

# Träning tillgänglig för alla

Kebne utegym  
*av Kauppi & Kauppi*

nola®





*Ledtråden finns i namnet.  
Gymmet är inspirerat av Kebnekaises  
bergstoppar och bidrar med djärva  
former till vilken utemiljö som helst.*



## Kebne utegym

*av Kauppi & Kauppi*

Kebne utegym består av fem stycken separata moduler för styrketräning och stretching där utövaren använder sin egen kroppsvikt som motstånd. Visionen är att Kebne ska bidra till att skapa lockande, intuitiva och sociala samlingsplatser för alla människor, oavsett deras ålder, fysik och träningsambition.

Formerna symboliserar ett abstrakt bergslandskap med inspiration från Kebnekaise. De skulpturala formerna bidrar till spännande visuella upplevelser i natur såväl som i urbana miljöer. Kebne utegym finns placerade på torg, skolgårdar, längs strandpromenader, i parker och i anslutning till rekreationsområden.





Kebnes fem moduler kan användas till en bred variation av övningar för alla nivåer av träning. Modulerna innefattar inga rörliga delar och därmed inga förbestämda övningar. Detta öppnar upp för fler möjligheter till övningar på varje enskild modul.

Med Kebne utegym skapar man även en social samlingsplats eftersom dess trädäck är i standard sitthöjd.

**Läs mer och se vår film här!**



Att träna på ett Kebnegym skiljer sig från många andra utegym med rörliga delar. Här är det utövaren själv som reglerar motstånd och svårighetsgrad genom att placera sig i olika vinklar gentemot modulerna.

*Ovan:  
Stänger placerade på olika höjd erbjuder samma övning till olika personer, här exemplifierat med en rygg- och bicepsövning. Den som vill utmana väljer det lägre alternativet vilket innebär en större motvikt av den egna kroppen.*





Det finns tydliga instruktioner för att träna på Kebne vilket Nola tagit fram.

## Underhåll

Kebne kräver minimalt underhåll på grund av en robust stålkonstruktion utan rörliga delar. Detta bidrar till mindre slitage i utomhusmiljö.

För att ytterligare minska behovet av underhåll är Kebne till viss del klädd med Accoyaträ. Accoyaträ är känt för att stå emot väder och vind i många år utan någon form av underhåll på grund av dess genomgående och miljövänliga behandling. Träet genomgår en patenterad process där det i korta drag först torkas för att sedan sänkas ned i en industriell ättika.

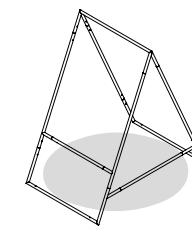
För mer info se: [www.ceos.se](http://www.ceos.se)

## Montering

Beroende på situation kan modulerna i Kebne monteras fast direkt på lämpliga underlag. I grön- eller naturområden installeras möblerna på konventionellt vis genom markgjutning och bultning.

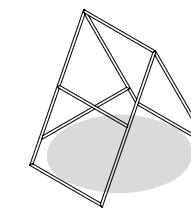
Marken under möblerna kan beredas på flera olika sätt, exempelvis med träflis, sand eller konstgräs med fallskyddsmaterial så att underlaget blir stötdämpande och motverkar markslitage och vattensamlingar.

För teknisk information se: [www.nola.se](http://www.nola.se)



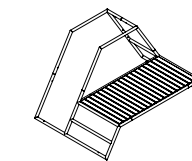
**Modul 1**  
Höjd: 240 cm  
Bredd: 210 cm  
Djup: 140 cm

Svängradie  
för rullstol:  
150 x 140 cm

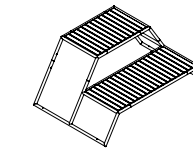


**Modul 2**  
Höjd: 210 cm  
Bredd: 210 cm  
Djup: 140 cm

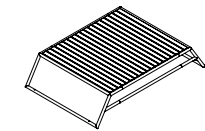
Svängradie  
för rullstol:  
150 x 140 cm



