก
2. ใช้ข้อเท้ายกตุ้มน้ำหนักขึ้นพร้อมกับดึงมือจับเข้าหาตัวเอน
ลำตัวไปข้างหลังแล้วปล่อยกลับที่เดิม
3. ทำซ้ำ 10 ครั้ง รวม 3 เซ็ต



ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อแขน-หน้าท้องแข็งแรง
2. ทำให้กล้ามเนื้อขา-เข่าแข็งแรง

ข้อควรระวัง

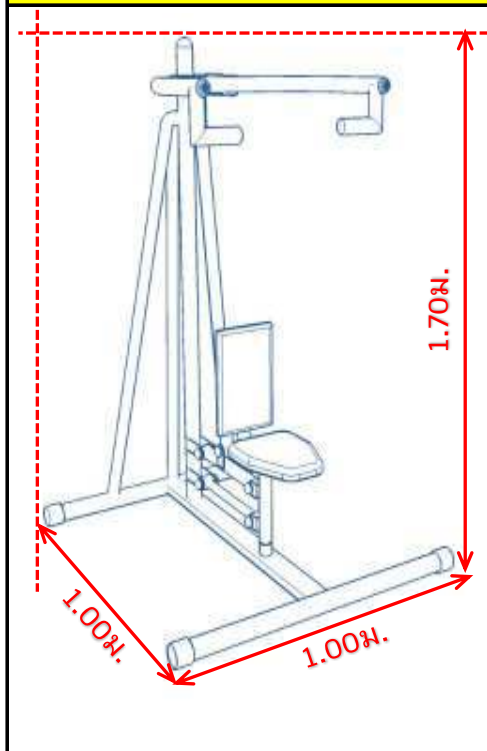
ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

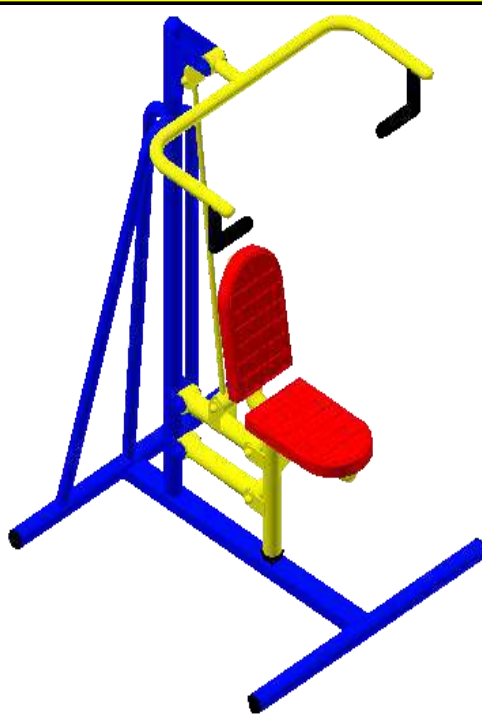
SM-23 อุปกรณ์บริหารกล้ามเนื้อแขนและหัวไหล่ (แบบดิ่งยกตัว)

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 1.70 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น



รูปแคตตาล็อก



รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หน้าไม้น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	ฐานรอง	เหล็กกล่อง	ขนาดไม่น้อยกว่า 3 นิ้ว x 1.5 นิ้ว หน้าไม้น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
03	ที่พิง/ที่นั่ง	พลาสติก	ขนาด กว้างไม่น้อยกว่า 25 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หน้าไม้น้อยกว่า 3 มม. ลายฉลุ
04	ฝาปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
05	ยางกันกระแทก	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงสี่เหลี่ยม ขนาดไม่น้อยกว่า 5 x 5 ซม. หน้าไม้น้อยกว่า 3 มม.
06	สี	โพลียูรีเทน (PU)	เป็นสีทึบหน้าเคลือบโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้
07			ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา
08	การติดตั้ง	-	ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
			การติดตั้งด้วยทุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

1. นั่งบนเบาะหลังพิงพนักพิง จับที่ด้ามจับด้านบนทั้งสองข้าง
 2. ดึงด้ามจับลงหาตัวเพื่อยกตัวขึ้น ค่อย ๆ ยืด
- แขนขึ้นด้านบนอย่างช้า ๆ เพื่อปล่อยตัวลงกลับที่เดิม
3. ทำซ้ำ 10 ครั้ง รวม 3 เซ็ต



อุปกรณ์บริหารกล้ามเนื้อแขนและหัวไหล่
เป็นอุปกรณ์สำหรับบริหารกล้ามเนื้อแขนและหัวไหล่
โดยการนั่งแล้วดึงด้ามจับขึ้น เพื่อยกตัวขึ้นแล้วค่อย ๆ
ปล่อยตัวลงกลับที่เดิม

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อหน้าอก หัวไหล่แข็งแรง
2. ทำให้กล้ามเนื้อแขนแข็งแรง

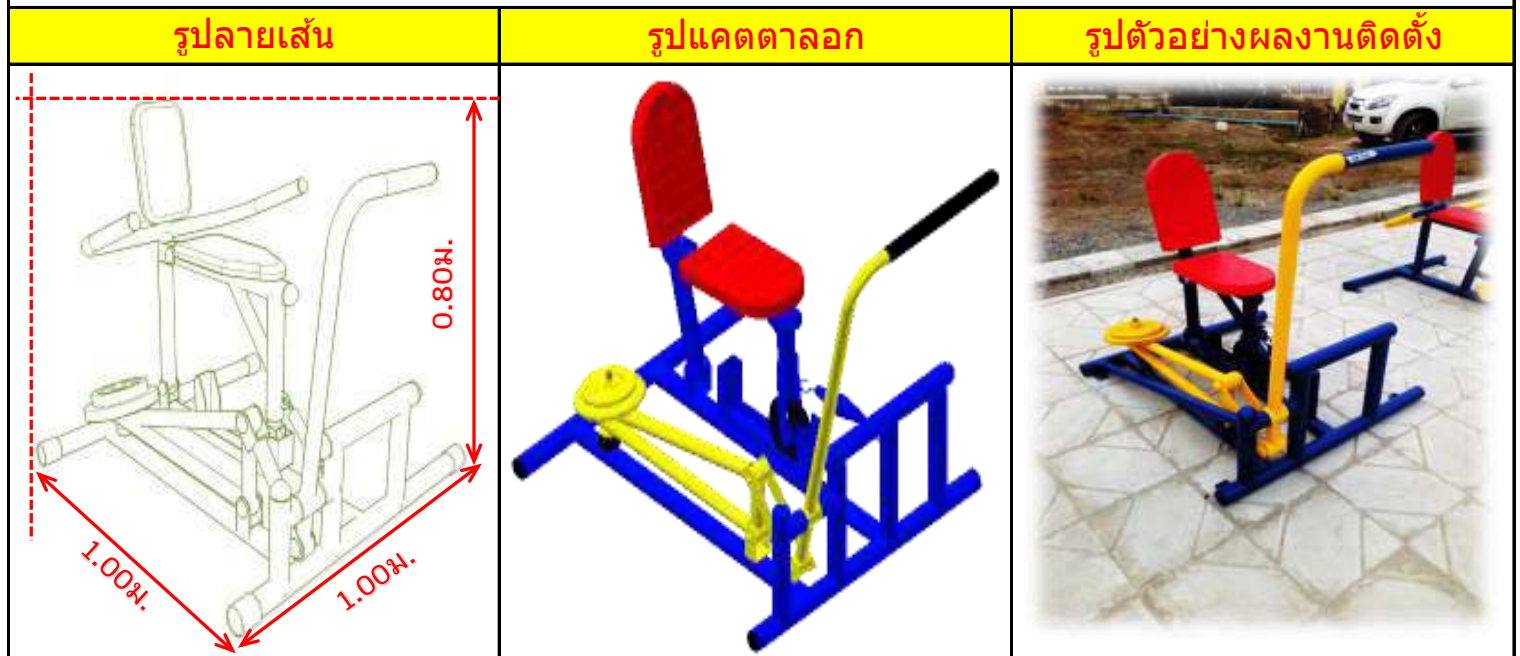
ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

SM-24 อุปกรณ์บริหารข้อเข่าและออกกำลังกายแขน (แบบถีบ-ดึงยกลูกน้ำหนัก)

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 0.80 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง) (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	รางลูกล้อ	เหล็กทรง	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 3 นิ้ว
03	สปริงดึงตะขออิสระ	เส้นลวดเหนียว	ขนาด Ø เส้นลวดไม่น้อยกว่า 1/8 นิ้ว นำลวดมาม้วนเป็นคอยล์สปริง ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 3.5 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 27 ซม. (รวมตะขอ)
04	ที่พิง/ที่นั่ง	พลาสติก	ขนาด กว้างไม่น้อยกว่า 25 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม. ลายฉลุ
05	ตุ้มน้ำหนัก	เหล็กหล่อ	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 27 ซม. 1 ลูก และขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 21 ซม. 1 ลูก รวมน้ำหนักไม่ต่ำกว่า 15 กก.
06	ยางกันกระแทก	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงสี่เหลี่ยม ขนาดไม่น้อยกว่า 5 x 5 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม.
07	ผ้าครอบหัวเสา	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงโดม ทำจากยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
08	ผ้าปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
09	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ลอกทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
10	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยทุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

การบริหารขา :

1. นั่งบนเบาะพร้อมทั้งใช้เท้าเหยียบบนคันเหยียบด้านหน้าเพื่อทรงตัว
2. ออกแรงเหยียดขาด้านคันด้านหน้าให้ที่นั่งเคลื่อนที่ไปด้านหลังแล้วค่อยๆ
ผ่อนกลับ / ทำซ้ำแต่ละ 10 ครั้ง รวม 3 เซ็ต

การบริหารแขน :

1. นั่งบนเบาะพร้อมทั้งใช้เท้าเหยียบบนคันเหยียบด้านหน้าเพื่อทรงตัว พร้อมทั้งใช้มือจับคันจับให้มั่น
2. ออกแรงดึงคันจับเข้าหาตัวเพื่อยกตุ้มน้ำหนักแล้วค่อยๆ ผ่อนกลับ /
ทำซ้ำแต่ละ 10 ครั้ง รวม 3 เซ็ต

- บริหารขา-แขน :**
1. นั่งบนเบาะพร้อมทั้งใช้เท้าเหยียบบนคันเหยียบ ด้านหน้าเพื่อทรงตัว พร้อมทั้งใช้มือจับคันจับให้มั่น
 2. ออกแรงเหยียดขาด้านคันให้ที่นั่งเคลื่อนที่ได้ด้านหลังพร้อม กับดึงคันจับเข้าหาตัวเพื่อยกตุ้มน้ำหนักแล้วค่อยๆ ผ่อนกลับ
 3. ทำซ้ำแต่ละ 10 ครั้ง รวม 3 เซ็ต



ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อแข็งแรง
2. ทำให้กล้ามเนื้อแข็งแรง

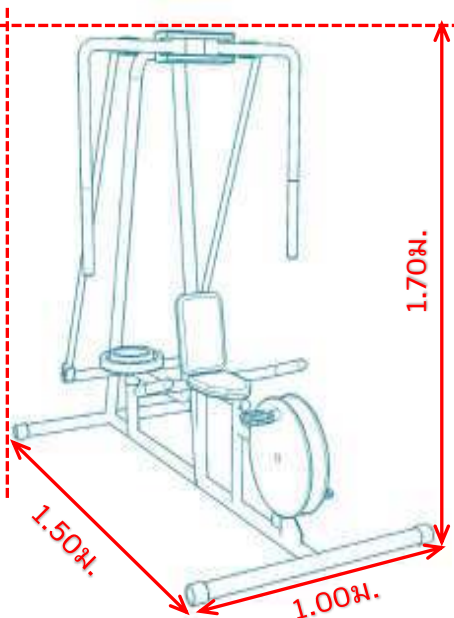
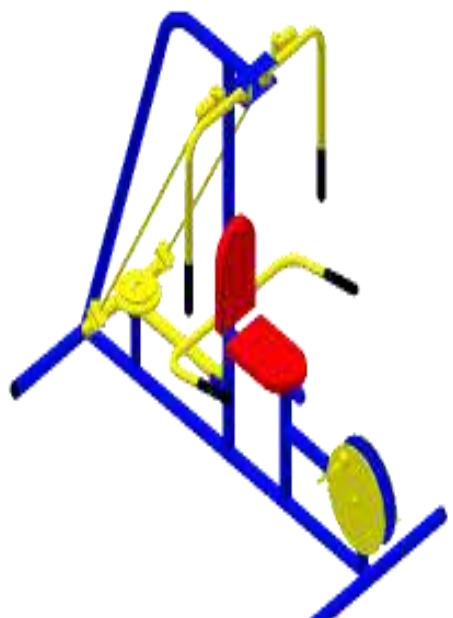
ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ และควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

