

BEWEEGMUUR

Beschrijving

De IPitup-bewegmuur is een gamma aan wandprofielen waarmee je een uitgebreide waaier aan laagdrempelige beweegmogelijkheden creëert. Het zijn *multifunctionele, compacte urban elementen* die op diverse locaties voor een meerwaarde zorgen: tegen binnen- en buitengevels van sportcomplexen, schoolgebouwen en woningen, op betonnen elementen bij parkings en skate-terreinen, onder bruggen en op blinde muren in stadscentra, bij ziekenhuizen en ouderen-voorzieningen, in en rond bedrijfsgebouwen, fitnesscentra of kinepraktijken, enz.

De IPitup-bewegmuur zorgt ervoor dat de publieke ruimte een avontuurlijke en informele ontmoetingsruimte wordt waar *sociale cohesie* wordt bevorderd. Het rendement en de (be)leefbaarheid van (publieke) ruimtes uitgerust met IPitup-bewegmuurelementen zal beduidend stijgen. Plaatsen uitgerust met één of meerdere IPitup-bewegmuurelementen creëren een ruimte voor intergenerationeel sporten, ontmoeten en beleven. Het strategisch plaatsen van IPitup-bewegmuren in en rond bestaande en nieuwe voorzieningen zal zorgen voor sociale interactie en een meer toegankelijke en leefbare samenleving. Door de muur te beschilderen en eindgebruikers te betrekken bij het design kan bijkomend *mede-eigenaarschap* gecreëerd worden.

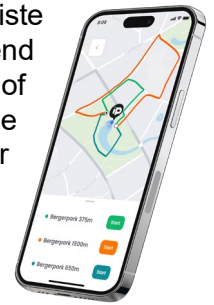


De beweegmuurelementen zijn zodanig ontwikkeld dat het mogelijk wordt om – op een individueel aangepast niveau - de lichaamsoefeningen uit te voeren die door de *gratis IPitup-app* worden voorgesteld. Door dit divers aanbod aan bewegingsmogelijkheden stimuleert de IPitup-muur de motorische ontwikkeling bij jong en oud. Er zijn meer dan 300 verschillende lichaamsoefeningen mogelijk aan de beweegmuur. De aangeboden oefeningen worden opgedeeld in vijf groepen: duwen, trekken, rompstabiliteit, éénbenige en tweeënige oefeningen. Je voert ze uit aan de beweegmuur en werkt aan je conditie door de oefeningen af te wisselen met joggen, (snel)wandelen of fietsen met behulp van de voorgestelde bewegroutes rond en tussen de beweegtoestellen. De app is dynamisch en past zich automatisch aan op basis van jouw feedback tijdens het uitvoeren van je sessie. Eveneens inbegrepen is een gepersonaliseerd profiel met tal van statistieken. Elk *infopaneel* toont vijf oefeningen van verschillende niveaus, uitgebeeld worden door diverse gebruikerstypes.



Het staat iedereen vrij om deel te nemen aan de *gratis trainersopleidingen en strategische workshops* die maandelijks online plaatsvinden. Tijdens de workshop ontdek je hoe je met minimale inspanningen de door jouw beoogde doelgroepen kan bereiken en activeren. Aan de hand van goede praktijken wordt inspiratie aangereikt om te komen tot een haalbaar plan van aanpak en een maximale return on investment. Via de sporttechnische opleiding tot IPitup-trainer wordt concreet aangeleerd hoe je succesvol initiaties, groepslessen, bootcamps en activiteiten opstart en opvolgt.

Door het toevoegen van een IPitup-bewegmuur aan een bestaande wandel- of loop piste kan deze eenvoudig en kostefficiënt worden opgewaardeerd tot een uitdagend beweegcircuit. Wanneer er zich meerdere beweegmuurelementen op wandel-, loop- of fietsafstand van elkaar bevinden ontstaat er bovendien een *beweeglint* doorheen de publieke ruimte. Via de app of op www.ipitup.be kom je als gebruiker te weten waar er IPitup-bewegtoestellen beschikbaar zijn in je de buurt.