**Modul 3**  
Höjd: 115 cm  
Bredd: 210 cm  
Djup: 140 cm



**Modul 4**  
Höjd: 90 cm  
Bredd: 210 cm  
Djup: 140 cm



**Modul 5**  
Höjd: 45 cm  
Bredd: 210 cm  
Djup: 140 cm



**Skylt**  
Höjd: 210 cm  
Bredd: 42,2 cm



RAL 7016



RAL 1023



RAL 3009

Tre valfria standardfärger  
Specialfärg är möjligt mot tilläggskostnad







# Paketlösningar

Med paketlösningarna *Kebne Small*, *Medium* och *Large* erbjuder vi färdiga paket med *Kebne* träningsmoduler, fallskyddsmaterial som uppfyller kraven i SS:EN 16630 samt konstgräs

från *ScanTurf*. En träsarg ramar in anläggningen.

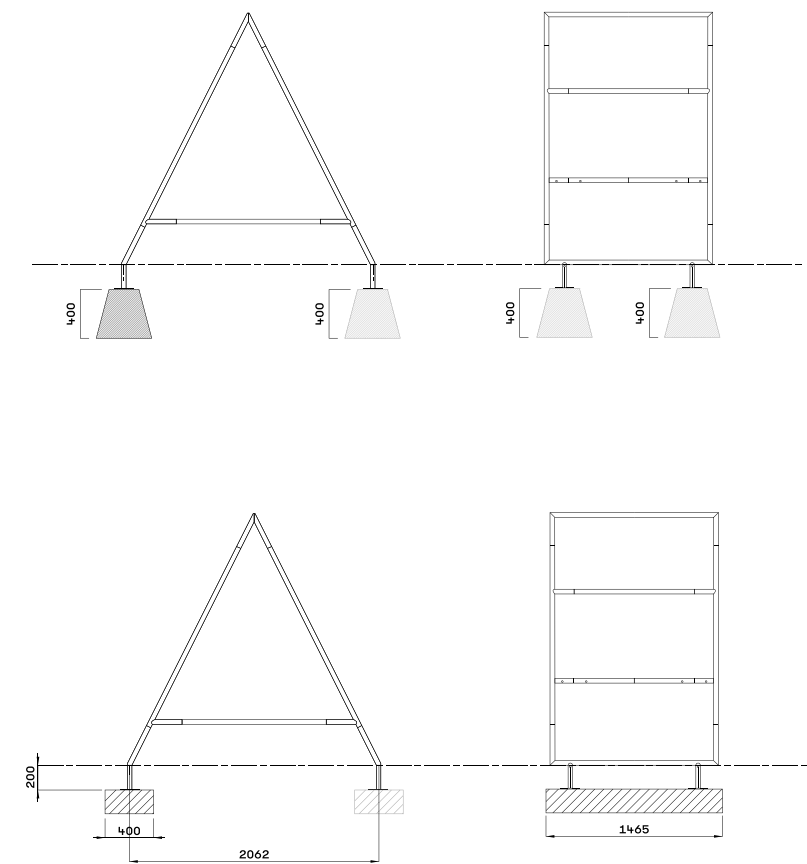
Frakt, montering och anläggningskostnad tillkommer.

## Uppförande

Podiet byggs ihop av anläggare. Nola levererar Moduler, färdigkapade längder SIOO behandlad träram i limträbalk samt konstgräs från *ScanTurf*. Monteringsinstruktioner av *Kebne* modulerna och ramen, samt trallskruv och vinkelbeslag för ihopmontering av träramen medföljer vid leverans.

## Alternativa fundament

Förankring av träningsmodulerna sker 20cm under marknivå i fundament. Nedan illustrationer är endast rekommendationer. Det är anläggarens ansvar att installation av moduler och dimensionering av fundamenten sker på korrekt vis enligt platsens förhållande. Vi erbjuder även alternativa beslag för fastsättning i marknivå.







