



# NOORD

FITNESS

---



## TRÆNINGSPREDSKABER

### NOORD – SPIRERNE

Danske NOORD står bag Spirerne, som er trænings- og udstrækningsredskaber til det offentlige rum. Med Spirerne åbnes der op for en aktiv hverdag, når det passer dig – naturen er åben for alle og holder aldrig lukket. Man har dermed frihed til at tilrettelægge sin træning alt efter tid, lyst og evne. Konceptet bygger på træningsformen "calisthenics", hvor man udelukkende bruger kroppens egenvægt som ballast. På den måde mindskes risikoen for overbelastning, og alle på tværs af alder og niveau kan være med og får noget ud af træningen.

Træningsområdet bliver et naturligt omdrejningspunkt for løbeturen med mulighed for udstrækning og træningspas, hvilket gør det let at følge Sundhedsstyrelsens anbefaling om 30 minutters daglig træning. Spirernes organiske design er inspireret af naturens egne elementer og implementeres derfor let i alle urbane miljøer.

-  **DANSK DESIGN**
-  **DANSK PRODUKTION**
-  **GRATIS 3D-VISUALISERING**
-  **180 STANDARDFARVER**
-  **IHT. EN 16630**
-  **INGEN BEVÆGELIGE DELE**
-  **LANG LEVETID**
-  **LAV DRIFT & VEDLIGEHOLDELSE**



## ET SPIRENDE KONCEPT

De arkitektoniske træningsredskabers design sikrer minimal vedligeholdelse ved ikke at have nogen bevægelige dele. De skal hverken smøres, pudses eller efterspændes. Ved hvert træningsområde findes et vejledningsskilt forsynet med en illustrativ anvendelsesvejledning samt en QR-kode, som man kan scanne og få de forskellige øvelser vist.

Med Spirerne er det let at sammensætte og designe sit eget unikke træningsområde – selv farven på redskaberne er det muligt at tilpasse.

Vi vægter sikkerheden højt. Alle redskaber lever derfor op til reglerne inden for DS/EN 16630.

## DANSK DESIGN & MILJØ I FOKUS

Vi bakker op om dansk erhvervsliv og har derfor valgt at holde produktionen i landet. Den lokale produktion og kortere transport nedsætter udledningen af CO<sup>2</sup>.

For at beskytte miljøet mest muligt har vi valgt at benytte en miljøvenlig vandbaseret proces til at rustbeskytte vores produkter. Denne overfladebehandling beskytter stålet både ind- og udvendig og udleder praktisk talt ingen tungmetaller. Vi bruger et lukket kredsløb i produktionen, hvilket giver +90% genvinding og materialeudnyttelse.

De brugte materialer er nøje udvalgt til at modstå det nordiske klima, og der opnås dermed en lang levetid.



## VI SÆTTER KULØR PÅ DIN FITNESSPARK

Vi har hos NOORD stor fokus på at skabe levende og inspirerende miljøer, der er tilpasset omgivelserne. Vi tilbyder derfor redskaberne i en bred vifte af flotte UV-stabile RAL-farver, så du opnår det helt rette udtryk – og det, uden at det koster ekstra.

## IDÉOPLÆG



Ønsker du hjælp i forhold til design af et område eller valg af redskaber, så står vi altid til rådighed med sparring og 3D-visualisering. Vi vil gerne involveres fra projektets begyndelse og deler gerne ud af vores erfaringer. Se flere idéoplæg under *opstillingsforslag* på [noord.dk](http://noord.dk). På hjemmesiden findes ligeledes licitationstekst, DWG-filer samt teknisk data på samtlige redskaber.



## LAD OS HJÆLPE MED ETABLERING

Vi ønsker at gøre det let for vores kunder og står gerne for den fulde entrepris – fra skitse til færdige opstilling. Vi arbejder i øjenhøjde, og du er med hele vejen.

