

รายละเอียดและราคากลางโครงการจัดหาเครื่องหาเครื่องออกกำลังกายในร่ม

| รายการ ที่ | รายละเอียด/คุณสมบัติ | ราคารวม โดยประมาณ (บาท) |
|---------------|--|----------------------------|
| ๑. | <p>เครื่องชั่งน้ำหนักวิเคราะห์ไขมันส่วนบนและส่วนล่างของร่างกาย จำนวน ๒ เครื่องๆละ ๑๓,๐๐๐ บาท</p> <p><u>คุณลักษณะเฉพาะ</u></p> <ol style="list-style-type: none"> ๑. เป็นเครื่องวัดชีวสัญญาณไฟฟ้าไม่น้อยกว่า ๘ จุด (Tetrapolar ๘-point Tactile Electrode System) คือ เท้าซ้าย ,เท้าขวา ,มือซ้าย และมือขวา ตำแหน่งละ ๒ จุด ๒. ช่วงสัญญาณไฟฟ้าในการตรวจด้วยคลื่นความถี่ (๒๐ kHz, ๑๐๐ kHz) ในการวิเคราะห์ ๕ ส่วนในร่างกาย (แขนขวา , แขนซ้าย , ลำตัว , ขาขวา , ขาซ้าย) ด้วยความแม่นยำในการวัดสูง ๓. สามารถชั่งน้ำหนักได้ในช่วงไม่น้อยกว่า ๑๐ - ๑๕๐ กิโลกรัม ๔. สามารถตั้งค่าส่วนสูงได้ไม่น้อยกว่า ๕๐ - ๓๐๐ เซนติเมตร ๕. ค่าที่วัดได้คือ น้ำหนัก (Weight) , เปอร์เซ็นต์ไขมัน (Body Fat) , มวลกล้ามเนื้อ (Muscle) และ ไขมันในช่องท้อง (Visceral Fat) ๖. วิเคราะห์ไขมันด้วยหลักความต้านกระแสไฟฟ้าในร่างกาย (BIA) ๗. มีความสะดวกรวดเร็ว และแม่นยำในการวัด โดยใส่ข้อมูลเฉพาะส่วนสูง เพียงค่าเดียว (ไม่ต้องกรอกข้อมูล เพศ และอายุ) ๘. สามารถเชื่อมต่อกับแอปพลิเคชัน ผ่านระบบบลูทูธ (Bluetooth) เพื่อการติดตามผลได้สะดวกและเก็บข้อมูลได้ต่อเนื่องโดยแสดงผล ค่ามวลไขมัน (Fat mass) และ คีชีนีมวลกาย (BMI) ด้วย ๙. ผลิตจากโรงงานที่มีหนังสือรับรองมาตรฐาน ISO หรือ CE หรือ มาตรฐานสากล ๑๐. เพื่อประโยชน์ต่อทางราชการในด้านการให้ด้านข้อมูลผลิตภัณฑ์และในการตรวจทดลองสินค้า ผู้เสนอราคาต้องนำอุปกรณ์ที่ใช้เป็นตัวอย่างหรือตรวจทดลองสินค้า จำนวน ๑ ชุด มาประกอบการพิจารณาในวันและเวลาที่กำหนด | ๒๖,๐๐๐ |
| ๒. | <p>ลู่วิ่งไฟฟ้า จำนวน ๒ เครื่องๆละ ๑๖๙,๐๐๐ บาท</p> <p><u>คุณลักษณะเฉพาะ</u></p> <ol style="list-style-type: none"> ๑. มอเตอร์แบบ AC ขนาดไม่น้อยกว่า ๕.๕ แรงม้า ๒. ความเร็วไม่น้อยกว่า ๐.๘- ๒๕.๐ กิโลเมตรต่อชั่วโมง มีปุ่ม Speed key เลือกความเร็วอัตโนมัติได้ไม่น้อยกว่า ๖ ระดับ ๓. ปรับความชันด้วยระบบไฟฟ้า ๐-๒๒% มีปุ่ม Incline key เลือกความชันอัตโนมัติที่ระดับ ไม่น้อยกว่า ๖ ระดับ ๔. รองรับน้ำหนักตัวผู้ใช้งานไม่น้อยกว่า ๑๘๐ กิโลกรัม ๕. ขนาดพื้นที่วิ่งมีขนาดไม่น้อยกว่า ๕๕ x ๑๕๕ เซนติเมตร ๖. มีระบบหยุดฉุกเฉินเพื่อความปลอดภัยขณะออกกำลังกาย (Safety key) ๗. มีที่วางสิ่งของและขวดน้ำ ๘. โครงสร้างแข็งแรงทนทาน ๙. มีระบบรองรับแรงกระแทก ป้องกันการบาดเจ็บข้อต่อขณะออกกำลังกาย ๑๐. มีระบบฉีดสารหล่อลื่นให้สายพาน เพื่อยืดอายุการใช้งานของอุปกรณ์ให้คงทน ๑๑. ระบบวัดอัตราการเต้นหัวใจวัดอัตราการเต้นของหัวใจแบบมือจับอยู่บริเวณราวจับด้านหน้า เพื่อความสะดวกและความเหมาะสมกับข้อมือในการจับ | ๓๓๘,๐๐๐ |