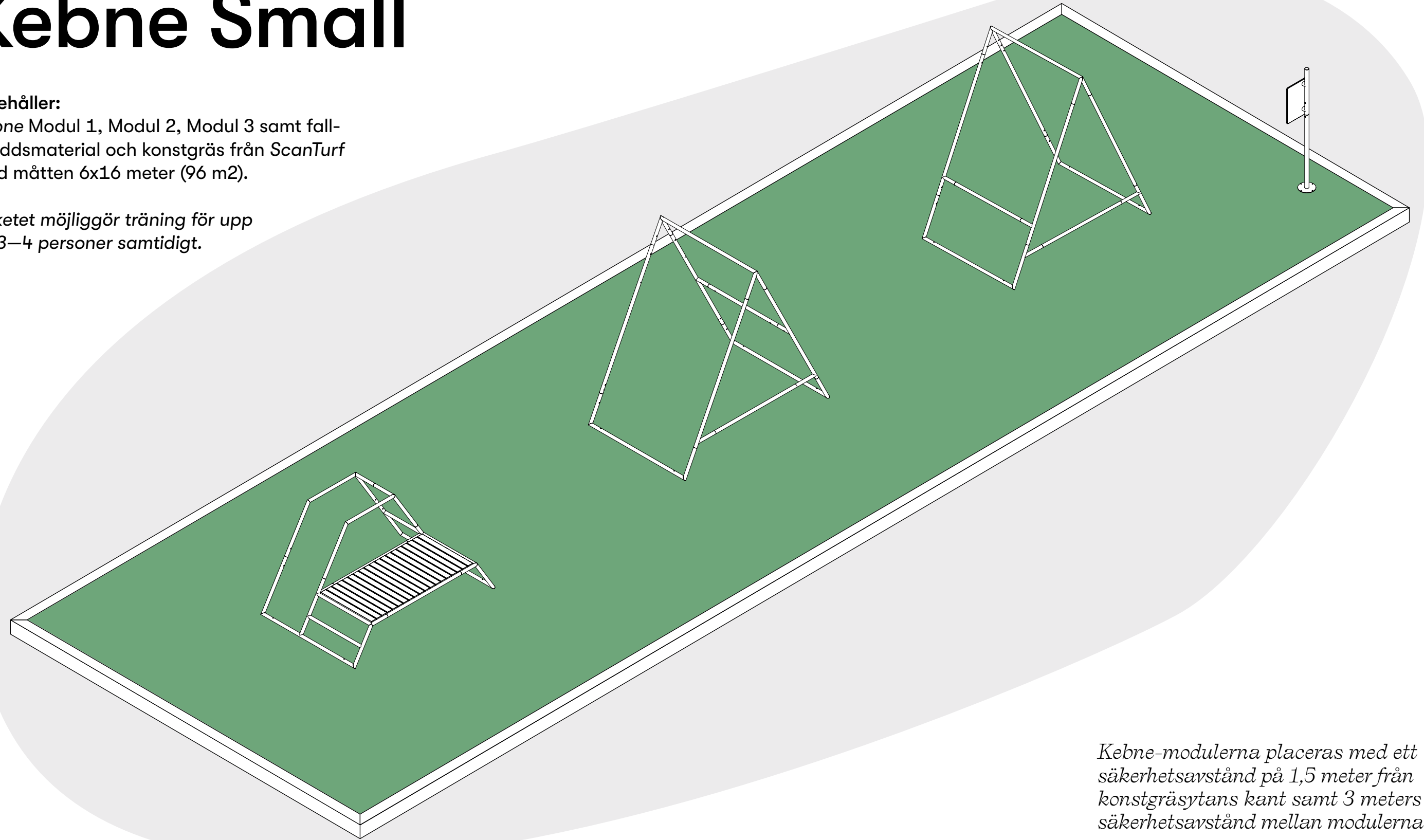


# Kebne Small

## Innehåller:

Kebne Modul 1, Modul 2, Modul 3 samt fallskyddsmaterial och konstgräs från ScanTurf med måtten 6x16 meter (96 m<sup>2</sup>).