	<p><b>Mål:</b> B65 x D18 x H11 cm</p> <p><b>Materiale:</b> Stål</p> <p><b>Korrosionsklasse:</b> C4</p> <p><b>Overfladebehandling:</b> Rustbeskyttet og pulverlakeret</p> <p><b>Spirer 110</b> Produkt nr.: no-001</p>
	<p><b>Mål:</b> B65 x D36 x H70 cm</p> <p><b>Materiale:</b> Stål</p> <p><b>Korrosionsklasse:</b> C4</p> <p><b>Overfladebehandling:</b> Rustbeskyttet og pulverlakeret</p> <p><b>Spirer 700</b> Produkt nr.: no-002</p>
	<p><b>Mål:</b> B75 x D54 x H25/45/60 cm</p> <p><b>Materiale:</b> Stål</p> <p><b>Korrosionsklasse:</b> C4</p> <p><b>Overfladebehandling:</b> Rustbeskyttet og pulverlakeret</p> <p><b>Spirer Box</b> Produkt nr.: no-003/no-004/no-005</p>
	<p><b>Mål:</b> B65 x D42 x H90 cm</p> <p><b>Materiale:</b> Stål</p> <p><b>Korrosionsklasse:</b> C4</p> <p><b>Overfladebehandling:</b> Rustbeskyttet og pulverlakeret</p> <p><b>Spirer 900</b> Produkt nr.: no-006</p>
	<p><b>Mål:</b> B65 x D70 x H90 cm</p> <p><b>Materiale:</b> Stål</p> <p><b>Korrosionsklasse:</b> C4</p> <p><b>Overfladebehandling:</b> Rustbeskyttet og pulverlakeret</p> <p><b>Spirer GHD</b> Produkt nr.: no-007</p>
	<p><b>Mål:</b> B220 x D130 x H110 cm</p> <p><b>Materiale:</b> Stål</p> <p><b>Korrosionsklasse:</b> C4</p> <p><b>Overfladebehandling:</b> Rustbeskyttet og pulverlakeret</p> <p><b>Spirer Parallel Barre</b> Produkt nr.: no-008</p>
	<p><b>Mål:</b> B90 x D60 x H180 cm</p> <p><b>Materiale:</b> Stål</p> <p><b>Korrosionsklasse:</b> C4</p> <p><b>Overfladebehandling:</b> Rustbeskyttet og pulverlakeret</p> <p><b>Spirer 1800</b> Produkt nr.: no-009</p>
	<p><b>Mål:</b> B90 x D60 x H230 cm</p> <p><b>Materiale:</b> Stål</p> <p><b>Korrosionsklasse:</b> C4</p> <p><b>Overfladebehandling:</b> Rustbeskyttet og pulverlakeret</p> <p><b>Spirer 2300</b> Produkt nr.: no-010</p>

	<p><b>Mål:</b> B120 x D200 x H230 cm</p> <p><b>Materiale:</b> Stål</p> <p><b>Korrosionsklasse:</b> C4</p> <p><b>Overfladebehandling:</b> Rustbeskyttet og pulverlakeret</p> <p><b>Spirer Monkey</b> Produkt nr.: no-011</p>
	<p><b>Mål:</b> B56 x D200 x H58 cm</p> <p><b>Materiale:</b> Stål</p> <p><b>Korrosionsklasse:</b> C4</p> <p><b>Overfladebehandling:</b> Rustbeskyttet og pulverlakeret</p> <p><b>Spirer Incline Bench</b> Produkt nr.: no-012</p>
	<p><b>Mål:</b> B56 x D200 x H45 cm</p> <p><b>Materiale:</b> Stål</p> <p><b>Korrosionsklasse:</b> C4</p> <p><b>Overfladebehandling:</b> Rustbeskyttet og pulverlakeret</p> <p><b>Spirer Straight Bench</b> Produkt nr.: no-013</p>
	<p><b>Mål:</b> B65 x D30 x H130 cm</p> <p><b>Materiale:</b> Stål</p> <p><b>Korrosionsklasse:</b> C4</p> <p><b>Overfladebehandling:</b> Rustbeskyttet og pulverlakeret</p> <p><b>Spirer Sign</b> Produkt nr.: no-014</p>
	<p><b>Mål:</b> B65 x D85 x H45 cm</p> <p><b>Materiale:</b> Stål</p> <p><b>Korrosionsklasse:</b> C4</p> <p><b>Overfladebehandling:</b> Rustbeskyttet og pulverlakeret</p> <p><b>Spirer Mini Parallel</b> Produkt nr.: no-015</p>
	<p><b>Mål:</b> B180 x D70 x H76 cm</p> <p><b>Materiale:</b> Stål</p> <p><b>Korrosionsklasse:</b> C4</p> <p><b>Overfladebehandling:</b> Rustbeskyttet og pulverlakeret</p> <p><b>Spirer Park Bench</b> Produkt nr.: no-016</p>
	<p><b>Mål:</b> Ø35/Ø50/Ø65 cm</p> <p><b>Materiale:</b> Stål og EPDM gummi</p> <p><b>Korrosionsklasse:</b> C4</p> <p><b>Overfladebehandling:</b> Rustbeskyttet og pulverlakeret</p> <p><b>Pilates</b> Produkt nr.: no-017/no-018/no-019</p>
	<p><b>Mål:</b> Ø75/Ø100/Ø150 cm x H45 cm</p> <p><b>Materiale:</b> Stål og EPDM gummi</p> <p><b>Korrosionsklasse:</b> C4</p> <p><b>Overfladebehandling:</b> Rustbeskyttet og pulverlakeret</p> <p><b>Plateau</b> Produkt nr.: no-023/no-024/no-025</p>



GJELLERUP / HERNING



## DET SPIRER I HERNING

Gjellerup øst for Herning har fået et træningsareal. De syv Spirer er opstillet i en cirkelformation, som danner et flot, skulpturelt udtryk. Under Spirerne er udlagt 70 m<sup>2</sup> helstøbt gummi, der sikrer en god komfort og forstærker den samlede helhedsoplevelse.

Det helstøbte gummiunderlag fåes i et utal af farver og som genbrugs materiale. Vand passerer let gennem den permeable, fleksible og næsten vedligeholdelsesfrie overflade, så man undgår vandpytter. Det er en slidstærk belægningsløsning til områder, hvor leg og sport er i fokus.