| | | |
|-----------|---|----------------|
| | <p>๑๒. มีโปรแกรมการใช้งาน ได้แก่ โปรแกรมผู้ใช้ปรับเอง (Manual) , โปรแกรมตั้งเป้าหมายไม่น้อยกว่า ๓ โปรแกรม , โปรแกรมสำเร็จรูปไม่น้อยกว่า ๒๓ โปรแกรม , โปรแกรมผู้ใช้สร้างเอง (User) ไม่น้อยกว่า ๓ โปรแกรม , โปรแกรมควบคุมหัวใจ ไม่น้อยกว่า ๒ โปรแกรม , โปรแกรมวัดไขมันในร่างกาย เป็นอย่างน้อย</p> <p>๑๓. หน้าจอแสดงผล (LCD) แสดงข้อมูลไม่น้อยกว่า ระยะเวลา , ระยะทาง , โปรแกรม , แคลอรี , ชีพจร , ความชัน , ความเร็ว และไขมันในร่างกาย Body fat</p> <p>๑๔. มีพัดลมระบายความร้อน, มีลำโพง , ช่องเชื่อมต่อหูฟัง</p> <p>๑๕. มีหนังสือแต่งตั้งตัวแทนจำหน่ายจากผู้ผลิต</p> <p>๑๖. ผลิตจากโรงงานที่มีหนังสือรับรองมาตรฐาน ISO หรือ CE หรือ EN</p> <p>๑๗. เพื่อประโยชน์ต่อทางราชการในด้านการให้ด้านข้อมูลผลิตภัณฑ์และในการตรวจทดลองสินค้า ผู้เสนอราคาต้องนำอุปกรณ์ที่ใช้เป็นตัวอย่างหรือตรวจทดลองสินค้า จำนวน ๑ ชุด มาประกอบการพิจารณาในวันและเวลาที่กำหนด</p> | |
| <p>๓.</p> | <p>จักรยานงานปั่น จำนวน ๑ เครื่อง คุณลักษณะเฉพาะ</p> <p>๑. ตัวเครื่องขนาดความกว้างไม่น้อยกว่า ๕๕ เซนติเมตร ยาวไม่น้อยกว่า ๑๒๐ เซนติเมตร สูงไม่น้อยกว่า ๑๑๐ เซนติเมตร</p> <p>๒. โครงสร้างหลักของเครื่องออกกำลังกาย ทำมาจากเหล็ก งานปั่นทำจากอลูมิเนียม มีขนาดเส้นผ่าศูนย์กลางไม่น้อยกว่า ๓๐ เซนติเมตร</p> <p>๓. สามารถปรับความฝืดแบบเกียร์คันโยกได้ ไม่น้อยกว่า ๒๔ ระดับ ด้วยแรงต้านทานระบบแม่เหล็กถาวร</p> <p>๔. มือจับหุ้มด้วยวัสดุกันลื่น เพื่อให้เหมาะสมกับสรีระร่างกาย</p> <p>๕. เบาะนั่งทำจากวัสดุอย่างดี สามารถปรับระดับความสูงได้ตามสรีระของร่างกาย ไม่น้อยกว่า ๑๗ ระดับ และสามารถปรับระยะห่างใกล้-ไกล ได้ไม่น้อยกว่า ๗ ระดับ</p> <p>๖. หน้าจอเป็นแบบ LCD ขนาดไม่น้อยกว่า ๕ x ๑๑ เซนติเมตร สามารถแสดงผลการทำงานได้ดังนี้ (จำนวนรอบต่อนาที , กำลังงานที่ปั่นเป็นวัตต์, กิโลแคลอรี, อัตราการเต้นหัวใจ, เวลา ความหนัก (เกียร์) และระยะทาง)</p> <p>๗. ตัวถ่วงน้ำหนักงานหมุน (Flywheel) อยู่ด้านหลัง ทำจากอลูมิเนียม มีขนาดเส้นผ่าศูนย์กลางไม่น้อยกว่า ๓๘ เซนติเมตร</p> <p>๘. เป็นอุปกรณ์ใช้ในคลับที่มีคุณสมบัติสูง แข็งแรงทนทานใช้งานได้ต่อเนื่องยาวนาน สามารถรองรับผู้ใช้งานได้เป็นจำนวนมาก</p> <p>๙. มีหนังสือแต่งตั้งตัวแทนจากผู้ผลิต</p> <p>๑๐. ผลิตจากโรงงานที่มีหนังสือรับรองมาตรฐาน ISO หรือ CE หรือ EN</p> <p>๑๑. เพื่อประโยชน์ต่อทางราชการในด้านการให้ด้านข้อมูลผลิตภัณฑ์และในการตรวจทดลองสินค้า ผู้เสนอราคาต้องนำอุปกรณ์ที่ใช้เป็นตัวอย่างหรือตรวจทดลองสินค้า จำนวน ๑ ชุด มาประกอบการพิจารณาในวันและเวลาที่กำหนด</p> | <p>๑๔๔,๐๐๐</p> |
| <p>๔.</p> | <p>จักรยานนั่งพิง จำนวน ๒ เครื่องๆละ ๖๙,๐๐๐ บาท คุณลักษณะเฉพาะ</p> <p>๑. โครงสร้างตัวถังทำจากพลาสติก ABS (High Impact ABS plastic) และโครงเหล็กอบแข็ง เคลือบสารกันสนิมอย่างดี หรือ วัสดุที่มีคุณภาพเท่ากันหรือดีกว่า</p> <p>๒. ปรับความหนืดด้วยระบบแม่เหล็กถาวร สามารถปรับแรงต้านได้ไม่น้อยกว่า ๓๒ ระดับ</p> | <p>๑๓๘,๐๐๐</p> |