Ontwikkeling

De bewegmuur is een beschermd ontwerp dat in eigen beheer wordt geproduceerd in België. IPitup vzw heeft als voornaamste doel de *drempel tot fysieke activiteit te verlagen*. IPitup zet mensen aan om op een snelle en eenvoudige wijze te gaan bewegen *in de publieke ruimte*. De World Health Organization (WHO) adviseert in haar *beweegrichtlijnen* een combinatie van *conditie-, kracht en stabilisatietraining*. IPitup maakt het mogelijk dit in de praktijk om te zetten rond de IPitup-bewegmuur. Op een doeltreffende en uitdagende manier werk je aan een *sterker en beter uitgebalanceerd* lichaam.

Normering en veiligheid

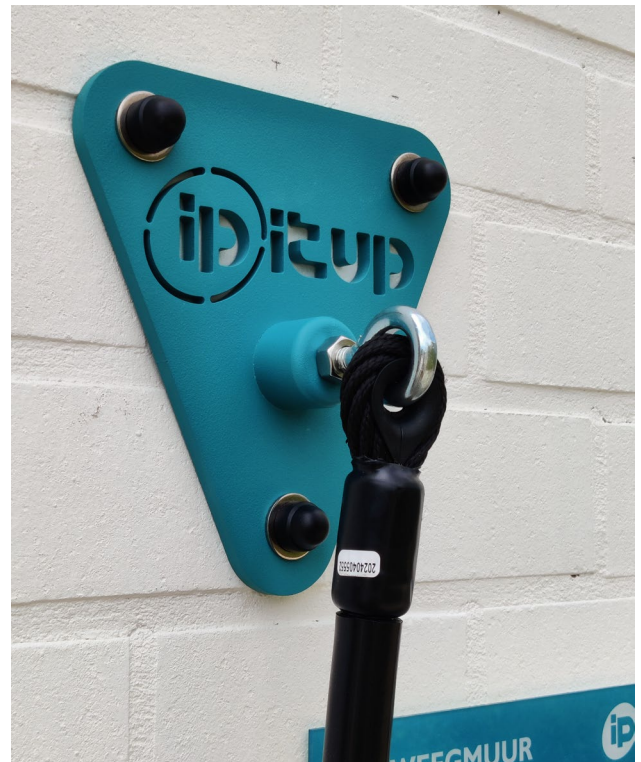
Conform NBN EN 16630-2015 (permanent geïnstalleerde fitnessapparatuur voor buiten) en TÜV-gecertificeerd. Geen gevaar op vinger- of hoofdbeknelling. Aan de voor- en zijkant van het toestel minstens 1,5m vrije en obstakelvrije ruimte voorzien. Indien de bovenzijde van het toestel zich niet hoger dan 2m boven het grondoppervlak bevindt, dient geen valdempende ondergrond voorzien te worden. Indien men dit toestel in de nabijheid van speeltoestellen of een speelterrein wil plaatsen dan dient EN 16879 (Siting of playground and other recreational facilities) gerespecteerd te worden.

Materialen

Gemetalliseerd en gepoedercoat staal (dikte 8mm). Gebogen barren en handgrepen (diameter 30mm). Standaard kleur: RAL 5018 – turquoise. Armsteunen uit gerecycleerd plastic of bamboe. HPL-infopaneel (high pressure laminate) met kern uit FSC-gecertificeerd gerecycleerd papier. Bestand tegen UV-stralen, krassen, graffiti, vuur, vocht, zouten, zuren en solventen. Gewapende koorden (diameter 16mm) met rubberhulzen handgrepen.

Verankering

Bewegmuurelementen dienen gemonteerd te worden op een voldoende vlakke en stevige wand. Deze dient per bevestigingspunt de trek- en drukkrachten op te kunnen nemen zoals op bijgaande schema's vermeld. De keuze voor het type van verankeringsmaterialen dient bepaald te worden in functie van de aard en de stabiliteit van de gevel waartegen de elementen verankerd worden. Een montagehandleiding wordt meegeleverd, bevestigingsmaterialen niet.