SM-25 อุปกรณ์จักรยานผีเสื้อบริหารหน้าอก

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.50 เมตร สูง 1.70 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น	รูปแคตตาล็อก	รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง
		

คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	วงล้อ	เหล็กแผ่นเพลท	ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 9 มม. จำนวน 2 แผ่น
03	บันไดปั่น	เหล็กแผ่นเพลท	ขนาดกว้างไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว ยาวไม่น้อยกว่า 5 นิ้ว
04	ตม้น้ำหนัก	เหล็กหล่อ	ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 27 ซม. 1 ลูก และขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 21 ซม. 1 ลูก รวมน้ำหนักไม่ต่ำกว่า 15 กก.
05	ที่พิง/ที่นั่ง	พลาสติก	ขนาด กว้างไม่น้อยกว่า 25 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม. ลายอิฐ
06	ยางกันกระแทก	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงสี่เหลี่ยม ขนาดไม่น้อยกว่า 5 x 5 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม.
07	ผ้าปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
08	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ลอกทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
09	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยทุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

การบริหารแขน-หน้าอก : 1. นั่งบนที่นั่งพิงพนักพิงพร้อมกับใช้มือจับด้ามจับ

ทั้งสองข้างให้มันระดับหัวไหล่

2. ออกแรงดึงมือจับทั้งสองข้างเข้าหาหน้าอกจนอยู่ใน

ตำแหน่งตรงหน้าของผู้ใช้แล้วค่อย ๆ ผ่อนกลับ

3. ทำซ้ำแต่ละ 10 ครั้ง รวม 3 เซ็ต

การบริหารขา-ข้อเท้า :

1. นั่งบนที่นั่งพิงพนักพิงพร้อมกับใช้มือจับด้ามจับทั้งสองข้างให้มันระดับหัวไหล่

2. วางเท้าบนบันไดเหล็กสำหรับปั่นทั้งสองข้าง แล้วออกแรงปั่นล้อ เหล็กในลักษณะปั่นจักรยานเริ่มจากช้า-เร็ว

3. ทำต่อเนื่องประมาณ 10-20 นาที

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. เพื่อให้แขนและหน้าอกแข็งแรง

2. เพื่อให้ขาและข้อเท้าแข็งแรง

ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ

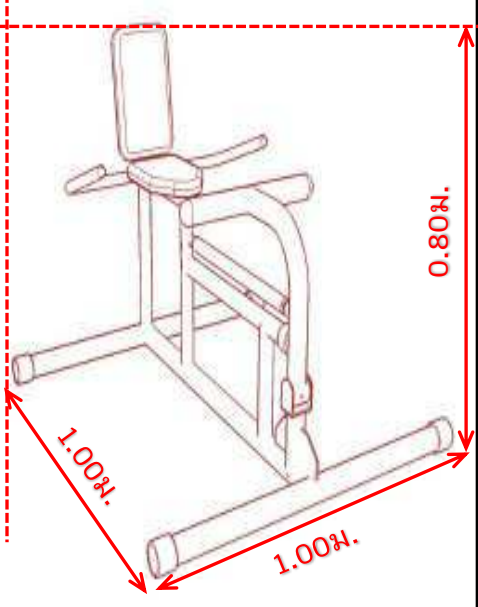
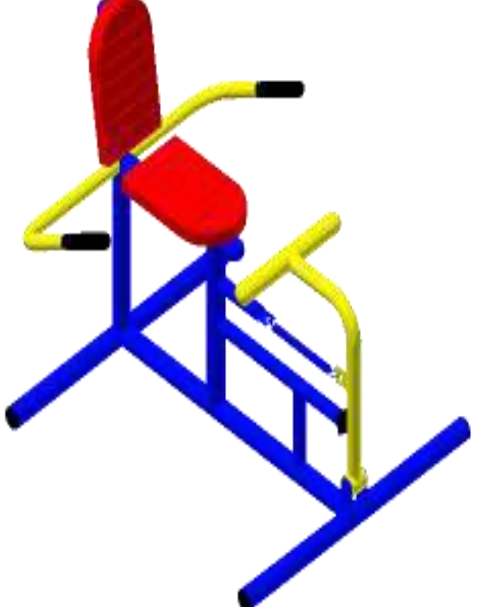
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง



เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

SM-26 อุปกรณ์ออกกำลังกาย-หน้าท้อง (แบบสปริงถึบ)

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 0.80 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น	รูปแคดตาล็อก	รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง
		

คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	สปริงดึงตะขออิสระ	เส้นลวดเหนียว	ขนาด Ø เส้นลวดไม่น้อยกว่า 1/8 นิ้ว นำลวดมาม้วนเป็นคอยล์สปริง ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 4 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 47 ซม. (รวมตะขอ)
03	ที่พิง/ที่นั่ง	พลาสติก	ขนาด กว้างไม่น้อยกว่า 25 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม. ลายอิฐ
04	ยางกันกระแทก	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงสี่เหลี่ยม ขนาดไม่น้อยกว่า 5 x 5 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม.
05	ฝาครอบหัวเสา	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงโดม ทำจากยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
06	ฝาปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
07	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทับหน้าเคลือบโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอสีเคลือบสีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ส่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
08	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยทุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

1. นั่งบนเบาะพิงพนักพิง ไข่มือจับด้ามจับข้างลำตัว
ทั้งสองข้างให้มั่น ใช้เท้าเหยียบบนคานรองเท้า
2. ถีบขาออกไปด้านหน้าให้สุดแล้วค่อยๆ
หดขาเข้าฟ่อนแรงกลับอย่างช้าๆ
3. ทำซ้ำแต่ละ 10 ครั้ง รวม 3 เซ็ต



ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อขาแข็งแรง
2. ทำให้กล้ามเนื้อหน้าท้องแข็งแรง

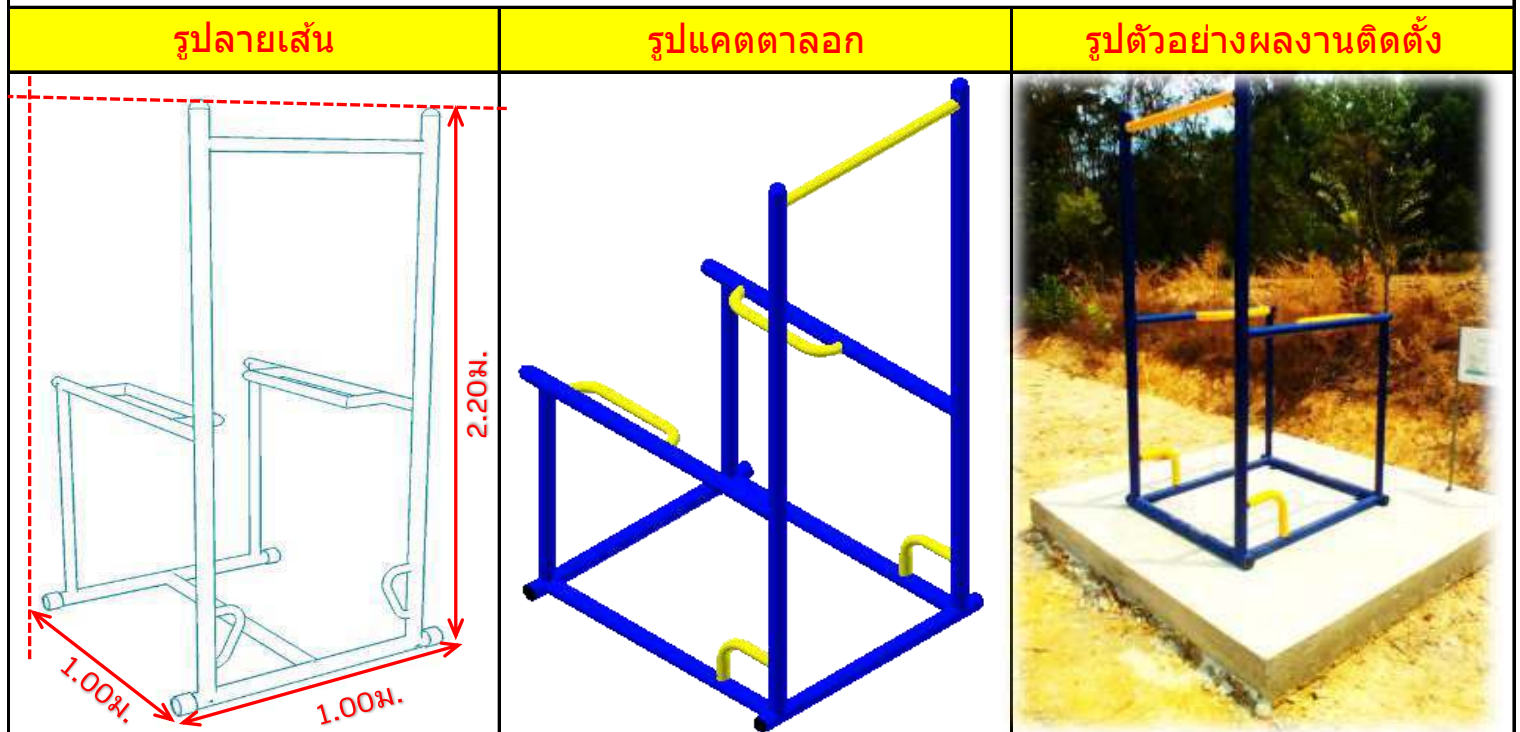
ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

SM-27 อุปกรณ์ยืดตัวบริหารแขน (แบบบาร์เดี่ยว-บาร์คู่)

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 2.20 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	ฝาดรอบหัวเสา	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงโดม ทำจากยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
03	ฝापิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
04	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทับหน้าอเคลือบโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอเคลือบสี ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ลอกทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
05	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยทุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

- ใช้มือจับบาร์คู่ทั้งสองข้างยกลำตัว และแกว่งลำตัวไปข้างหน้า-ข้างหลัง
- เกร็งกล้ามเนื้อท้องยกขาขึ้นไปตามหน้าท่ามุมฉากกับลำตัว แล้วปล่อยขาของ
สลับไป-มา ทำซ้ำละ 10 ครั้ง รวม 3 เซ็ต
- ใช้มือจับบาร์เดี่ยวเพื่อโหนตัวแกว่งลำตัวไป
ด้านหน้า-ด้านหลัง ตามความต้องการ



