

# 可変式ダンベル一式仕様書

本仕様書は、呉市消防局が発注する可変式ダンベル一式について必要な事項を定める。

## 1 品名

可変式ダンベル一式

## 2 数量 1式

### 【内訳】

可変式ダンベル (左右ペア)	1組
プレートキット (7.5ポンド×4枚)	1組

### 【参考品】可変式ダンベル(左右ペア)

メーカー：アイアンマスター

商品名：クイックロックダンベル68kgセット

### 【参考品】プレートキット (7.5ポンド×4枚入り)

メーカー：アイアンマスター

商品名：クイックロックダンベル用ヘビーハンドルプレートキット  
(7.5ポンド×4枚)

## 3 仕様詳細

### 【可変式ダンベル (左右ペア)】

可変加重範囲 (片側)	[kg]	4.5kg から 34kg まで
重量可変方式		スクリューねじによるプレートローディング方式
寸法 (片側)	[cm]	長さ 36.8cm × 幅 16.5cm × 高さ 16.5cm
プレート形		正方形
色		プレート部：黒 ハンドル部：シルバー
寸法	[mm]	W497 × D595 × H1220mm

### 【プレートキット (7.5ポンド×4枚)】

枚数	[枚]	4枚
形状		正方形
寸法	[cm]	縦 16.5cm × 横 16.5cm
色		黒

## 4 仕様に関する特記事項

- (1) 可変式ダンベルのロック方式は、スクリューロックとする。
- (2) 可変式ダンベルはオン・ザ・ニーが容易にできるよう、シャフトが飛び出ない構造であること。
- (3) 可変式ダンベルはカール・ローイング・プレス系の動作で支障なく使用でき、プレートが落下しないロック構造であること。

## 5 保管・搬入・設置等

- (1) 搬入時の作業時間は、平日 8 時 30 分から 17 時 15 分までの間とする。
- (2) 搬入経路は呉市消防局と協議し決定するとともに、呉市消防局の指示に従い所定の場所に設置すること。
- (3) 搬入車両（大型車両含む）は、新庁舎敷地北側 1 か所に乗り入れることができる。

ただし、駐車場所及び駐車方法については、白線を踏まない及びタイヤ痕がつかないよう十分留意するとともに、呉市消防局と協議し決定すること。

- (4) 納入品の梱包材等は、納入者において処分すること。
- (5) 当該物品を納入するときは、施設設備を破損することのないよう配慮するとともに、万が一破損した場合は、納入業者が負担し原状に復旧すること。
- (6) 納入物品は、新品・未使用品とすること。
- (7) 納品時、組立設置及び作動の安全確認を行い、使用可能な状態とすること。

## 6 納入場所

呉市東消防署川尻出張所新庁舎 1階トレーニングルーム  
(呉市川尻町西1丁目1867番33)

## 7 納入期限

令和8年2月27日から令和8年3月25日までの間とする。  
ただし、スケジュールは呉市消防局と協議し決定すること。

## 8 問合せ先

担当：消防総務課管理係 山下  
TEL：(0823) 26-0304