Inspectie en onderhoud

Het periodiek onderhoud omvat het controleren op beschadigingen, het aandraaien van schroeven/bouten en het nazicht van de verankerings. Indien gewenst kan een onderhoudscontract afgesloten worden. Dit omvat de gezamenlijke uitvoering van een veiligheidsinspectie, een

onderhoudsbeurt en herstellingswerken (indien nodig). Hierdoor wordt er voor gezorgd dat de beweegmuur aan dezelfde functionele en veiligheidsnormen zal blijven voldoen als bij de aankoop ervan. Er vindt telkens één uitvoering per jaar plaats.

Garantie

IPitup garandeert de deugdelijkheid van de geleverde IPitup-beweegmuurelementen gedurende een periode van 5 jaar na de levering ervan. De garantie is van toepassing op materiaal- of constructiefouten. Normale slijtage, onoordeelkundig of oneigenlijk gebruik, onjuist onderhoud of reparaties door derden vallen niet onder de garantie.

Overzicht Beweegmuurelementen



Combi sets

Rio



Paris



Tokyo



Sydney

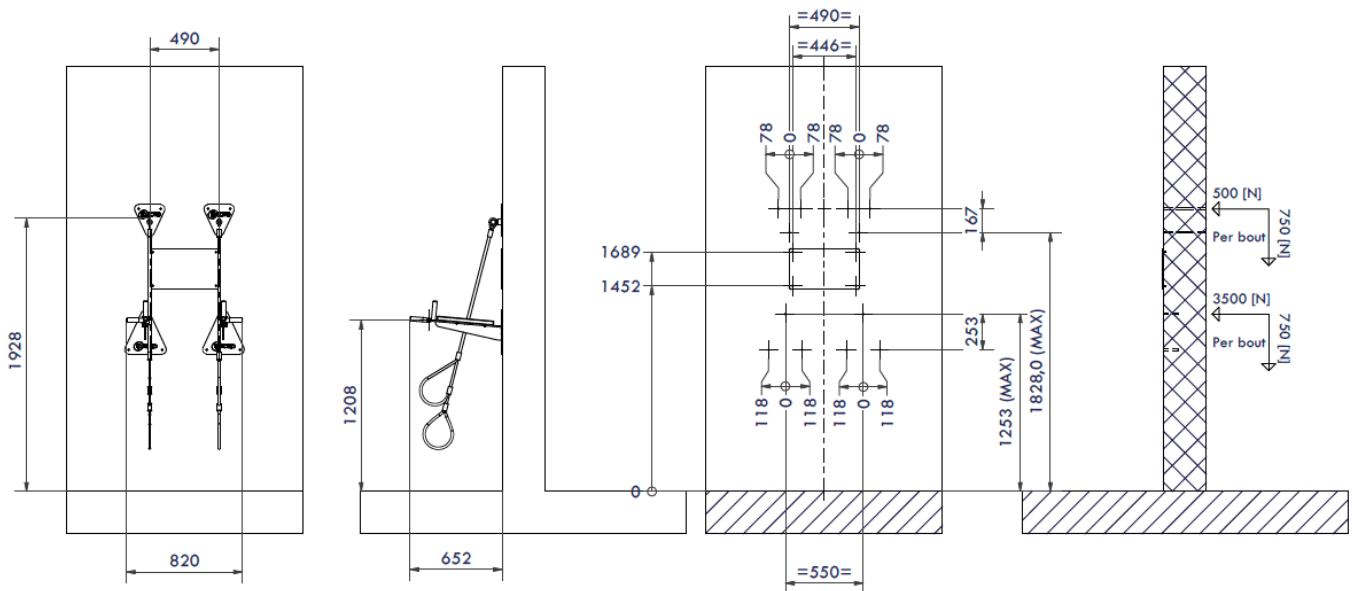