อุปกรณ์บาร์เดี่ยวและบาร์คู่
เป็นอุปกรณ์ออกกำลังกายมือ หัวไหล่ และขาคือ

ประโยชน์ที่ได้รับ

- ทำให้กล้ามเนื้อขาแข็งแรง
- ทำให้กล้ามเนื้อหน้าท้องแข็งแรง

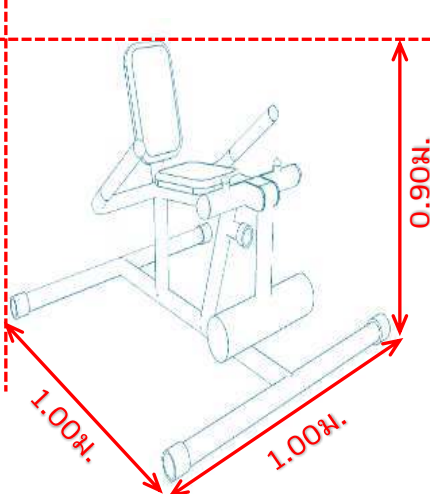
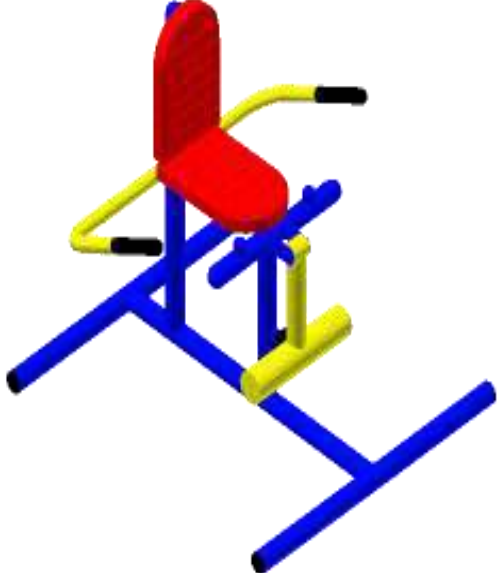
ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

SM-28 อุปกรณ์บริหารเข้า-ขา (แบบยกลูกน้ำหนักเท้าคู่)

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 0.90 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น	รูปแคดตาล็อก	รูปตัวอย่างติดตั้งจริง
		

คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	ค้อนน้ำหนักเดี่ยว	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. ใช้สำหรับเป็นค้อนถ่วงน้ำหนักออกกำลังกาย (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
03	ที่พิง/ที่นั่ง	พลาสติก	ขนาด กว้างไม่น้อยกว่า 25 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม. ลายอีรู
04	ยางกันกระแทก	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงสี่เหลี่ยม ขนาดไม่น้อยกว่า 5 x 5 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม.
05	ฝาครอบหัวเสา	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงโดม ทำจากยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
06	ฝาปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
07	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทับหน้าเคลือบโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ส่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
08	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยพุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

1. นั่งลงบนเบาะหลังพิงพนักพิง มือจับด้านจับข้างลำตัวทั้งสองข้างให้มั่น
2. ใช้ข้อเท้าทั้งสองข้างยกค้อนน้ำหนักขึ้น-ลง
3. ทำซ้ำแต่ละ 10 ครั้ง รวม 3 เซ็ต



ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อขาแข็งแรง
2. ช่วยลดอาการปวดขา

ข้อควรระวัง

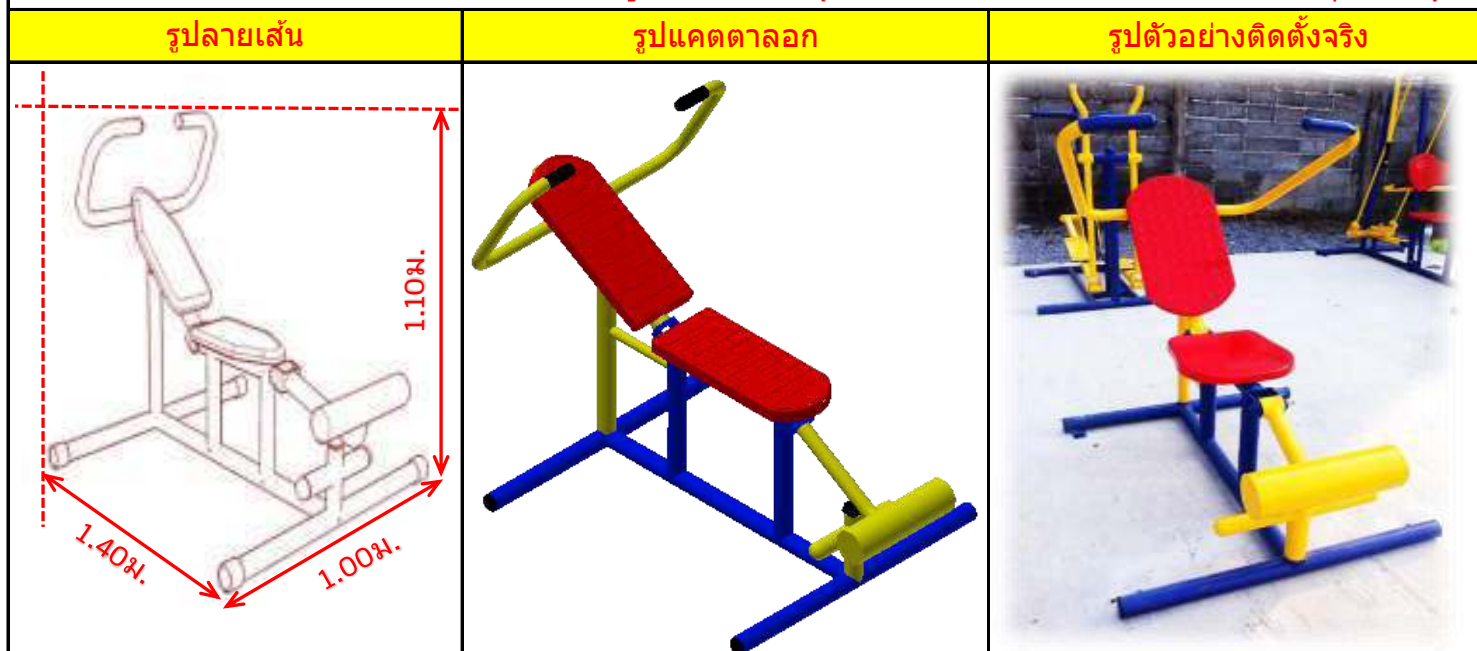
ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ

ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

SM-29 อุปกรณ์บริหารหน้าท้องและออกกำลังกาย

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.40 เมตร สูง 1.10 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	ค้ำน้ำหนักเตี้ย	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. ใช้สำหรับเป็นค้ำถ่วงน้ำหนักออกกำลังกาย (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
03	ที่พิง	พลาสติก	ขนาด กว้างไม่น้อยกว่า 25 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 60 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม. ลายอิฐ
04	ที่นั่ง	พลาสติก	ขนาด กว้างไม่น้อยกว่า 25 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม. ลายอิฐ
05	ยางกันกระแทก	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงสี่เหลี่ยม ขนาดไม่น้อยกว่า 5 x 5 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม.
06	ฝาครอบหัวเสา	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงโดม ทำจากยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
07	ฝาปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
08	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทับหน้าเคลือบโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอสีล็คโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
09	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยพุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

บริหารหน้าท้อง-แขน :

1. นั่งบนเบาะพร้อมก้มเอียงหน้าไปด้านหลังใช้มือจับด้ามจับทั้งสองข้างให้มั่น
2. เกร็งกล้ามเนื้อท้องพร้อมกับออกแรงทอนแขนดึงมือจับเพื่อยกตัวขึ้นแล้วค่อยๆ ผ่อนกลับไปในตำแหน่งเดิม

3. ทำซ้ำ 10 ครั้ง รวม 3 เซ็ต

บริหารหน้าท้อง-ขา :

1. นั่งบนเบาะพร้อมก้มเอียงหน้าไปด้านหลังใช้มือจับด้ามจับทั้งสองข้างให้มั่น
2. เกร็งกล้ามเนื้อท้องพร้อมกับออกแรงขายกตัวขึ้นแล้วค่อยๆ ผ่อนกลับไปในตำแหน่งเดิม
3. ทำซ้ำ 10 ครั้ง รวม 3 เซ็ต



ประโยชน์ที่ได้รับ

1. เพื่อลดหน้าท้องและให้กล้ามเนื้อแข็งแรง
2. เพื่อให้หัวใจ-แขน-ขา-ข้อเท้า-หัวเข่าแข็งแรง

ข้อควรระวัง

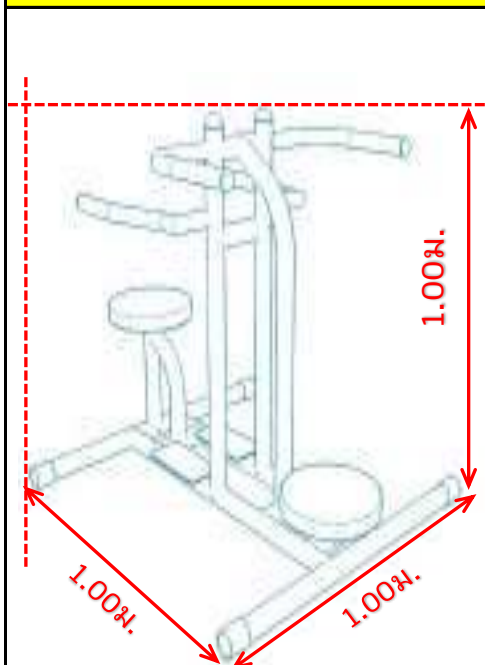
ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

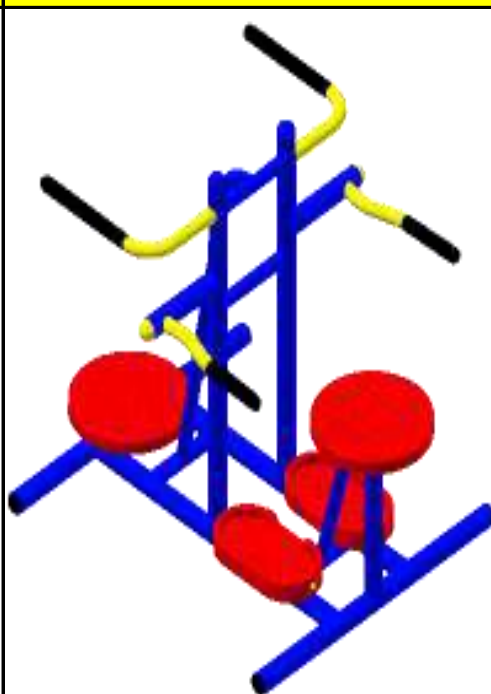
SM-30 อุปกรณ์บริหารเอว - สะโพก (แบบนั่งและยืน)

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 1.00 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น



รูปแคตตาล็อก



รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว และ 1.2 นิ้วหนา ไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	แป้นนั่ง/แป้นยืน	พลาสติก	ทรงกลมขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 37 ซม. ความหนาไม่น้อยกว่า 7.5 ซม. มีปุ่มทรงกลมบนสำหรับนิ้วเท้าไม่น้อยกว่า 180 ปุ่ม
03	รองเท้า	พลาสติก	ทรงวงรีมีขอบกัน ขนาดกว้างไม่น้อยกว่า 20 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 38 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 4 ซม. มีปุ่มทรงกลมบนสำหรับนิ้วเท้าไม่น้อยกว่า 38 ปุ่ม
04	ผ้าครอบหัวเสา	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงโดม ทำจากยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
05	ผ้าปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
06	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ลอ่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
07	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยทุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

1. นั่งบนที่นั่งและใช้มือจับด้ามจับทั้งสองข้างให้มั่น
2. ยืนบนแป้นหมุนในลักษณะเท้าชิดพร้อมกับจับด้ามจับทั้งสองข้างให้มั่น
3. ออกแรงบิดลำตัวหมุนได้ทางด้านซ้าย-ขวา สลับกัน (ทั้งทำนั่งและทำยืน)
4. ทำต่อเนื่องประมาณ 10-20 นาที