| | | |
|----|--|----------|
| | <p>๓. มีโปรแกรมการใช้งานไม่น้อยกว่า ๒๔ โปรแกรม ได้แก่ โปรแกรมการออกกำลังกายแบบปรับเอง (Manual) , โปรแกรมการออกกำลังกายแบบสำเร็จรูป ไม่น้อยกว่า ๑๑ โปรแกรม , โปรแกรมควบคุมวัตต์ (Watt Control) , โปรแกรมควบคุมความหนักด้วยอัตราการเต้นหัวใจ (HRC) ไม่น้อยกว่า ๕ โปรแกรม , โปรแกรมผู้ใช้สร้างเอง (User) ไม่น้อยกว่า ๔ โปรแกรม และโปรแกรมวัดเปอร์เซ็นต์ไขมัน (Body Fat) เป็นอย่างน้อย</p> <p>๔. หน้าจอดิจิทัลแบบ LCD สามารถแสดงผลและค่าได้อย่างชัดเจน ดังนี้ แสดงข้อมูล เวลา, ระยะทาง,ความเร็ว, แคลอรี, ชีพจร, ระดับความหนัก, พลังงาน(วัตต์), การใช้พลังงาน, แบตเตอรี่การใช้งาน และจำนวนรอบต่อนาที (Time, Distance, Speed ,Calorie, Pulse, Level, Power, Met ,Battery, RPM)</p> <p>๕. สามารถนำหน้าจอแสดงผล LCD จักรยานนั่งพิงและเครื่องเดินวงรี มาเป็นคำสั่ง Switch ได้อิสระกับทั้ง ๒ model โดยสามารถติดตั้งแทนหน้าจอที่ฐานของอุปกรณ์ได้ทันทีโดยไม่ต้อง upgrade หรือเปลี่ยนแปลงหน้าจอ</p> <p>๖. หน้าจอ LCD มีแท่นสำหรับวางอุปกรณ์เชื่อมต่อ Smart phone/Tablet ระบบ Android หรือ ระบบ IOS</p> <p>๗. หน้าจอ LCD สามารถเชื่อมต่อ MP๓ ได้โดยมีการรองรับระบบ Bluetooth</p> <p>๘. มีระบบรองรับ CIM (Computer Integrated Menu Function) ผู้ใช้งานสามารถสั่งการหรือบันทึกข้อมูลการใช้งานอุปกรณ์ได้โดยใช้ Smart Phone/Tablet ผ่านระบบปฏิบัติการ Android หรือ ระบบปฏิบัติการ IOS ได้โดยผ่าน Application ที่ทางผู้เสนอราคาจัดหามาให้ เชื่อมต่อกับอุปกรณ์แบบไร้สาย (Bluetooth)</p> <p>๙. มีชุดวัดการเต้นหัวใจแบบมือจับ (Handle Pulse) ติดตั้งที่มือจับ</p> <p>๑๐. สายรัดเท้าสามารถปรับขนาดได้ตามความต้องการ</p> <p>๑๑. สามารถปรับระดับระยะใกล้-ไกล ของเบาะนั่งได้</p> <p>๑๒. รองรับน้ำหนักผู้ใช้งานได้ไม่น้อยกว่า ๑๖๐ กิโลกรัม</p> <p>๑๓. สามารถวัดชีพจรระบบสัมผัส (Handlebar Pulse)</p> <p>๑๔. สามารถวัดการฟื้นตัวของอัตราการเต้นหัวใจ</p> <p>๑๕. ใช้พลังงานจากไฟฟ้า โดยผ่านตัวแปลงกระแสไฟฟ้าและสามารถกำเนิดพลังงานไฟฟ้าด้วยตัวเอง(Self-generating)</p> <p>๑๖. มีโปรแกรมทดสอบสมรรถภาพ (Fittest)</p> <p>๑๗. ผลิตจากโรงงานที่มีหนังสือรับรองมาตรฐาน ISO หรือ CE หรือ EN</p> <p>๑๘. เพื่อประโยชน์ต่อทางราชการในด้านการให้ด้านข้อมูลผลิตภัณฑ์และในการตรวจทดลองสินค้า ผู้เสนอราคาต้องนำอุปกรณ์ที่ใช้เป็นตัวอย่างหรือตรวจทดลองสินค้า จำนวน ๑ ชุด มาประกอบการพิจารณาในวันและเวลาที่กำหนด</p> | |
| ๕. | <p>เครื่องเดินวงรี จำนวน ๒ เครื่องๆละ ๘๕,๐๐๐ บาท</p> <p>คุณลักษณะเฉพาะ</p> <p>๑. โครงสร้างตัวถังทำจากพลาสติก ABS (High Impact ABS plastic) และโครงเหล็กอบแข็ง เคลือบสารกันสนิมอย่างดี หรือ วัสดุที่มีคุณภาพเท่ากันหรือดีกว่า</p> <p>๒. ใช้สำหรับออกกำลังกาย ปรับความผืดได้ ไม่น้อยกว่า ๓๒ ระดับ</p> <p>๓. กำเนิดพลังงานไฟฟ้าด้วยการเดิน (Self-generating)</p> <p>๔. หน้าจอผลแบบ LCD แสดงค่าในหน้าจอเดียวกัน ได้แก่ ระยะเวลา (Time), ระยะทาง (Distance), รอบการปั่น (RPM), วัตต์ (Watt), ความเร็ว (Speed), แคลอรี (Calories), อัตราเต้นหัวใจ (Pulse), อายุ (Age), อัตราเต้นหัวใจเป้าหมาย (Target heart rate)</p> | ๑๓/๐,๐๐๐ |