Find flere belægningsløsninger i vores belægningskatalog eller på vores hjemmeside [noord.dk](http://noord.dk).



/OMRÅDER



ROSKILDE

## ROSKILDE GYMNASIUM

Roskilde Gymnasium vægter de unges sundhed højt og har derfor fået opstillet et træningsområde med hjælp fra vores dygtige team. I den plekterformede belægning fremgår gymnasiets logo, hvilket giver et personligt og unikt udtryk.

Den enkle opstilling blander flot ind i de historiske omgivelser nær Roskilde Domkirken.

/OMRÅDER



## TRÆN MED NOORD

Vi har udviklet træningsprogrammer, som man let får adgang til via sin mobiltelefon. QR-koden, der findes på alle vejledningsskilte, fører ind til seks træningsvideoer; et opvarmningsprogram, et udstrækningsprogram og fire træningsprogrammer på forskellige niveauer. Hensigten med videoerne er at give brugerne inspiration til den daglige træning.

### TRÆNINGS- OG UDSTRÆKNINGSSPIREN

**Lad kroppen hænges udstrakt i Spiren.** Træk dig op til ryggen er på niveau med ørene. Hold kroppen vandret og se lige frem. Hænderne sidder på hofterne.

**Lad kroppen hænges udstrakt i Spiren.** Træk kroppen op mod brystet og væk fra ryggen. Hænderne sidder på hofterne.

**Bøj i knæene så du ikke rører jorden op.** Træk kroppen op mod brystet og væk fra ryggen. Hænderne sidder på hofterne.

**Træk dig selv op så du ikke rører jorden.** Løft kroppen op til du er i en ret linje. Hænderne sidder på hofterne.

**Placer hænderne med skulderbredden fra hinanden.** Løft dig op og hold ryggen lige. Hænderne sidder på hofterne.

**Placer hænderne på Spiren med et skulderbreddes afstand. Se på knæene med ryggen og se lige frem. Hold albuerne i linje med ryggen.**

**Placer hænderne på Spiren med en skulderbreddes afstand. Se på knæene med ryggen og se lige frem. Hold albuerne i linje med ryggen.**

**Placer hænderne på Spiren og hænderne i skulderbreddes afstand. Se på knæene med ryggen og se lige frem. Hold albuerne i linje med ryggen.**

**Placer hænderne på Spiren og hænderne i skulderbreddes afstand. Se på knæene med ryggen og se lige frem. Hold albuerne i linje med ryggen.**

**Placer hænderne på Spiren med skulderbreddes afstand. Se på knæene med ryggen og se lige frem. Hold albuerne i linje med ryggen.**

**Placer dig med ryggen mod Spiren. Hold ryggen lige og se lige frem. Hænderne sidder på hofterne.**

**Placer dig med ryggen mod Spiren. Hold ryggen lige og se lige frem. Hænderne sidder på hofterne.**

**Placer dig med ryggen mod Spiren. Hold ryggen lige og se lige frem. Hænderne sidder på hofterne.**

**Placer dig med ryggen mod Spiren. Hold ryggen lige og se lige frem. Hænderne sidder på hofterne.**

**Placer dig med ryggen mod Spiren. Hold ryggen lige og se lige frem. Hænderne sidder på hofterne.**

**Placer dig med ryggen mod Spiren. Hold ryggen lige og se lige frem. Hænderne sidder på hofterne.**

**Placer dig med ryggen mod Spiren. Hold ryggen lige og se lige frem. Hænderne sidder på hofterne.**

**Placer dig med ryggen mod Spiren. Hold ryggen lige og se lige frem. Hænderne sidder på hofterne.**

**Placer dig med ryggen mod Spiren. Hold ryggen lige og se lige frem. Hænderne sidder på hofterne.**

**Placer dig med ryggen mod Spiren. Hold ryggen lige og se lige frem. Hænderne sidder på hofterne.**

**Placer dig med ryggen mod Spiren. Hold ryggen lige og se lige frem. Hænderne sidder på hofterne.**

**Placer dig med ryggen mod Spiren. Hold ryggen lige og se lige frem. Hænderne sidder på hofterne.**

**Placer dig med ryggen mod Spiren. Hold ryggen lige og se lige frem. Hænderne sidder på hofterne.**





## FRA FRØ TIL SPIRER

I 2012 etablerede designer, Steffen Svendsen, NOORD efter at have afsluttet sin uddannelse til industriel designer på VIA University College i Herning. Spirerne var hans afgangprodukt.

Mens Steffen var i Herning oplevede man på Brænderigården i Viborg et voksende problem med kunstobjekter installeret i det fri. Et større antal var blevet skæve som resultat af, at motionisterne brugte dem til træning og udstrækning i forbindelse med løb. Hvordan kunne man undgå det i fremtiden?

Man anerkendte, at der var et behov, og på den måde blev Steffens afgangprojekt "at skabe skulpturelle redskaber specifikt udviklet til træning og udstrækning". Personligt ønskede Steffen at ramme et udtryk, som manifestation på den kraft, der spirer frem i os alle, når vi tager hul på et nyt kapitel i livet.

Et frø var plantet, og en Spirer blev til.

# NOORD