Paketet möjliggör träning för upp till 3–4 personer samtidigt.



*Kebne-modulerna placeras med ett säkerhetsavstånd på 1,5 meter från konstgräsykans kant samt 3 meters säkerhetsavstånd mellan modulerna.*

Begär offert:

**offert@nola.se**

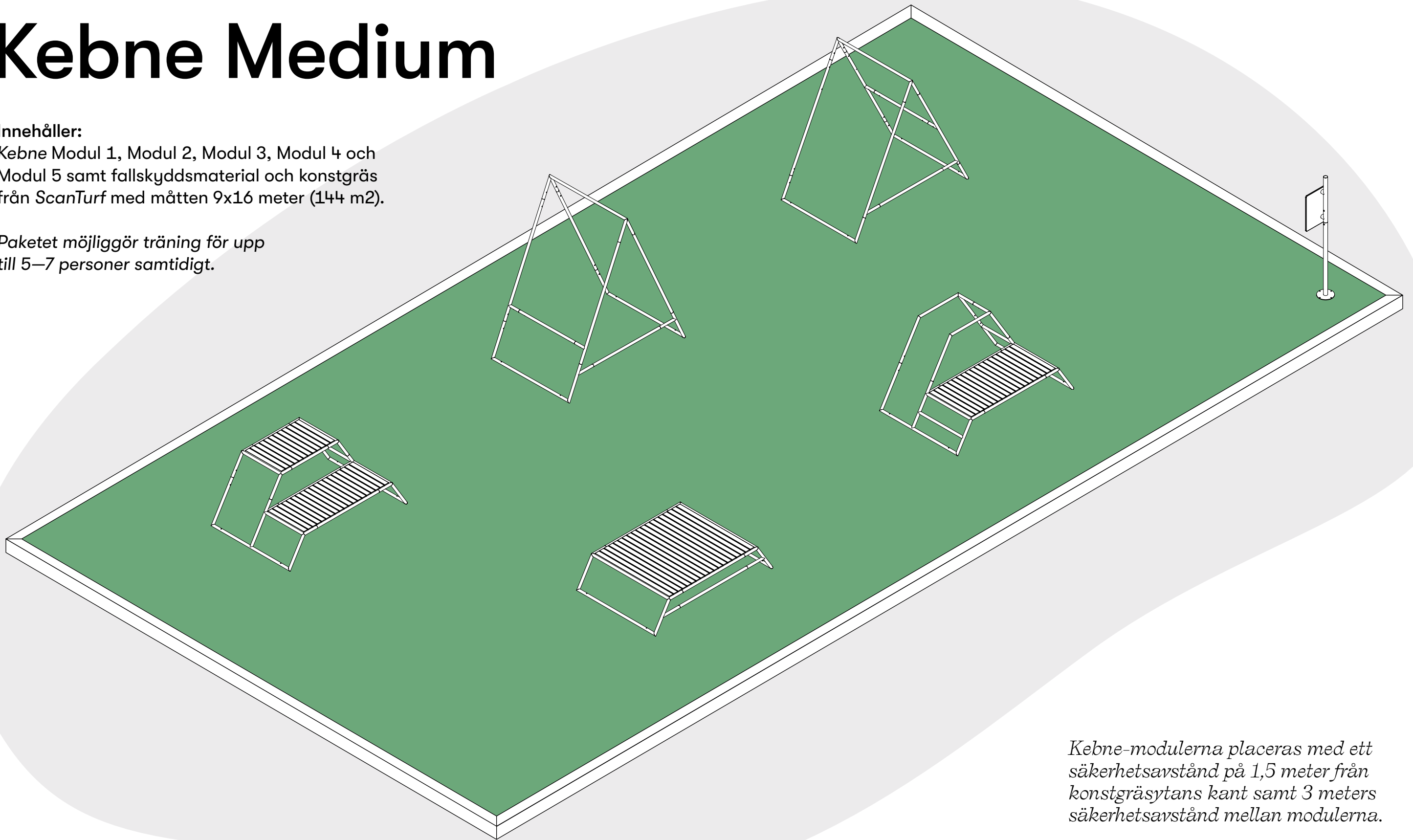


# Kebne Medium

## Innehåller:

Kebne Modul 1, Modul 2, Modul 3, Modul 4 och Modul 5 samt fallskyddsmaterial och konstgräs från ScanTurf med måtten 9x16 meter (144 m<sup>2</sup>).

Paketet möjliggör träning för upp till 5–7 personer samtidigt.



*Kebne-modulerna placeras med ett säkerhetsavstånd på 1,5 meter från konstgräsykans kant samt 3 meters säkerhetsavstånd mellan modulerna.*

Begär offert:

**offert@nola.se**

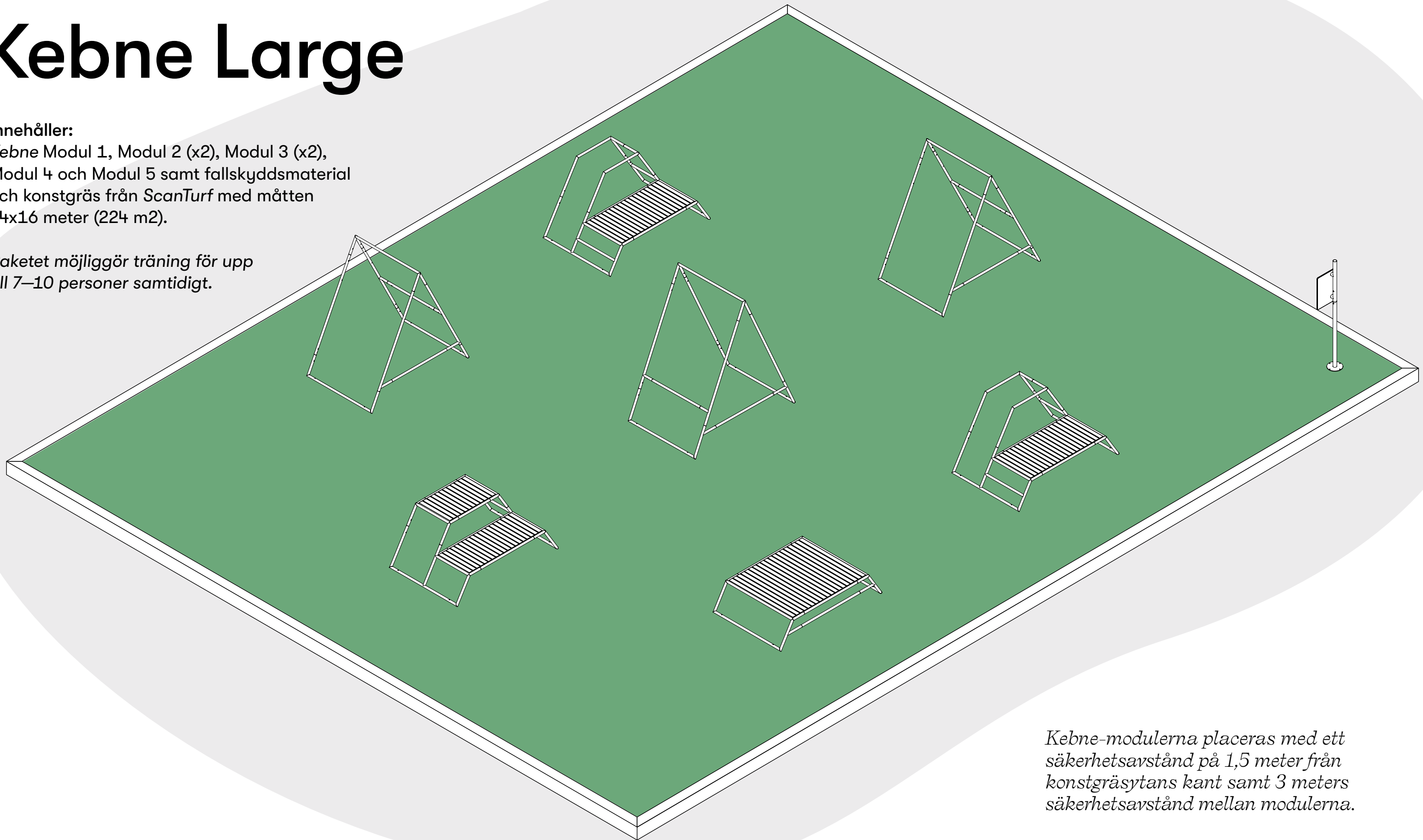


# Kebne Large

## Innehåller:

Kebne Modul 1, Modul 2 (x2), Modul 3 (x2), Modul 4 och Modul 5 samt fallskyddsmaterial och konstgräs från ScanTurf med måtten 14x16 meter (224 m<sup>2</sup>).

Paketet möjliggör träning för upp till 7–10 personer samtidigt.



*Kebne-modulerna placeras med ett säkerhetsavstånd på 1,5 meter från konstgräsyttans kant samt 3 meters säkerhetsavstånd mellan modulerna.*

Begär offert:

**offert@nola.se**



# Kompletterande produkter



## Parco Möbelgrupp

Möbelserien Parco består av stilfulla och generösa möbler av hög kvalitet som ger ett lätt intryck. Den böjda formen gör dem både bekväma och funktionella. Serien finns i en mängd olika modeller och varianter som smidigt kan kombineras med varandra.

Snurr-funktion och armstöd finns som tillägg för sittmöblerna.

Parco möbelgrupp har blivit godkänd i *Svanens Husportal* (furu, ek) och är miljöbedömd via *Byggvarubedömningen* och *SundaHus*.