| | | |
|-----------|---|----------------|
| | <p>๕. มีโปรแกรมการใช้งานไม่น้อยกว่า ๒๔ โปรแกรม ได้แก่ โปรแกรมการออกกำลังกายแบบปรับเอง (Manual) ,โปรแกรมการออกกำลังกายแบบสำเร็จรูป (Preset Program) ไม่น้อยกว่า ๑๒ โปรแกรม , โปรแกรมควบคุมความหนักด้วยอัตราการเต้นหัวใจ (HRC) ไม่น้อยกว่า ๕ โปรแกรม , โปรแกรมผู้ใช้สร้างเอง (User) ไม่น้อยกว่า ๔ โปรแกรม , โปรแกรมควบคุมวัตต์ (Watt Control) , โปรแกรมวัดเปอร์เซ็นต์ไขมัน (Body Fat) เป็นอย่างน้อย</p> <p>๖. สามารถนำหน้าจอแสดงผล LCD เครื่องเดินวงรีและจักรยานนั่งพิง มาเป็นคำสั่ง Switch ได้อิสระกับทั้ง ๒ model โดยสามารถติดตั้งแทนหน้าจอพื้นฐานของอุปกรณ์ได้ทันทีโดยไม่ต้อง upgrade หรือเปลี่ยนแปลง หน้าจอ</p> <p>๗. มีระบบรองรับ CIM (Computer Integrated Menu Function) ผู้ใช้งานสามารถสั่งการหรือบันทึกข้อมูลการใช้งานอุปกรณ์ได้โดยใช้ Smart Phone/Tablet ผ่านระบบปฏิบัติการ Android หรือ ระบบปฏิบัติการ IOS ได้โดยผ่าน Application ที่ทางผู้เสนอราคาจัดหามาให้ เชื่อมต่อกับอุปกรณ์แบบไร้สาย (Bluetooth)</p> <p>๘. สามารถสั่งการหรือบันทึกข้อมูลการใช้งานเครื่องออกกำลังกายโดยใช้ Smart phone / Tablet ระบบ Android หรือ iOS</p> <p>๙. มีช่องเชื่อมต่อสัญญาณเสียง , มีลำโพง</p> <p>๑๐. วัดอัตราการเต้นหัวใจแบบมือจับ (Hand Pulse) และรองรับการวัดอัตราเต้นหัวใจแบบไร้สาย</p> <p>๑๑. สามารถวัดการฟื้นตัวของอัตราการเต้นหัวใจ</p> <p>๑๒. มีโปรแกรมทดสอบสมรรถภาพ (Fittest)</p> <p>๑๓. รับน้ำหนักผู้ใช้ไม่น้อยกว่า ๑๖๐ กิโลกรัม</p> <p>๑๔. ผลิตจากโรงงานที่มีหนังสือรับรองมาตรฐาน ISO หรือ CE หรือ EN</p> <p>๑๕. เพื่อประโยชน์ต่อทางราชการในด้านการให้ด้านข้อมูลผลิตภัณฑ์และในการตรวจทดลองสินค้า ผู้เสนอราคาต้องนำอุปกรณ์ที่ใช้เป็นตัวอย่างหรือตรวจทดลองสินค้า จำนวน ๑ ชุด มาประกอบการพิจารณาในวันและเวลาที่กำหนด</p> | |
| <p>๖.</p> | <p>ชุดฝึกกล้ามเนื้อรวม ๖ สถานี จำนวน ๑ ชุด คุณลักษณะเฉพาะ</p> <p>๑. เครื่องฝึกกล้ามเนื้อ ๖ สถานี โครงสร้างหลักเป็นโครงเหล็กขนาดไม่น้อยกว่า ๒x๒ นิ้ว และ ไม่น้อยกว่า ๒ x ๓ นิ้ว ที่มีความแข็งแรง ทนทาน</p> <p>๒. เบาะทำจากโฟมอย่างดี หุ้มด้วยไวเนล ซึ่งมีความทนทานต่อการฉีกขาด มีขนาดพอเหมาะ นั่งสบาย</p> <p>๓. มีสถานีฝึกต่าง ๆ คือ</p> <p>๓.๑. Bench Press Station สถานีฝึกนั่งดันพร้อมกับการปรับระยะจุดเริ่มต้น (กล้ามเนื้ออก ไหล่ หลังส่วนบน และขา)</p> <p>๓.๒. Cable Station สถานีฝึกดึงพร้อมกับการปรับแขนดึง (กล้ามเนื้อมัดเล็กตามกีฬาพิเศษ และคล้ายการฝึกด้วยคัมเบล)</p> <p>๓.๓. Ab Crunch Station สถานีฝึกกล้ามเนื้อท้อง (กล้ามเนื้อท้อง)</p> <p>๓.๔. Low Pulley Station สถานีฝึกรอกตัวล่าง (กล้ามเนื้อขา แขน และหลังส่วนบน)</p> <p>๓.๕. High Pulley Station สถานีฝึกรอกตัวบน (กล้ามเนื้อแขน และหลังส่วนบน)</p> <p>๓.๖. Leg Extension and Curl Station สถานีฝึกกล้ามเนื้อต้นขา (กล้ามเนื้อต้นขาส่วนหน้า และส่วนหลัง)</p> | <p>๒๘๙,๐๐๐</p> |