ประโยชน์ที่ได้รับ

1. เพื่อบริหารเอว - สะโพกให้แข็งแรง
2. เพื่อยืดเส้นลำตัวให้คลายตัว

ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ

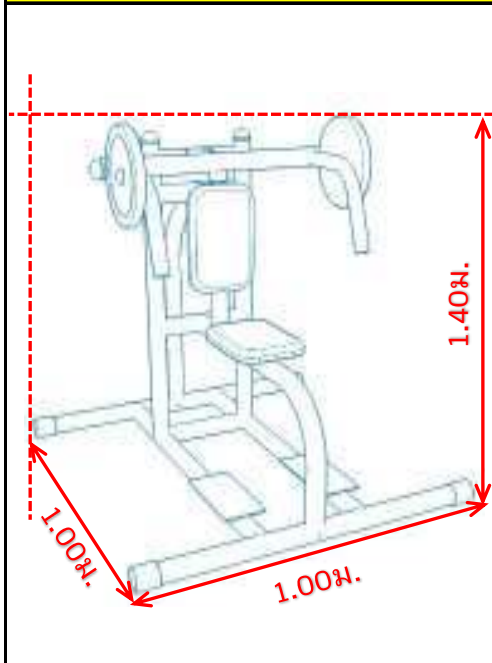
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

SM-31 อุปกรณ์ยกน้ำหนัก (แบบนั่ง)

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 1.40 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น



รูปแคตตาล็อก



รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	ดัมน้ำหนัก	เหล็กหล่อ	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 27 ซม. 2 ลูก น้ำหนักรวมไม่ต่ำกว่า 20 กก.
03	ที่พิง/ที่นั่ง	พลาสติก	ขนาด กว้างไม่น้อยกว่า 25 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม. ลายอีรู
04	ยางกันกระแทก	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงสี่เหลี่ยม ขนาดไม่น้อยกว่า 5 x 5 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม.
05	ฝาดรอบหัวเสา	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงโดม ทำจากยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
06	ฝาดปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
07	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้
			ความเงาทนทานต่อสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา
			ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ส่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
08	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยทุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

1. นั่งบนเบาะหลังพิงพนักพิง ใช้มือจับด้ามจับทั้งสองข้างให้มั่น
2. ดันแขนทั้งสองข้างเพื่อยกดัมน้ำหนักขึ้นให้สุดค้างไว้แล้วค่อยๆ ผ่อนแขนลงอย่างช้าๆ ทำซ้ำแต่ละ 10 ครั้ง รวม 3 เซ็ต



ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อแขนแข็งแรง
2. ทำให้กล้ามเนื้อหน้าอก-หัวไหล่แข็งแรง

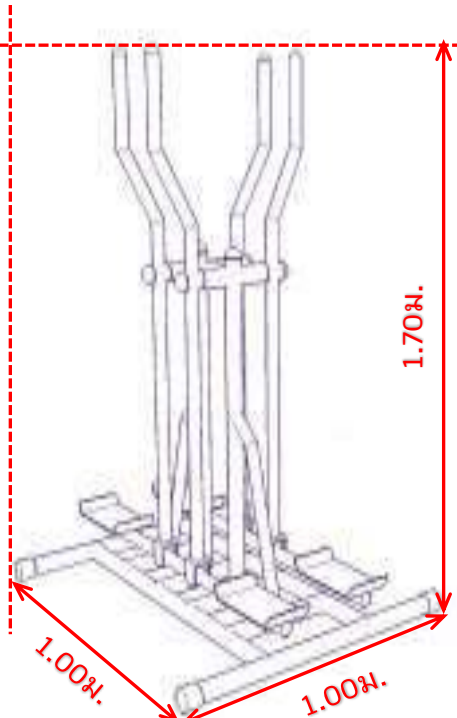
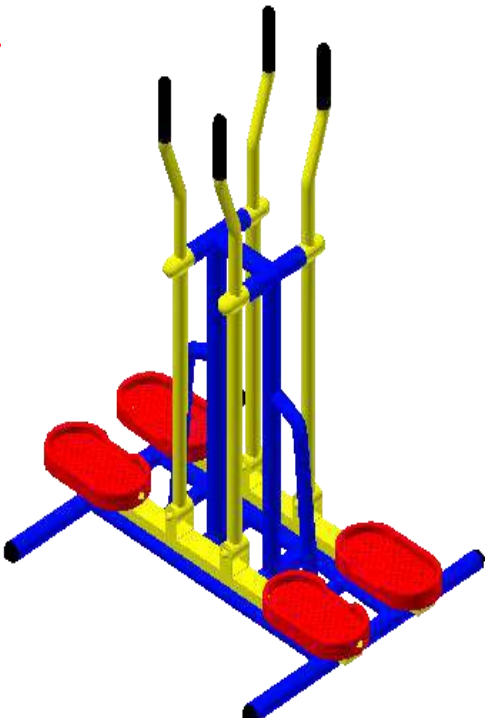
ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

SM-32 อุปกรณ์บริหารสะโพก-หัวไหล่ (แบบโยก-เดินสลับเสาคู่)

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 1.70 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น	รูปแคตตาล็อก	รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง
		

คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	คานเหยียบ	เหล็กกล่อง	ขนาดไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว x 2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
03	รองเท้า	พลาสติก	ทรงวงรีมีขอบกัน ขนาดกว้างไม่น้อยกว่า 20 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 38 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 4 ซม. มีปุ่มทรงกลมบนสำหรับนิ้วเท้าไม่น้อยกว่า 38 ปุ่ม.
04	ผ้าปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
05	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ลอกทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
06	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยทุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

1. ใช้มือจับตามคันโยกทั้งชาย-หญิงให้มั่น
2. ขึ้นยืนและเหยียบที่เหยียบชาย-หญิง
3. แกว่งขา-โยกแขน สลับไป-มา
4. ทำต่อเนื่อง 15-20 นาที



ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อขาแข็งแรง
2. ทำให้กล้ามเนื้อแขน-หัวไหล่แข็งแรง

ข้อควรระวัง

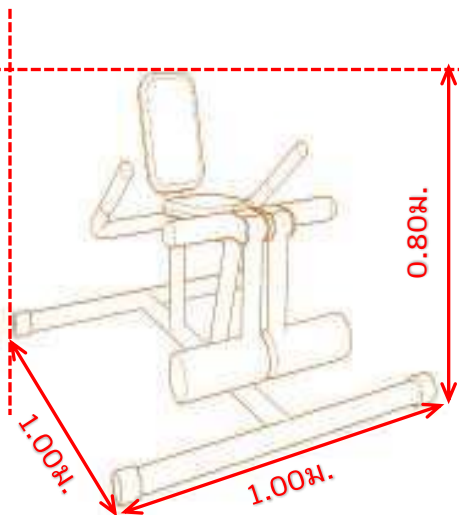
ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

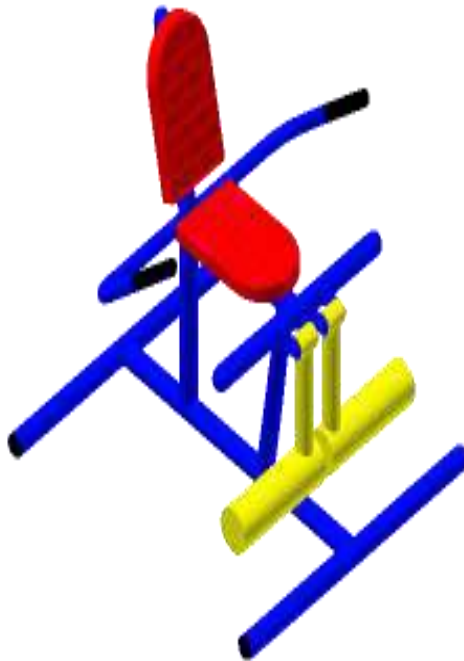
SM-33 อุปกรณ์แก้ปวดเข่า (แบบสลับขา)

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 0.80 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น



รูปแคตตาล็อก



รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	ตุ้มถ่วงน้ำหนักคู่	ท่อเหล็ก	ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. ใช้สำหรับเป็นตุ้มถ่วง น้ำหนักออกกำลังกาย จำนวน 2 ชุด (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
03	ที่พิง/ที่นั่ง	พลาสติก	ขนาด กว้างไม่น้อยกว่า 25 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม. ลายอิฐ
04	ฝาดรอบหัวเสา	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงโดม ทำจากยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
05	ฝาปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
06	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทึบหน้าเคลือบโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอสีเคลือบสีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงาลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
07	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยทุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

1. นั่งลงบนเบาะหลังพิงพนักพิง มือจับด้ามจับข้างลำตัวทั้งสองข้างให้มั่น
 2. ใช้ข้อเท้าทั้งสองข้างยกตุ้มน้ำหนักขึ้น-ลง สลับกัน
- ใช้ข้อเท้าออกแรงยกตุ้มน้ำหนักขึ้น-ลง ทีละข้าง สลับไป-มา
3. ทำซ้ำแต่ละ 10 ครั้ง รวม 3 เซ็ต

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อขาแข็งแรง
2. ช่วยลดอาการปวดเข่า

ข้อควรระวัง

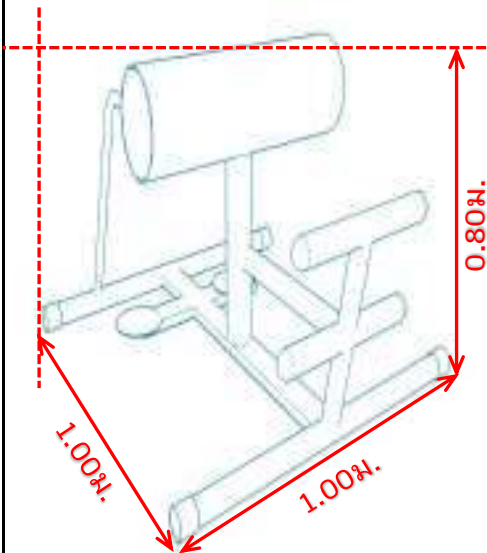
ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

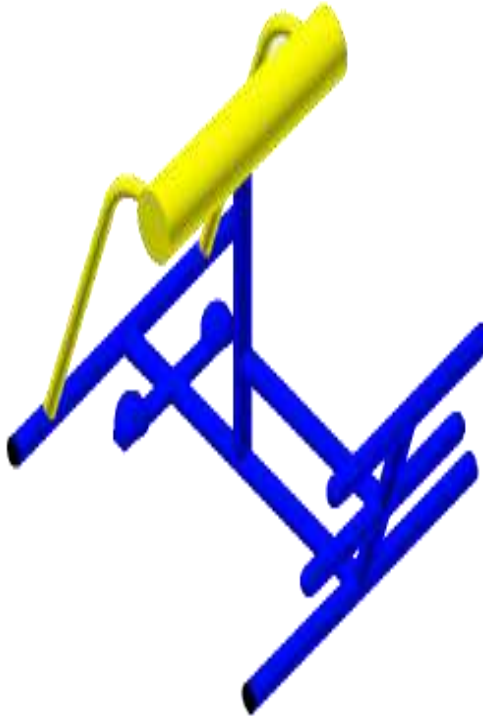
SM-34 อุปกรณ์ดัดหลัง-นวดฝ่าเท้า

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 0.80 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น



รูปแคดตาล็อก



รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	แป้นนวดเท้า	เหล็ก	ปั๊มขึ้นรูปทรงท่อนขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว จำนวน 2 ชิ้น
03	ท่อดัดหลัง	ท่อเหล็ก	ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 6 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
04	ฝาปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
05	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทับหน้าอีพ็อกซีโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอีพ็อกซีโพลียูรีเทน ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
06	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยพุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

1. เอนหลังพิงท่อแป้นกลม โดยขาพาดที่แกนด้านหน้า 2 ระดับ เพื่อทรงตัว
2. ยืดลำตัวในลักษณะเอนไปด้านหลังเพื่อให้ท่อทรงกลมดัดแผ่นหลัง เพื่อคลายเส้น
3. นวดฝ่าเท้าโดยการยืนบนแป้นนวด และใช้มือจับคานจับย่ำฝ่าเท้าสลับไป-มา
4. ทำอย่างน้อยตามความต้องการ

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. เพื่อคลายเส้น-ลำตัว-แก้ปวดหลัง
2. เพื่อนวดฝ่าเท้าให้หายปวดเมื่อย