Los Angeles

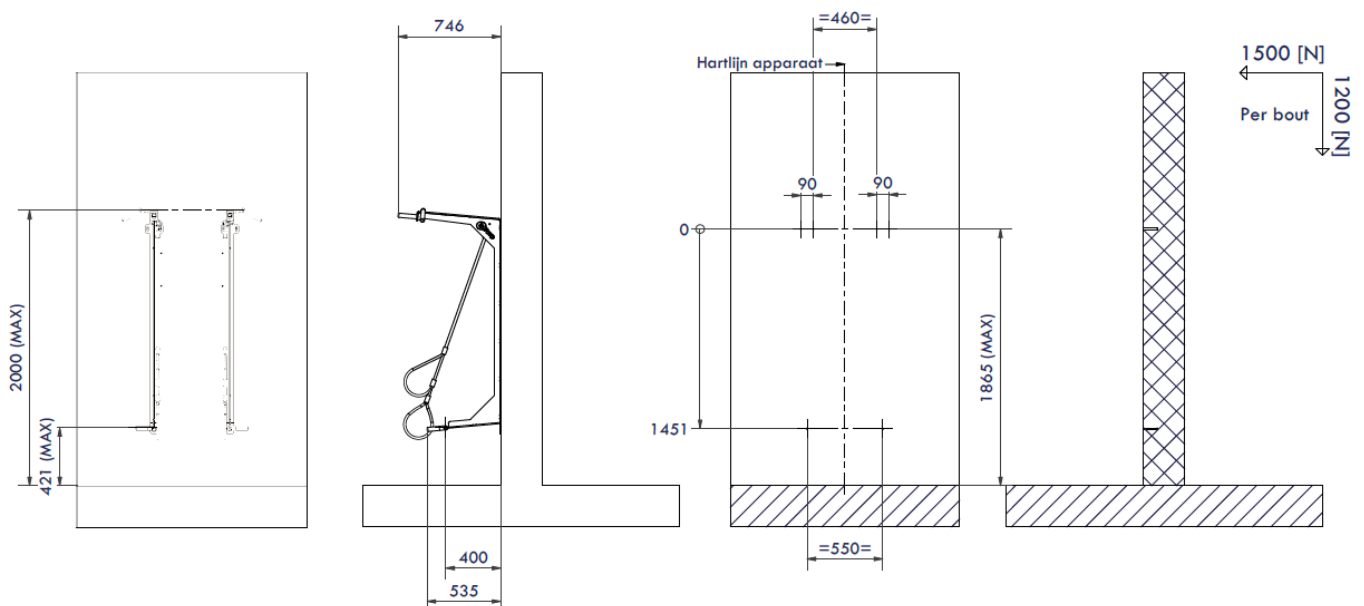


Krachtschema's

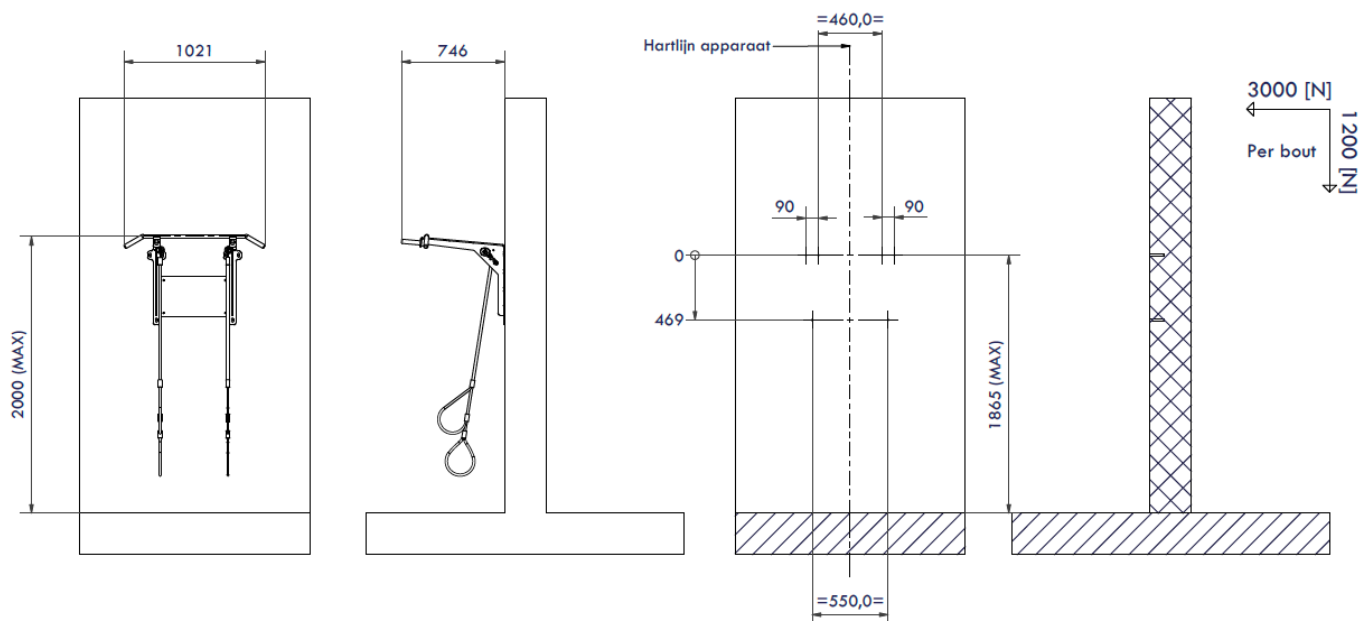
Bewegmuur Small – Small Plus – Plus



Bewegmuur Medium – Medium Plus



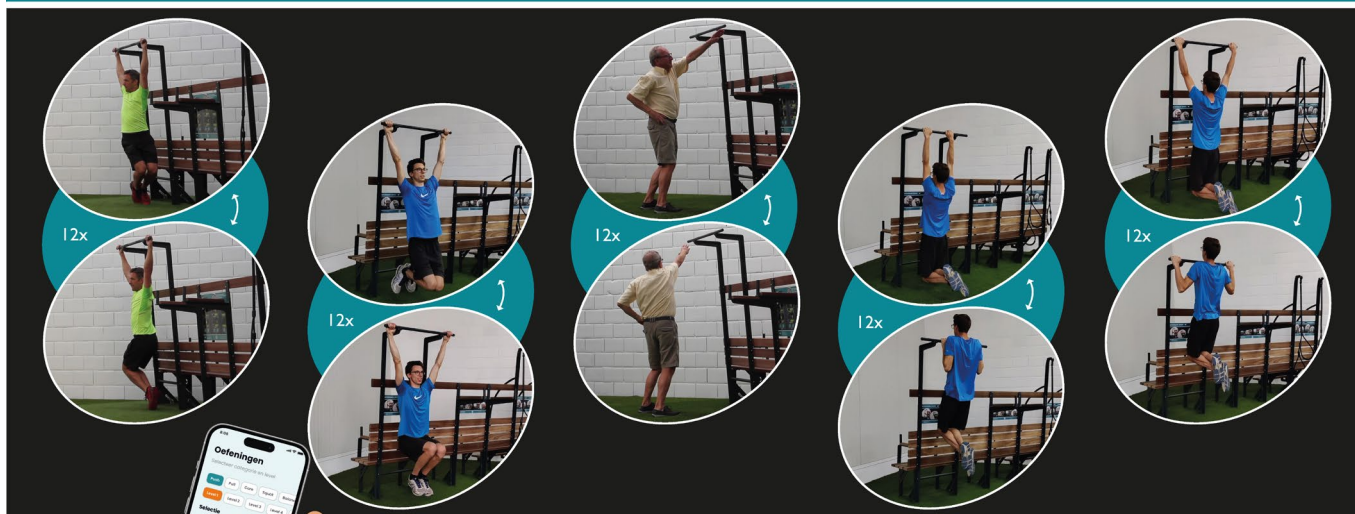
Beweegmuur Large – Large Plus



BEWEEGMUUR



#IEDEREEN BEWEEGT



DOWNLOAD NU!



GRATIS APP
 > 300 OEFENINGEN
 INDIVIDUEEL PROGRAMMA
 BEWEEGRUTES



www.ipitup.eu



Leverancier: IPitup (B) - info@ipitup.eu
 Twifels over je gezondheid? Raadpleeg dan eerst je huisarts.