| | | |
|-----|--|---------|
| | <p>๔. ออกแบบพิเศษให้ถูกต้องตามหลักการฝึกกล้ามเนื้อ โดยมีน้ำหนักแผ่นรวมไม่น้อยกว่า ๒๐๐ ปอนด์ น้ำหนักย่อยแผ่นละไม่น้อยกว่า ๑๐ ปอนด์ เพื่อให้ผู้ฝึกสามารถเพิ่มน้ำหนักในการฝึกได้ตามความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ และป้องกันการบาดเจ็บจากการเพิ่มน้ำหนักที่มากเกินไป</p> <p>๕. ชุดน้ำหนักฝึกไม่น้อยกว่า ๒๐๐ ปอนด์ จำนวนไม่น้อยกว่า ๒ ชุด ชุดที่ ๑ สำหรับสถานี Cable, Lat pull และ Leg extension ชุดที่ ๒ สำหรับสถานี Bench press</p> <p>๖. สถานีฝึกทำ Leg Extension มีนมล้อคหน้าแข็งที่สามารถปรับให้เข้ากับขาทุกขนาด เพื่อการออกแรงสูงสุดขณะฝึก</p> <p>๗. สามารถปรับระดับและมุมเบาะนั่งและเบาะพิงหลังให้เหมาะสมกับสภาพร่างกายและท่าการฝึก</p> <p>๘. แขนดึงของสถานีฝึก Cable Station สามารถระดับแขนได้หลายท่าฝึกอย่างง่ายด้วยการบีบกลไกเลื่อนแขน</p> | |
| ๓๗. | <p>ดัมเบลแบบปรับได้น้ำหนัก ๑๐-๕๐ ปอนด์ พร้อมชั้นวาง จำนวน ๓ ชุดๆละ ๓๕,๐๐๐ บาท</p> <p><u>คุณลักษณะเฉพาะ</u></p> <p>๑. ดัมเบลแบบปรับน้ำหนักได้ น้ำหนักรวมข้างละ ๕๐ ปอนด์</p> <p>๒. สามารถเลือกน้ำหนักที่ต้องการโดยใช้ สลักเสียบเลือกน้ำหนักที่ต้องการ</p> <p>๓. สามารถปรับน้ำหนักได้ตั้งแต่ ๑๐, ๑๕, ๒๐, ๒๕, ๓๐, ๓๕, ๔๐, ๔๕ และ ๕๐ ปอนด์</p> <p>๔. ชั้นวางสามารถวางดัมเบลได้ไม่น้อยกว่า ๒ อัน บริเวณฐานรองดัมเบล เป็นเหล็กมียางรองเพื่อป้องกันการกระแทก ชั้นวางมีความมั่นคงแข็งแรง</p> | ๑๐๕,๐๐๐ |