ข้อควรระวัง

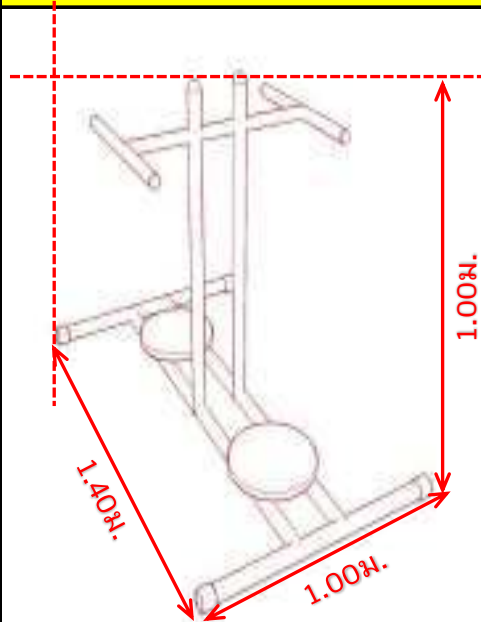
ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

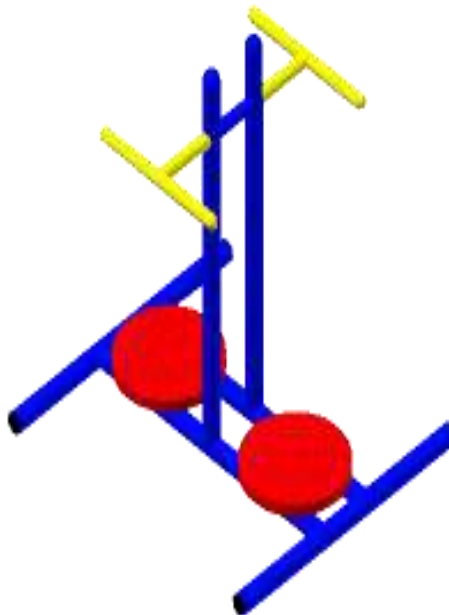
SM-35 อุปกรณ์บริหารข้อสะโพก (แบบบิดเอวคู่)

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.40 เมตร สูง 1.00 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น



รูปแคตตาล็อก



รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	แป้นยืน	พลาสติก	ทรงกลมขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 37 ซม. ความหนาไม่น้อยกว่า 7.5 ซม. มีปุ่มทรงกลมบนสำหรับนิ้วเท้าไม่น้อยกว่า 180 ปุ่ม จำนวน 2 อัน
03	ฝาดรอบหัวเสา	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงโดม ทำจากยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
04	ฝาปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
05	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทึบหน้าเคลือบโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
06	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยทุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

1. ยืนเหยียบลงบนแป้นรองเท้าทรงกลม
2. ใช้มือจับที่ด้ามจับทั้งซ้าย-ขวาให้มั่น
3. ออกแรงบิดลำตัวไป-มา ทั้งด้านซ้าย-ขวาสลับกัน
4. ทำซ้ำ 10 ครั้ง รวม 5 เซ็ต

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. บริหารเอวทำให้หายเมื่อยเอว
2. การทรงตัวดีขึ้น

ข้อควรระวัง

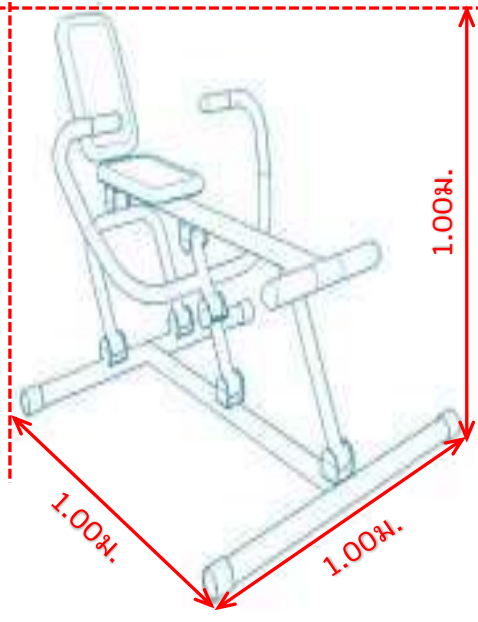
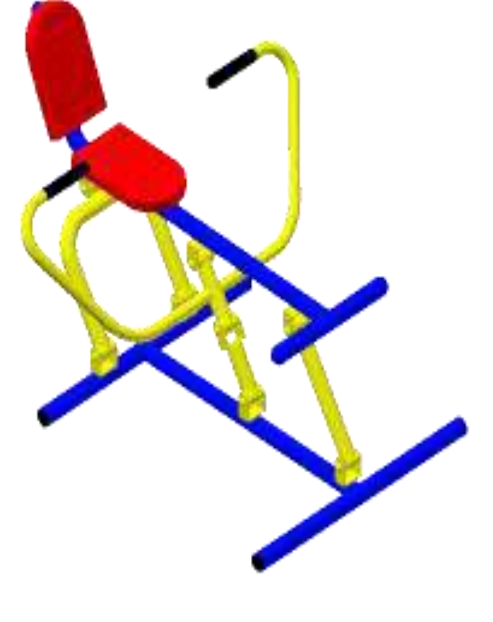
ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ

ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

SM-36 อุปกรณ์บริหารข้อเข่า-แขน-หน้าท้อง (แบบกรรเชียงเดียว)

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 1.00 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น	รูปแคตตาล็อก	รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง
		

คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	ที่พิง/ที่นั่ง	พลาสติก	ขนาด กว้างไม่น้อยกว่า 25 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม. ลายอิฐ
03	รองเท้า	พลาสติก	ทรงวงรีมีขอบกัน ขนาดกว้างไม่น้อยกว่า 20 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 38 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 4 ซม. มีปุ่มทรงกลมบนสำหรับนวดเท้าไม่น้อยกว่า 38 ปุ่ม.
04	ยางกันกระแทก	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงสี่เหลี่ยม ขนาดไม่น้อยกว่า 5 x 5 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม.
05	ฝาครอบหัวเสา	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงโดม ทำจากยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
06	ฝาปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
07	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
08	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยทุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

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

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อแขน - ขาแข็งแรง
2. ทำให้กล้ามเนื้อหน้าท้องแข็งแรง

ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

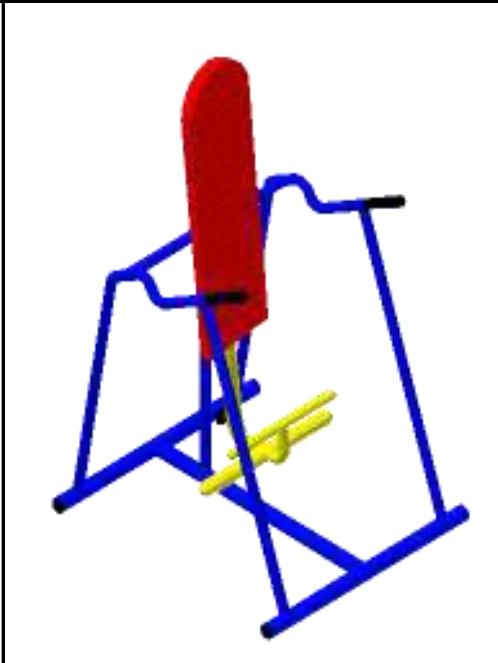
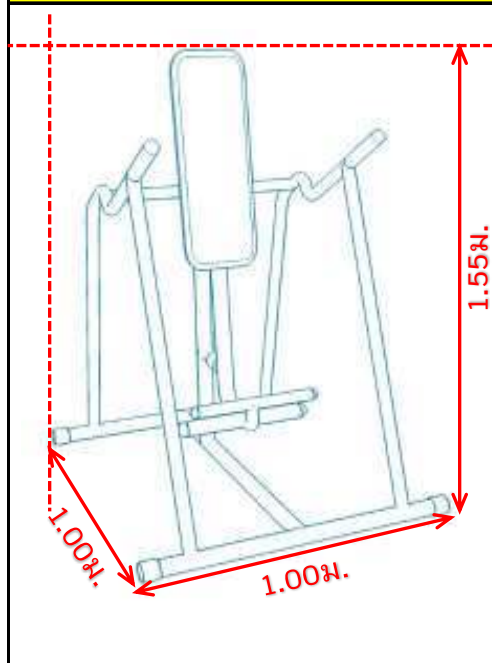
SM-37 อุปกรณ์บริหารหน้าท้อง (แบบยืน)

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 1.55 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น

รูปแคตตาล็อก

รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	ที่พิงหลัง	พลาสติก	ขนาด กว้างไม่น้อยกว่า 25 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 108 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3.5 ซม. ลายอีลุ
03	รองเท้า	พลาสติก	ทรงวงรีมีขอบกัน ขนาดกว้างไม่น้อยกว่า 20 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 38 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 4 ซม. มีปุ่มทรงกลมบนสำหรับนวดเท้าไม่น้อยกว่า 38 ปุ่ม.
04	ยางกันกระแทก	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงสี่เหลี่ยม ขนาดไม่น้อยกว่า 5 x 5 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม.
05	ฝาปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
06	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ส่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
07	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยทุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

1. ยืนและเหยียบบนที่รองเหยียบหลังพิงเบาะพิงมือจับตามจับทั้งสองข้างให้มั่นคง
2. ออกแรงเกร็งกล้ามเนื้อท้องและท่อนขาเพื่อยกลำตัวท่อนล่างขึ้น แล้วค่อยๆ ปล่อยลง
3. ทำซ้ำแต่ละ 10 ครั้ง รวม 3 เซ็ต

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อหน้าท้องแข็งแรงและลดไขมันหน้าท้อง
2. ทำให้กล้ามเนื้อเอว-ขาแข็งแรง

ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ

ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

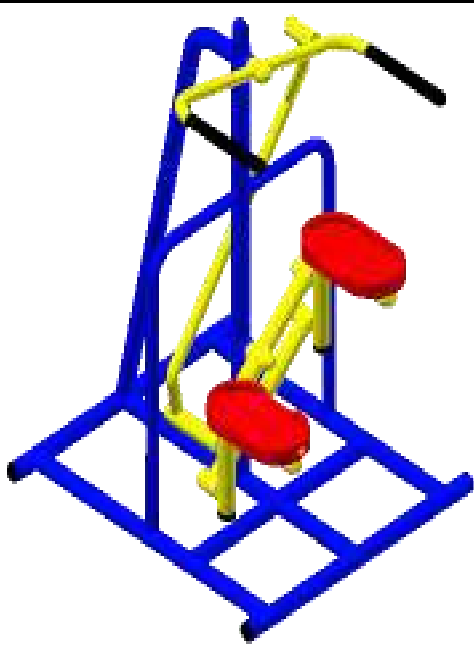
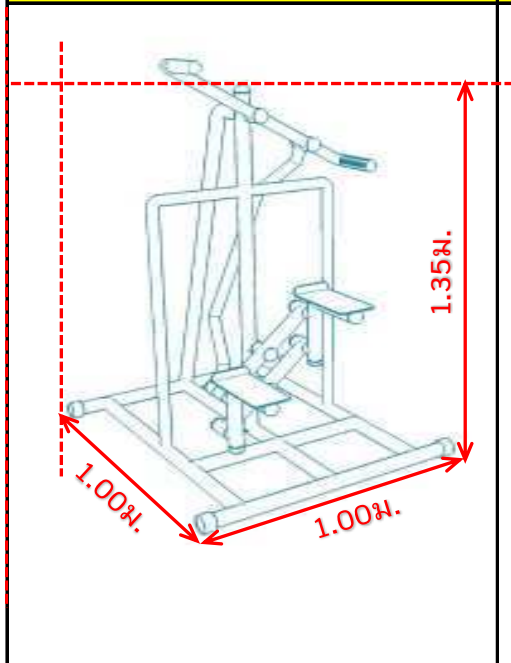
SM-38 อุปกรณ์บริหารแขน-ข้อเข่า-ขา (แบบย่อเท้า)

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 1.35 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น