## Örebro Cykelställ

Örebro är ett enkelt och praktiskt cykelställ, som passar in i de flesta miljöer och kan väljas som enkelt- eller dubbelsidigt. Välj ytbehandling efter miljö och smak – varmförzinkat, alternativt varmförzinkat och svartlackerat. Cykelstället kan fås med inkörningsvinkel vänster, rakt fram eller höger. Standardlängd är 250 cm. Andra längder går att beställa liksom specialkulörer vid behov.

Örebro cykelställ har blivit miljöbedömt och godkänt via *Byggvarubedömningen* och *Sunda Hus*.



## Frame Papperskorg

Papperskorgen Frame är rymlig och har en modern, enkel form med ett tak integrerat i korgen. Skräp töms smidigt genom att öppna dörren på korgens ena sida. Frame finns i två olika storlekar om 120 eller 240 liter, med eller utan integrerad askkopp samt med brickbord. Frame finns också som planteringskärl.

Frame är miljöbedömd via *Byggvarubedömningen*.





## Kontakt

*Produktutveckling:*  
Stockholm

Nola Industrier AB  
Blekingegatan 26  
118 56 Stockholm  
Tel: +46(0)8-702 19 60  
[headoffice@nola.se](mailto:headoffice@nola.se)

*Order/offert/export:*  
Malmö

Neptunigatan 74  
211 18 Malmö  
Tel: +46(0)40-17 11 90  
[order@nola.se](mailto:order@nola.se)  
[offert@nola.se](mailto:offert@nola.se)

[nola.se](http://nola.se)

nola®