| ๔. | <p>เก้าอี้ยกน้ำหนักแบบปรับขึ้นลง จำนวน ๒ ตัวๆละ ๑๓,๐๐๐ บาท</p> <p><u>คุณลักษณะเฉพาะ</u></p> <p>๑. เป็นเก้าอี้ฝึกดัมเบลล์แบบปรับมุมพนักพิงหลังได้ โดยสามารถปรับให้เอียงขึ้น (Incline) ปรับให้ราบ (Flat) หรือปรับให้เอียงลง (Decline) ได้ไม่น้อยกว่า ๑๕ ระดับ</p> <p>๒. โครงสร้างทำด้วยเหล็ก และพ่นสีแบบ Electrostatic powder coating</p> <p>๓. เบาะรองนั่งและพนักพิงหลัง เป็นเบาะพองน้ำชนิดแข็ง หุ้มด้วยวัสดุอย่างดี ทนต่อการ ฉีกขาด และมีขนาดที่พอเหมาะในการรองรับร่างกาย แต่ไม่กีดขวางการเคลื่อนไหวของช่วงแขนและช่วงไหล่</p> <p>๔. มีนมที่ล้อคขา สามารถปรับขึ้นลงได้ไม่น้อยกว่า ๔ ระดับ เพื่อความมั่นคงในการฝึกตามสรีระผู้เล่น</p> <p>๕. อุปกรณ์มีขนาด ไม่น้อยกว่า ๖๐ x ๑๔๕ x ๑๑๐ เซนติเมตร</p> | ๒๖,๐๐๐ |
| ๓๘. | <p>อุปกรณ์ยืดเหยียดกล้ามเนื้อ จำนวน ๑ ชุด</p> <p><u>คุณลักษณะเฉพาะ</u></p> <p>๑. อุปกรณ์ยืดเหยียดกล้ามเนื้อส่วนต่างๆ ของร่างกาย เพื่อคลายกล้ามเนื้อ และเพิ่มการไหลเวียนเลือดในบริเวณกล้ามเนื้อ</p> <p>๒. เบาะรองนั่งและเบาะรองขา เป็นเบาะโฟมชนิดแข็ง เย็บหุ้มด้วยวัสดุอย่างดี ไม่ซบเหี่ยวและทำความสะอาดได้ง่าย</p> <p>๓. มือจับมีลักษณะให้จับได้หลากหลายมุม เพื่อฝึกท่าต่างๆ และหุ้มยางกันลื่น</p> <p>๔. นวมโฟมรองข้อเท้าปรับระดับได้ ให้พอดีกับรูปร่างของผู้ใช้</p> <p>๕. โครงสร้างเหล็กเชื่อมติดกันเพื่อความแข็งแรงและความปลอดภัย</p> <p>๖. โครงสร้างหลักทำด้วยเหล็กวงรีหรือเหล็กกลม เพื่อความปลอดภัย เคลือบสีแบบ Powder Coating</p> <p>๗. สามารถใช้ยืดเหยียดกล้ามเนื้อบริเวณ ต้นขา น่อง หลัง และก้น</p> | ๒๖,๐๐๐ |