รูปแคดตาล็อก

รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	รองเท้า	พลาสติก	ทรงวงรีมีขอบกัน ขนาดกว้างไม่น้อยกว่า 20 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 38 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 4 ซม. มีปุ่มทรงกลมบนสำหรับนิ้วเท้าไม่น้อยกว่า 38 ปุ่ม.
03	ยางกันกระแทก	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงสี่เหลี่ยม ขนาดไม่น้อยกว่า 5 x 5 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม.
04	ฝาครอบหัวเสา	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงโดม ทำจากยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
05	ฝาปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
06	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงาลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ส่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
07	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยทุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

1. ใช้มือทั้งสองข้างจับด้ามจับทั้งสองข้างให้มั่น
2. ขึ้นยืนบนแป้นรองเหยียบทั้งสองข้างทรงตัวให้ดี
3. ทำการโยกแขนซ้าย-ขวา ในลักษณะขึ้น-ลง พร้อมกับย่อเท้าขึ้น-ลง สลับไป-มา
4. ทำต่อเนื่อง ประมาณ 10-20 นาที

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อขา-ข้อสะโพกแข็งแรง
2. ทำให้แขน-หัวไหล่แข็งแรง

ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ

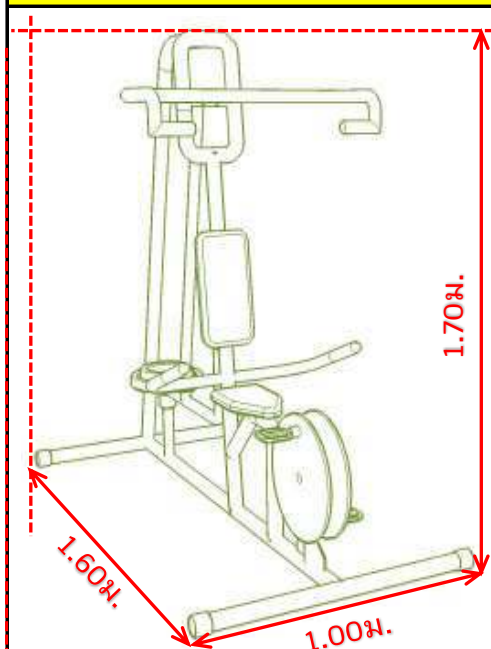
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

SM-39 อุปกรณ์จักรยาน / บริหารแขน-หน้าอก-หัวไหล่ (แบบดึงยกตัมน้ำหนัก)

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.60 เมตร สูง 1.70 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น



รูปแคตตาล็อก



รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	วงล้อ	เหล็กแผ่นเพลท	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 9 มม. จำนวน 2 แผ่น
03	บันไดขึ้น	เหล็กแผ่นเพลท	ขนาดกว้างไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว ยาวไม่น้อยกว่า 5 นิ้ว
04	ตัมน้ำหนัก	เหล็กหล่อ	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 27 ซม. 1 ลูก และขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 21 ซม. 1 ลูก รวมน้ำหนักไม่ต่ำกว่า 15 กก.
05	ที่พิง/ที่นั่ง	พลาสติก	ขนาด กว้างไม่น้อยกว่า 25 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม. ลายฉลุ
06	ยางกันกระแทก	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงสี่เหลี่ยม ขนาดไม่น้อยกว่า 5 x 5 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม.
07	ฝาปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
08	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทึบหน้าเคลือบโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอสีคัลโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
09	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยทุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

การบริหารแขน-หน้าอก :

1. นั่งบนเบาะหลังพิงพนักพิง ดึงด้ามจับลงหาตัวเพื่อยกตัมน้ำหนักด้านหลัง
2. ค่อย ๆ ยืดแขนขึ้นด้านบนอย่างช้า ๆ เพื่อปล่อยตัมน้ำหนักกลับเข้าที่เดิม ทำซ้ำละ 10 ครั้ง รวม 3 เซ็ต

การบริหารขา-ข้อเท้า :

1. นั่งบนที่นั่งพิงพนักพิงพร้อมกับใช้มือจับด้ามจับทั้งสองข้างให้มั่น
2. วางเท้าบนบันไดเหล็กสำหรับปั่นทั้งสองข้าง แล้วออกแรงปั่นล้อเหล็กในลักษณะปั่นจักรยานเริ่มจากช้า - เร็ว
3. ทำต่อเนื่องประมาณ 10-20 นาที

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อหน้าอก หัวไหล่แข็งแรง
2. ทำให้กล้ามเนื้อแขนแข็งแรง

ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ

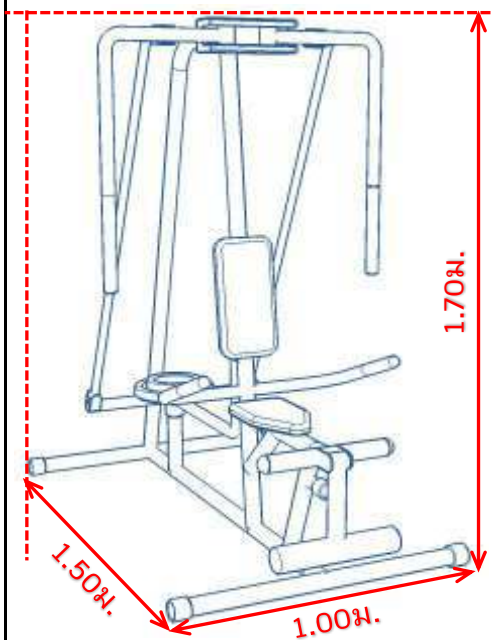
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

SM-40 อุปกรณ์บริหารแขน-หน้าอก-หัวไหล่-หัวเข่า (แบบถ่าง-หุบยกตัมน้ำหนัก)

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.50 เมตร สูง 1.70 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น



รูปแคดตาล็อก



รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	เพลาดึง	เหล็กเพล	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 20 มม. จำนวน 2 อัน
03	ตัมน้ำหนักด้านหลัง	เหล็กหล่อ	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 27 ซม. 1 ลูก และขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 21 ซม. 1 ลูก รวมน้ำหนักไม่ต่ำกว่า 15 กก.
04	ตัมน้ำหนักด้านหน้า	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. ใช้สำหรับเป็นตัมน้ำหนักยกท่าออกกำลังกาย (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
05	ที่พิง/ที่นั่ง	พลาสติก	ขนาด กว้างไม่น้อยกว่า 25 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม. ลายอิฐ
06	ยางกันกระแทก	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงสี่เหลี่ยม ขนาดไม่น้อยกว่า 5 x 5 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม.
07	ฝาปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
08	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทับหน้าเคลือบโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ลอกทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
09	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยทุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

การบริหารแขน-หน้าอก :

1. นั่งบนที่นั่งพิงพนักพิงพร้อมกันใช้มือจับด้ามจับทั้งสองข้างให้มั่นระดับหัวไหล่
2. ออกแรงดึงมือจับทั้งสองข้างเข้าหากันจนอยู่ในตำแหน่งตรงหน้าของผู้ใช้แล้วค่อย ๆ ผ่อนกลับ
3. ทำซ้ำ 10 ครั้ง รวม 3 เซ็ต

การบริหารหัวเข่า :

1. ใช้มือจับด้ามจับข้างลำตัวทั้งสองข้างให้มั่น ใช้ข้อเท้าทั้งสองข้างยกตัมน้ำหนักขึ้น-ลง
2. ใช้ข้อเท้าออกแรงยกตัมน้ำหนักขึ้น-ลง ทีละข้าง สลับไป-มา ทำซ้ำ 10 ครั้ง รวม 3 เซ็ต

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อหน้าอก หัวไหล่แข็งแรง
2. ทำให้กล้ามเนื้อแขนแข็งแรง

ข้อควรระวัง

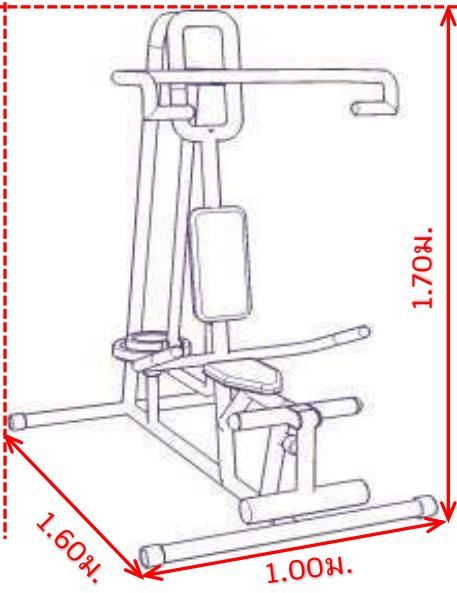
ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ

ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

SM-41 อุปกรณ์บริหารแขน-หน้าอก-หัวไหล่-หัวเข่า (แบบดึงยกตัมน้ำหนัก)

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.60 เมตร สูง 1.70 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น	รูปแคดตาล็อก	รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง
		

คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	ก้านดึง	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 1 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
03	ตัมน้ำหนักด้านหลัง	เหล็กหล่อ	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 27 ซม. 1 ลูก และขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 21 ซม. 1 ลูก รวมน้ำหนักไม่ต่ำกว่า 15 กก.
04	ตัมน้ำหนักด้านหน้า	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. ใช้สำหรับเป็นตัมน้ำหนักออกกำลังกาย (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
05	ที่พิง/ที่นั่ง	พลาสติก	ขนาด กว้างไม่น้อยกว่า 25 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม. ลายฉลุ
06	ยางกันกระแทก	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงสี่เหลี่ยม ขนาดไม่น้อยกว่า 5 x 5 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม.
07	ฝาปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
08	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทึบหน้าเคลือบโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ลอกทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
09	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยทุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

การบริหารแขน-หน้าอก :

1. นั่งบนเบาะหลังพิงพนักพิง ดึงด้ามจับลงหาตัวเพื่อยกตัมน้ำหนักด้านหลัง
2. ค่อย ๆ ยืดแขนขึ้นด้านบนอย่างช้า ๆ เพื่อปล่อยตัมน้ำหนักกลับเข้าที่เดิม ทำซ้ำแต่ละ 10 ครั้ง รวม 3 เซ็ต

การบริหารหัวไหล่ :

1. ใช้มือจับด้ามจับข้างลำตัวทั้งสองข้างให้มั่น ใช้ข้อเท้าทั้งสองข้างยกตัมน้ำหนักขึ้น-ลง
2. ใช้ข้อเท้าออกแรงยกตัมน้ำหนักขึ้น-ลง ทีละข้าง สลับไป-มา ทำซ้ำแต่ละ 10 ครั้ง รวม 3 เซ็ต

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อหน้าอก หัวไหล่แข็งแรง
2. ทำให้กล้ามเนื้อแขนแข็งแรง

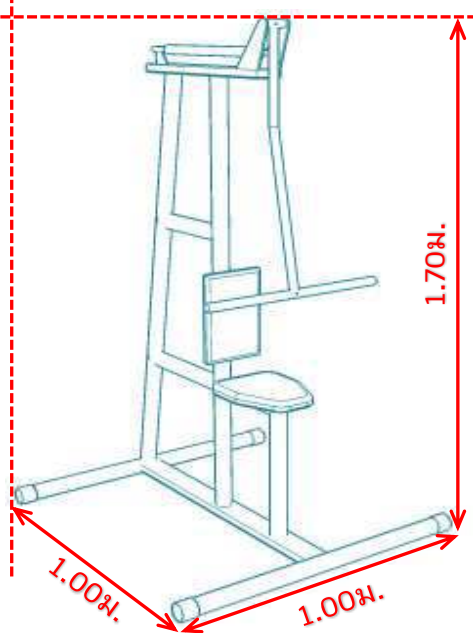
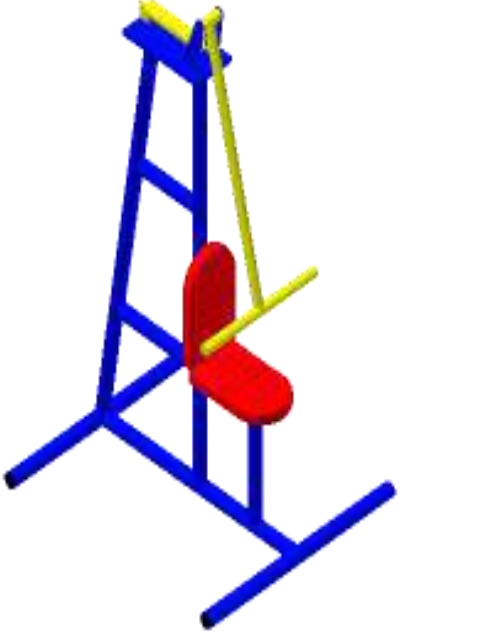
ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

