

ตารางแสดงวงเงินงบประมาณที่ได้รับจัดสรรและรายละเอียดค่าใช้จ่าย  
การจัดซื้อจัดจ้างที่มีใช้งานก่อสร้าง

๑. ชื่อโครงการ...เช่าเครื่องออกกำลังกาย กรม นนร.รอร.นร.....
๒. หน่วยงานเจ้าของโครงการ...โรงเรียนนายเรือ กองทัพเรือ.....
๓. วงเงินงบประมาณที่ได้รับจัดสรร...๒๕๐,๐๐๐.๐๐ บาท (สองแสนห้าหมื่นบาทถ้วน).....บาท
๔. วันที่กำหนดราคากลาง (ราคาอ้างอิง) ณ วันที่ 11 ก.ย. 2567.....  
เป็นเงิน ๒๕๐,๐๐๐.๐๐ บาท (สองแสนห้าหมื่นบาทถ้วน).....บาท  
ราคา/หน่วย (ถ้ามี).....บาท
๕. แหล่งที่มาของราคากลาง (ราคาอ้างอิง) บริษัท เอ็นบีเอ สปอร์ต เมเนจเม้นท์ จำกัด.....
๖. รายชื่อเจ้าหน้าที่กำหนดราคากลาง
  - ๖.๑ ว่าที่ น.ต.คมกฤษ บุญรอด.....
  - ๖.๒ ว่าที่ น.ต.สุกเกียรติ กองอ่อน.....
  - ๖.๓ ว่าที่ ร.ต.กฤษณพงศ์ อินบัว.....

งบประมาณที่ได้รับจัดสรร และราคากลาง

ตามใบจัดหาพัสดุที่ ๑๐/ฉ.สตช./๖๗ ลง ก.ย.๖๗

๑. ชื่อโครงการ เช่าเครื่องออกกำลังกาย กรม นนร.รร.นร.

๒. งบประมาณที่ได้รับจัดสรร ๒๕๐,๐๐๐ บาท

๓. วันที่กำหนดราคากลาง 11 ก.ย. 2567

๔. รายละเอียดของราคากลาง

| ที่                   | รายการ                                | จำนวน | หน่วยนับ            | ราคากลาง   |            |
|-----------------------|---------------------------------------|-------|---------------------|------------|------------|
|                       |                                       |       |                     | หน่วยละ    | รวม (บาท)  |
| ๑.                    | เช่าเครื่องออกกำลังกาย กรม นนร.รร.นร. | ๑     | งาน                 | ๒๕๐,๐๐๐.๐๐ | ๒๕๐,๐๐๐.๐๐ |
| สองแสนห้าหมื่นบาทถ้วน |                                       |       | ราคาสินค้า          |            | ๒๓๓,๖๔๔.๘๖ |
|                       |                                       |       | ภาษีมูลค่าเพิ่ม ๗ % |            | ๑๖,๓๕๕.๑๔  |
|                       |                                       |       | รวมเป็นเงินทั้งสิ้น |            | ๒๕๐,๐๐๐.๐๐ |

น.อ. ช่างอ อมรวิทย์

หน.ฝบก.รร.นร.

หน.เจ้าหน้าที่ รร.นร.



## ร่างขอบเขตของงาน Term of Reference (TOR)

### เช่าเครื่องออกกำลังกาย กรม นนร.ร.ร.นร.

#### ๑. ความเป็นมา

ในปัจจุบัน กรม นนร.ร.ร.นร. ได้เช่าเครื่องออกกำลังกาย จำนวน ๒๒ รายการ ๑๓๕ ชิ้น ซึ่งจะหมดสัญญาเช่าใน มิถุนายน ๒๕๖๕ นี้ จึงมีความจำเป็นต้องหาผู้ให้เช่าให้บริการดังกล่าว เพื่อให้ นนร. และข้าราชการของ กรม นนร.ร.ร.นร. ได้รับการบริการอย่างต่อเนื่อง

#### ๒. วัตถุประสงค์

เช่าเครื่องออกกำลังกาย พร้อมการติดตั้ง และการดูแลรักษา จำนวน ๒๒ รายการ สำหรับให้บริการ นนร. และ ข้าราชการ กรม นนร.ร.ร.นร.