| | | |
|------------|--|---------------|
| <p>๑๐.</p> | <p>เก้าอี้ยกบาร์เบลแบบราบพร้อมชุดยกน้ำหนักโอลิมปิก จำนวน ๑ ชุด คุณลักษณะเฉพาะ</p> <ol style="list-style-type: none"> ๑. เก้าอี้ยกบาร์เบลแบบราบ ๒. เบาะรองหลัง เป็นเบาะโฟมชนิดแข็ง เย็บหุ้มด้วยวัสดุอย่างดี ๓. ตำแหน่งวางบาร์เบลไม่น้อยกว่า ๓ ระดับ เพื่อความเหมาะสมกับรูปร่างผู้ใช้ ๔. มีก้านสำหรับแขวนแผ่นน้ำหนักไม่น้อยกว่า ๔ อัน ๕. โครงสร้างเหล็กเชื่อมติดกันเพื่อความแข็งแรงและความปลอดภัย ๖. โครงสร้างหลักทำด้วยเหล็กวงรีหรือเหล็กกลม เพื่อความปลอดภัย เคลือบสีแบบ Powder Coating ๗. มีคานโอลิมปิกแบบตรง ๑ อัน ทำด้วยเหล็กชุบโครเมียมอย่างดี และมีตัวล็อกแผ่นน้ำหนัก ที่สามารถคลายออกเพื่อเปลี่ยนแผ่นน้ำหนักได้ จำนวนไม่น้อยกว่า ๒ อัน ๘. แผ่นน้ำหนักขนาดโอลิมปิก เป็นแผ่นเหล็กทำสี น้ำหนักรวมไม่น้อยกว่า ๑๐๐ กิโลกรัม | <p>๖๕,๐๐๐</p> |
| <p>๑๑.</p> | <p>เก้าอี้ยกบาร์เบลแบบเอียงขึ้นพร้อมชุดยกน้ำหนักโอลิมปิก จำนวน ๑ ชุด คุณลักษณะเฉพาะ</p> <ol style="list-style-type: none"> ๑. เก้าอี้ยกบาร์เบลแบบเอียงขึ้น ๒. เบาะรองหลังและเบาะนั่ง เป็นเบาะโฟมชนิดแข็ง เย็บหุ้มด้วยวัสดุอย่างดี ๓. ตำแหน่งวางบาร์เบลไม่น้อยกว่า ๓ ระดับ เพื่อความเหมาะสมกับรูปร่างผู้ใช้ ๔. มีก้านสำหรับแขวนแผ่นน้ำหนักไม่น้อยกว่า ๔ อัน ๕. โครงสร้างเหล็กเชื่อมติดกันเพื่อความแข็งแรงและความปลอดภัย และบริเวณด้านหลังมีที่ยึดของผู้ฝึกสอนด้านหลังยึดติดที่ตัวอุปกรณ์เพื่อป้องกันอันตรายขณะฝึก ๖. โครงสร้างหลักทำด้วยเหล็กวงรีหรือเหล็กกลม เพื่อความปลอดภัย เคลือบสีแบบ Powder Coating ๗. มีคานโอลิมปิกแบบตรง ๑ อัน ทำด้วยเหล็กชุบโครเมียมอย่างดี และมีตัวล็อกแผ่นน้ำหนัก ที่สามารถคลายออกเพื่อเปลี่ยนแผ่นน้ำหนักได้ จำนวนไม่น้อยกว่า ๒ อัน ๘. แผ่นน้ำหนักขนาดโอลิมปิก เป็นแผ่นเหล็กทำสี น้ำหนักรวมไม่น้อยกว่า ๑๐๐ กิโลกรัม | <p>๖๕,๐๐๐</p> |
| <p>๑๒.</p> | <p>เก้าอี้ยกบาร์เบลแบบเอียงลงพร้อมชุดยกน้ำหนักโอลิมปิก จำนวน ๑ ชุด คุณลักษณะเฉพาะ</p> <ol style="list-style-type: none"> ๑. เก้าอี้ยกบาร์เบลแบบเอียงลง ๒. เบาะรองหลัง เป็นเบาะโฟมชนิดแข็ง เย็บหุ้มด้วยวัสดุอย่างดี ๓. สามารถปรับระยะนมล็อกขาได้ ๔. ตำแหน่งวางบาร์เบลไม่น้อยกว่า ๓ ระดับ เพื่อความเหมาะสมกับรูปร่างผู้ใช้ ๕. มีก้านสำหรับแขวนแผ่นน้ำหนักไม่น้อยกว่า ๔ อัน ๖. โครงสร้างเหล็กเชื่อมติดกันเพื่อความแข็งแรงและความปลอดภัย ๗. โครงสร้างหลักทำด้วยเหล็กวงรีหรือเหล็กกลม เพื่อความปลอดภัย เคลือบสีแบบ Powder Coating ๘. มีคานโอลิมปิกแบบตรง ๑ อัน ทำด้วยเหล็กชุบโครเมียมอย่างดี และมีตัวล็อกแผ่นน้ำหนัก ที่สามารถคลายออกเพื่อเปลี่ยนแผ่นน้ำหนักได้ จำนวนไม่น้อยกว่า ๒ อัน ๙. แผ่นน้ำหนักขนาดโอลิมปิก เป็นแผ่นเหล็กทำสี น้ำหนักรวมไม่น้อยกว่า ๑๐๐ กิโลกรัม | <p>๖๕,๐๐๐</p> |