SM-42 อุปกรณ์บริหารแขน-หน้าอก-หัวไหล่ (แบบดันสปริง)

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 1.70 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น	รูปแคดตาล็อก	รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง
		

คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	ที่พิง/ที่นั่ง	พลาสติก	ขนาด กว้างไม่น้อยกว่า 25 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 40 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 3 ซม. ลายอิฐ
03	สปริงดึงตะขออิสระ	เส้นลวดเหนียว	ขนาด Ø เส้นลวดไม่น้อยกว่า 1/8 นิ้ว นำลวดม้วนเป็นคอยล์สปริง
04	ฝาปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
05	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทับหน้าเคลือบโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ส่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
06	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยทุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

1. นั่งบนเบาะหลังพิงพนักพิงจับที่ด้ามจับด้านบนทั้งสองข้าง
2. ค่อย ๆ ออกแรงดันแขนไปด้านหน้าอย่างช้า ๆ แล้วค่อยๆปล่อยกลับที่เดิม
3. ทำซ้ำแต่ละ 10 ครั้ง รวม 3 เซ็ต

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อหน้าอก หัวไหล่แข็งแรง
2. ทำให้กล้ามเนื้อแขนแข็งแรง

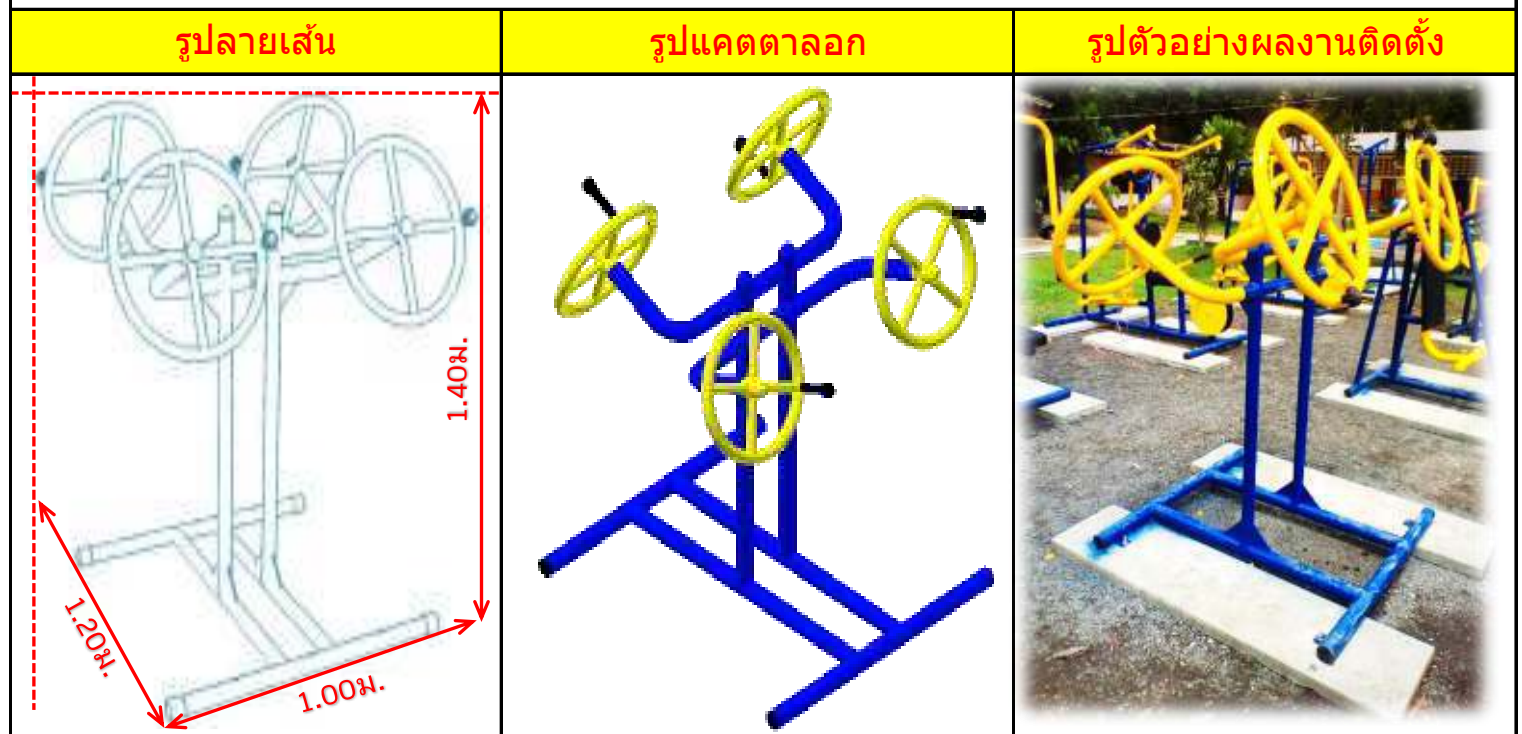
ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

SM-43 อุปกรณ์บริหารแขน-หัวไหล่-มือ (แบบวงล้อคู่)

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.20 เมตร สูง 1.40 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	วงล้อ	ท่อเหล็ก	ดัดเป็นวงกลม ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 50 ซม. จำนวน 4 อัน
03	มือหมุนวงล้อ	ยางธรรมชาติ(NR)	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 5 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 2 ซม.
04	ฝาดรอบหัวเสา	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงโดม ทำจากยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
05	ฝาดปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
06	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ล่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
07	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยทุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

- ยืนหันหน้าเข้าวงล้อให้ลำตัวอยู่ระหว่างกึ่งกลาง ด้านใดด้านหนึ่งก็ได้
- จับที่ปุ่มจับทั้งสองข้าง
- ออกแรงหมุนวงล้อในลักษณะตามเข็มนาฬิกา หรือทวนเข็มนาฬิกา เริ่มจากช้า แล้วเพิ่มความเร็วขึ้นตามลำดับ
- ทำต่อเนื่องประมาณ 15-20 นาที

ประโยชน์ที่ได้รับ

- บริหารข้อมือ
- ทำให้กล้ามเนื้อแขน-หัวไหล่-หน้าอก แข็งแรง

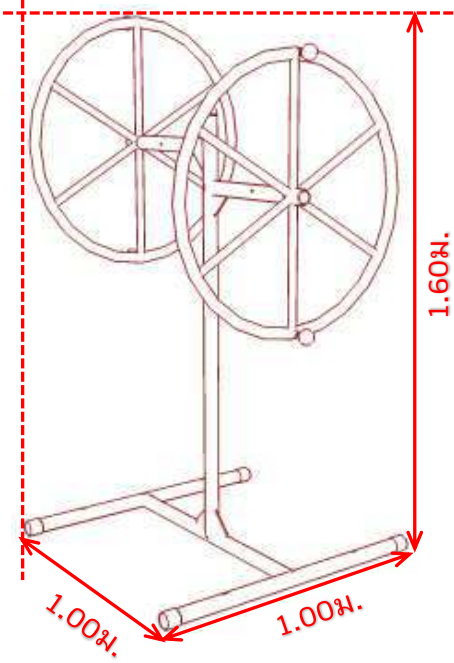
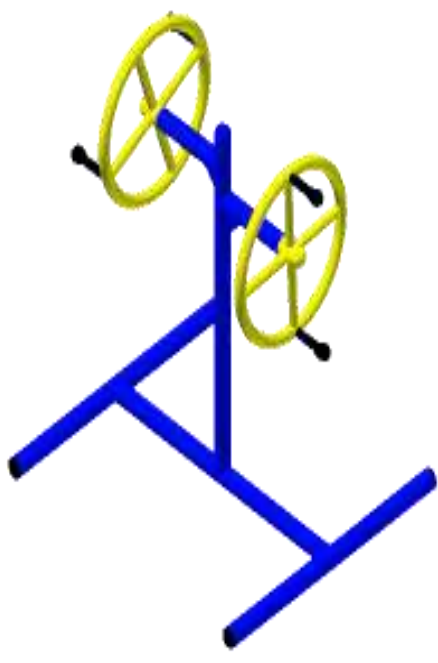
ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

SM-44 อุปกรณ์บิดลำตัววงล้อเดี่ยว

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 1.60 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น	รูปแคตตาล็อก	รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง
		

คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	วงล้อ	ท่อเหล็ก	ดัดเป็นวงกลม ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 80 ซม. จำนวน 2 อัน
03	มือหมุนวงล้อ	ยางธรรมชาติ(NR)	ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 5 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 2 ซม.
04	ฝาดรอบหัวเสา	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงโดม ทำจากยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
05	ฝापิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
06	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ลอกทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
07	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยทุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

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

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. บริหารข้อมือ
2. ทำให้กล้ามเนื้อ-หัวใจ-หลอดเลือด แข็งแรง

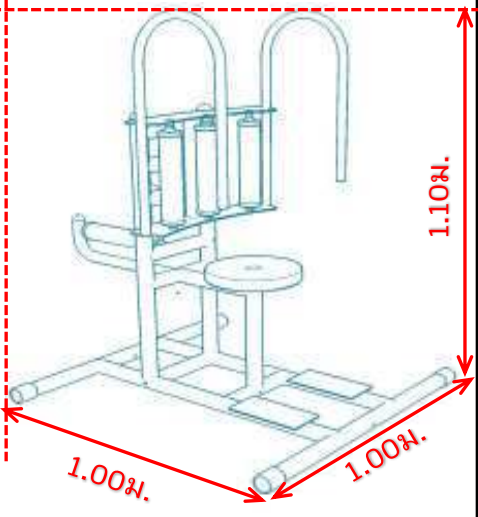
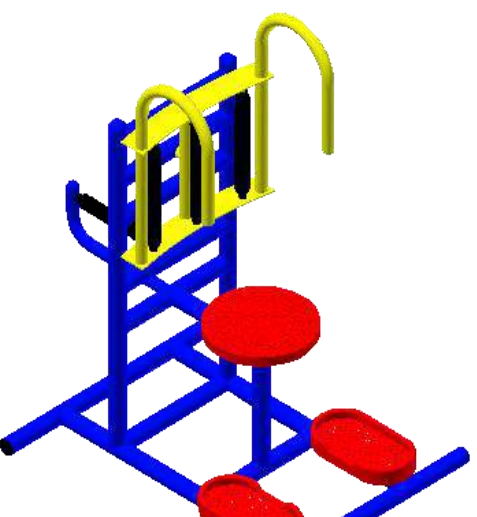
ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

SM-45 อุปกรณ์บิดเอว-นวดหลัง และขา

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 1.10 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น	รูปแคตตาล็อก	รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง
		

คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	ลูกกลิ้งนวดหลัง/ขา	พลาสติก	พลาสติก ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 7 ซม. ความยาวไม่น้อยกว่า 47 ซม. มีปุ่มนูนสำหรับนวดกล้ามเนื้อ 136 ปุ่ม
03	แป้นนั่ง	พลาสติก	ทรงกลมขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 37 ซม. ความหนาไม่น้อยกว่า 7.5 ซม. มีปุ่มทรงกลมนูนสำหรับนวดฝ่าเท้าไม่น้อยกว่า 180 ปุ่ม จำนวน 2 อัน
04	ที่วางเท้า	เหล็กแผ่นลาย	ขนาด กว้าง 15 เซนติเมตร ยาว 30 เซนติเมตร หนา 4 มิลลิเมตร
05	ฝาครอบหัวเสา	ยางธรรมชาติ(NR)	ทรงโดม ทำจากยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
06	ฝาปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด $\varnothing$ ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
07	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ส่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
08	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยทุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