| | | |
|-----|---|-----------|
| ๑๓. | ม้ายกบาร์เบลพร้อมชุดยกน้ำหนัก จำนวน ๑ ชุด คุณลักษณะเฉพาะ ๑. เป็นม้ายกบาร์เบลแบบงอแขน (Arm curl) ๒. เบาะนั่งและเบาะรองแขน เป็นเบาะโฟมชนิดแข็ง เย็บหุ้มด้วยวัสดุอย่างดี ๓. สามารถปรับระยะเบาะนั่งได้ไม่น้อยกว่า ๒ ระดับ มีตำแหน่งวางบาร์เบลด้านหน้า ๔. โครงสร้างเหล็กเชื่อมติดกันเพื่อความแข็งแรงและความปลอดภัย ๕. โครงสร้างหลักทำด้วยเหล็กวงรีหรือเหล็กกลม เพื่อความปลอดภัยเคลือบสีแบบ Powder Coating ๖. มีแกนบาร์เบลหยักสำหรับฝึกกล้ามเนื้อต้นแขนแบบโอลิมปิก ใช้ฝึกในท่า Arm Curl และฝึกร่วมกับเก้าอี้สำหรับฝึก กล้ามเนื้อต้นแขน (Scott Bench) ๗. แกนบาร์เบลแบบหยัก จำนวน ๑ อัน ทำจากเหล็กอย่างดีชุบโครเมียม ๘. มีตัวล็อคแกนจำนวนไม่น้อยกว่า ๒ อัน แบบเกลียวหมุนล็อคป้องกันแผ่นน้ำหนักหล่นขณะฝึก ๙. แผ่นน้ำหนักขนาดโอลิมปิก เป็นแผ่นเหล็กทำสี มีขนาดน้ำหนักรวมไม่น้อยกว่า ๓๐ กิโลกรัม | ๔๕,๐๐๐ |
| | รวม(หนึ่งล้านห้าแสนบาทถ้วน) | ๑,๕๐๐,๐๐๐ |

ราคาข้างต้นได้รวมค่าติดตั้ง ค่าขนส่ง และภาษีมูลค่าเพิ่มแล้ว คณะกรรมการกำหนดรายละเอียดและราคากลางได้ตรวจสอบแล้ว และกำหนดให้เป็นราคากลางของครุภัณฑ์รายการดังกล่าว

ลงชื่อ  ประธานกรรมการ
(นางสาวดาริกา เตชะวัง)

หัวหน้าฝ่ายกิจกรรมเด็กและเยาวชน

ลงชื่อ  กรรมการ
(นายภาสกร เจียงสงวน)

หัวหน้างานกิจกรรมเด็กและเยาวชน

ลงชื่อ ว่าที่ ร.ต.  กรรมการ
(บำรุง วัชรเทศ)

หัวหน้างานกีฬาและนันทนาการ

หมายเหตุ ตามคำสั่งเทศบาลนครเชียงใหม่ ที่ ๕๐๑๒/๒๕๖๒ เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการกำหนดราคากลาง ลงวันที่ ๔ ตุลาคม ๒๕๖๒