1. นั่งบนที่รองนั่งมือจับที่เหล็กมือจับทั้งสองข้าง
2. หันหลังให้ชนลูกกลิ้งแล้วบิดลำตัวไป-มา สลับกันทำซ้ำกัน 10-20 ครั้ง
3. ยืนแล้วยกน่องขาพาดบนลูกกลิ้งมือจับที่เหล็กมือจับแล้วเลื่อนขาเดิน
เดินหน้าถอยหลังสลับกันทำซ้ำกัน 10-20 ครั้ง

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ช่วยให้คลายปวดเมื่อย
2. ทำให้น่องขาแข็งแรง

ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

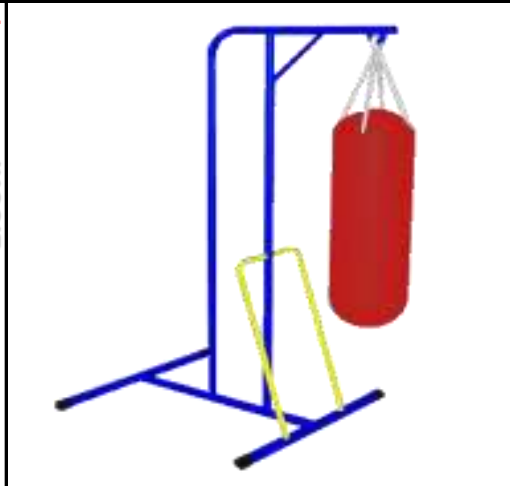
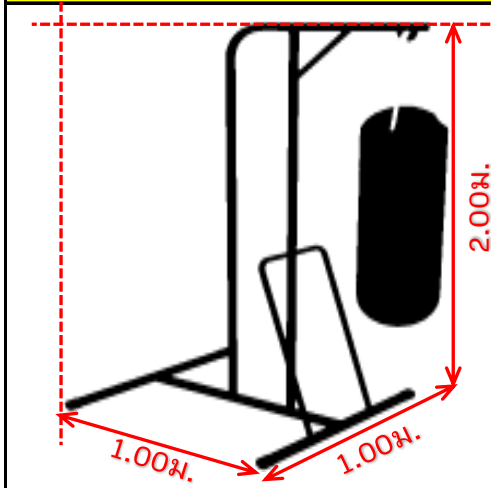
SM-46 อุปกรณ์กระสอบทราย พร้อมขาตั้ง

ขนาด กว้าง 1.00 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 2.00 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น

รูปแคดตาล็อก

รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว, 1.5 นิ้ว, 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	กระสอบทราย	หนัง PU	กระสอบทรายหนัง PU ทำจากหนังคุณภาพดี ทรงกระบอก ขนาด Ø 30 ซม. X 100 ซม.
03	ฝาปิดขา	ยางธรรมชาติ(NR)	ยางธรรมชาติ(NR) แบบสวมใน ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว
04	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทึบหน้าเคลือบโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อน้ำสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ลอ่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
05	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยทุกยึดพื้นไม่น้อยกว่า 4 ตัว

ข้อแนะนำการใช้

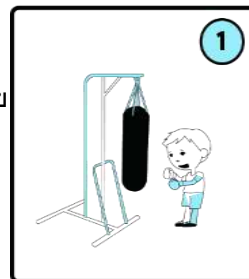
SM-46 อุปกรณ์กระสอบทราย

การเตะกระสอบทราย

- ยืนให้มั่น ทั้งระยะห่างจากกระสอบทรายเล็กน้อย
- ยกเท้าข้างที่ถนัดฟาดไปที่กระสอบทรายเต็มแรง โดยใช้หน้าแข้งปะทะกับกระสอบทราย

การต่อยกระสอบทราย

- ยืนให้มั่น ทั้งระยะห่างจากกระสอบทรายเล็กน้อย
- กำหมัดโดยเก็บนิ้วโป้งเข้าไปใต้นิ้วกลางและนิ้วชี้ แล้วกระแทกหมัดไปที่กระสอบทรายตรงๆ



ประโยชน์ที่ได้รับ

- ช่วยให้กล้ามเนื้อแขนแข็งแรง
- ทำให้น่องขาแข็งแรง

ข้อควรระวัง

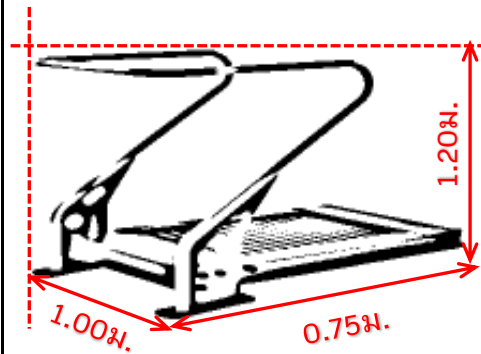
ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

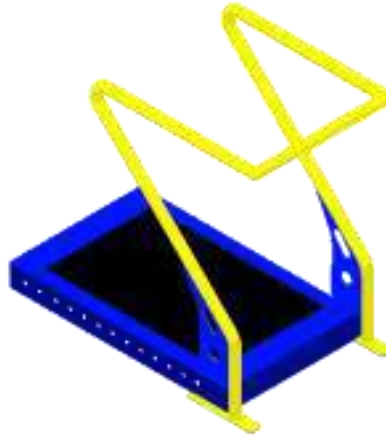
SM-47 อุปกรณ์เล่นออกกำลังกาย

ขนาด กว้าง 0.75 เมตร ยาว 1.00 เมตร สูง 1.20 เมตร (ขนาดที่ผลิตจริงอาจจะมากกว่าที่ระบุไว้ก็ได้)

รูปลายเส้น



รูปแคดตาล็อก



รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	โครงสร้าง	เหล็กทรงน้ำ	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 4 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม.
02	มือจับ	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 1.2 นิ้ว หนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม.
03	ลูกกลิ้ง	ท่อเหล็ก	ขนาด Ø ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว ความยาวไม่น้อยกว่า 60 ซม. จำนวน 11 ลูก
04	สี	โพลียูรีเทน(PU)	เป็นสีทับหน้าอคริลิกโพลียูรีเทนชนิดสองส่วนผสมสี A เป็นอคริลิกโพลีอัล ส่วนสี B เป็นยูรีเทนให้ ความเงาทนทานต่อสารเค เช่น กรด, ด่าง, ความทนทานของฟิล์มสีมากกว่า 3 ปี โดยความเงา ลดลงไม่เกิน 30% ไม่ดำ ไม่ส่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ
05	การติดตั้ง	-	การติดตั้งด้วยทุกยึดพื้น

ข้อแนะนำการใช้

1. ใช้มือทั้งสองข้างจับคานจับด้านหน้าให้มั่น
2. ขึ้นยืนบนแผ่นลูกกลิ้งรองเท้าทั้งสองข้าง
4. เดินไปเรื่อยๆ ประมาณ 10-20 นาที

SM-47 อุปกรณ์เล่นออกกำลังกาย



ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้กล้ามเนื้อขา-ข้อสะโพกแข็งแรง
2. ทำให้ระบบไหลเวียนโลหิตดีขึ้น

ข้อควรระวัง

ห้ามเล่นผิดวิธี อาจทำให้เกิดอันตรายได้ เด็กอายุต่ำกว่า 6 ขวบ
ควรอยู่ในความดูแลของผู้ปกครอง

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

SM-48 ป้ายคู่มือการเล่น

ขนาด 15 x 40 x 120 ซม.

รูปลายเส้น



รูปแคตตาล็อก



รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	ชุดเสาตั้ง	ท่อเหล็ก	ขนาด ϕ ไม่น้อยกว่า 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 ไม่ลอ่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

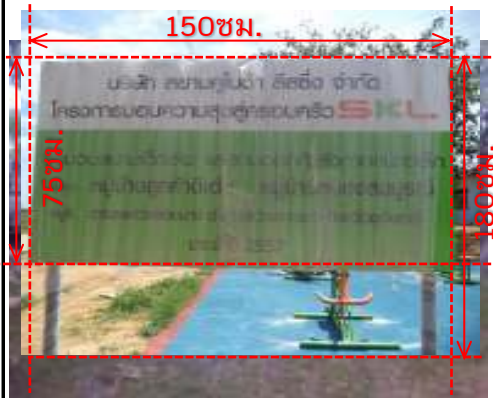
SM-49 ป้ายประชาสัมพันธ์โครงการ

ขนาด 75 x 150 x สูง 180 ซม.

รูปลายเส้น



รูปแคตตาล็อก



รูปตัวอย่างผลงานติดตั้ง



คุณลักษณะเฉพาะ(สเปค) เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง ซึ่งมีรายละเอียดโครงสร้างประกอบดังต่อไปนี้

ลำดับ	รายการ	วัสดุ	รายละเอียด
01	ชุดเสาตั้ง	ท่อเหล็ก	ขนาด ๑" ไม่น้อยกว่า 2 นิ้ว ความหนาไม่น้อยกว่า 2.3 มม. (เป็นเหล็กมาตรฐาน มีใบรับรอง)
02	ชุดป้าย	แผ่นเหล็กซิงค์	ขนาดกว้างไม่น้อยกว่า 75 ซม. ยาวไม่น้อยกว่า 150 ซม. หนาไม่น้อยกว่า 2 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 ไม่ลอ่อนทนทานต่อสภาพอากาศและแสง UV เหมาะกับงานโลหะ

เครื่องออกกำลังกายกลางแจ้ง รุ่นมาตรฐาน เกรด B รหัส SM

อะไหล่พลาสติก

1. เบาะที่นั่ง/ที่พิง 40 ซม.	2. หัวเหยียน	3. ที่รองนอน	4. เบาะที่พิง 60 ซม.	5. ตัวนวด
				
SM-01 /02 /04 /05 /06 /07 /08 /21 /22 /23 /24 /25 /26 /28 /29 /31 /33 /36 /39 /40 /41 /42	SM-03 /14 /17 /18 /19 /20 /30 /32 /36 /45	SM-09/ 10/ 13/ 16/ 37	SM-12 /29	SM-45
6. แป้นหมุน	7. ล้อยาง 8 นิ้ว	8. ล้อยาง 4 นิ้ว	9. สปริง ยาว 27 ซม.	10. สปริง ยาว 34 ซม.
				
SM-11 /30 /35 /45	SM-06 /21 /24	SM-08	SM-22 /24 /42	SM-08
11. สปริง ยาว 47 ซม.	12. กระสอบทราย			
				
SM-26	SM-47			

อะไหล่เหล็ก

13. แผ่นน้ำหนัก 10 กก.	14. แผ่นน้ำหนัก 5 กก.	15. ตั้มนัดยว่งน้ำหนักท่อ 4"	16. ตั้มนัดยว่งน้ำหนักท่อ 4"	
				
SM-01 /02 /08 /09 /10 /24 /25 /30 /39 /40 /41	SM-01 /02 /08 /09 /24 /25 /39 /40 /41	SM-13 /15 /22 /28 /29 /40 /41	SM-33	

อะไหล่ยาง

17. มือหมุนวงล้อ	18. ยางกันกระแทก	19. ฝาปิดท่อ	20. ที่ครอบหัวเสา	
				
SM-43 /44	SM-01/ 02/ 08/ 09/ 13/ 15/ 16/ 22/ 23/ 24/ 25/ 26/ 28/ 29/ 31/ 37/ 38/ 39/ 40/ 41	SM-01 ถึง 46	SM-03/ 04/ 05/ 06/ 07/ 10/ 11/ 14/ 15/ 17/ 21/ 22/ 24/ 26/ 27/ 28/ 29/ 30/ 31/ 33/ 35/ 36/ 38/ 43/ 44/ 45	