#### ๓. คุณสมบัติผู้เสนอราคา

- ๓.๑ ผู้เสนอราคาต้องเป็นผู้มีอาชีพขาย หรือให้เช่าพัสดุดังกล่าว หรือมีความสามารถตามกฎหมาย
- ๓.๒ ผู้เสนอราคาต้องไม่เป็นบุคคลซึ่งถูกแจ้งเวียนชื่อให้เป็นผู้ทำงานของหน่วยงานของรัฐตามพระราชบัญญัติการจัดซื้อจัดจ้างและการบริหารพัสดุภาครัฐ พ.ศ.๒๕๖๐ มาตรา ๙๐
- ๓.๓ ผู้เสนอราคาต้องไม่เป็นผู้มีผลประโยชน์ร่วมกันกับผู้เสนอราคารายอื่นหรือไม่เป็นผู้ที่กระทำการอันเป็นการขัดขวางการแข่งขันราคาอย่างเป็นธรรม
- ๓.๔ ผู้เสนอราคาต้องไม่เป็นผู้ได้รับเอกสิทธิ์หรือความคุ้มกัน ซึ่งอาจปฏิเสธไม่ยอมขึ้นศาลไทย เว้นแต่รัฐบาลของผู้เสนอราคาได้มีคำสั่งให้สละสิทธิ์ความคุ้มกันเช่นนั้น
- ๓.๕ ผู้เสนอราคาต้องไม่เป็นผู้มีผลประโยชน์หรืออยู่ระหว่างเลิกกิจการ
- ๓.๖ ผู้เสนอราคาต้องไม่เป็นผู้มีผลประโยชน์อยู่ระหว่างถูกระงับการยื่นข้อเสนอหรือทำสัญญากับหน่วยงานของรัฐตามพระราชบัญญัติการจัดซื้อจัดจ้างและการบริหารพัสดุภาครัฐ พ.ศ.๒๕๖๐ มาตรา ๑๐๖ วรรคสาม
- ๓.๗ ผู้เสนอราคาต้องมีคุณสมบัติและไม่มีลักษณะต้องห้ามอื่นตามที่คณะกรรมการนโยบาย ประกาศกำหนดในราชกิจจานุเบกษา
- ๓.๘ บุคคลหรือนิติบุคคลที่จะเข้าเป็นคู่สัญญา ต้องไม่อยู่ในฐานะเป็นผู้ไม่แสดงบัญชีรายรับรายจ่าย หรือแสดงบัญชีรายรับรายจ่ายไม่ถูกต้องครบถ้วนในสาระสำคัญ
- ๓.๙ บุคคลหรือนิติบุคคลที่จะเข้าเป็นคู่สัญญากับหน่วยงานของรัฐ ซึ่งได้ดำเนินการจัดซื้อจัดจ้างด้วยระบบอิเล็กทรอนิกส์ (e - Government Procurement : e - GP) ต้องลงทะเบียนในระบบอิเล็กทรอนิกส์ของ กรมบัญชีกลางที่เว็บไซต์ศูนย์ข้อมูลจัดซื้อจัดจ้างภาครัฐ
- ๓.๑๐ คู่สัญญาต้องรับและจ่ายเงินผ่านบัญชีธนาคาร เว้นแต่การรับจ่ายเงินแต่ละครั้ง ซึ่งมีมูลค่าไม่เกินสามหมื่นบาท คู่สัญญาอาจรับจ่ายเป็นเงินสดก็ได้

#### ๔. คุณสมบัติเฉพาะ เงื่อนไข และ ข้อกำหนดอื่นๆ

๔.๑ ผู้ให้เช่าจะต้องนำอุปกรณ์สำหรับออกกำลังกาย จำนวน ๒๒ รายการ ๑๓๕ ชิ้น รายละเอียดตามรายการความต้องการฯ และคุณสมบัติเฉพาะพัสดุที่แนบ มาติดตั้งและให้บริการ ณ บริเวณชั้น ๑ อาคารนอน ๐๓ กรม นนร.ร.ร.นร.

๔.๒ อุปกรณ์ที่ผู้ให้เช่านำมาให้บริการจะต้องมีสภาพดี แข็งแรง ไม่ชำรุด และ ต้องไม่เป็นอุปกรณ์ที่ก่อให้เกิดอันตรายต่อผู้ใช้บริการ

๔.๓ ตลอดระยะเวลาการให้บริการเช่า ๑ ปี ทางผู้ให้เช่าจะต้องมีบริการเข้ามาตรวจเช็ค บำรุงรักษา อุปกรณ์สำหรับออกกำลังกาย ทุก ๆ ๔ เดือน

๔.๔ เมื่อตรวจพบอุปกรณ์สำหรับออกกำลังกายมีการชำรุดเสียหายไม่สามารถใช้งานได้ ทางผู้ให้เช่าจะต้องเข้าไปตรวจเช็ค แก้ไข ภายใน ๓ วัน

#### ๕. ระยะเวลาการให้บริการ

นับตั้งแต่ส่งมอบต่อเนื่องเป็นระยะเวลา ๑ ปี

#### ๖. การส่งมอบและตรวจรับ

๖.๑ ผู้ให้เช่าจะต้องส่งมอบอุปกรณ์สำหรับออกกำลังกาย ณ บริเวณชั้น ๑ อาคารนอน ๐๓ กรม นนร. รอ.รร.นร. ภายใน ๓๐ วัน นับถัดจากวันลงนามในสัญญาเช่า

๖.๒ อุปกรณ์สำหรับออกกำลังกายที่จะส่งมอบต้องมีสภาพดี แข็งแรง ไม่ชำรุดเสียหาย

๖.๓ เอกสารอื่นๆ ที่ผู้ให้เช่าเห็นว่าจำเป็นต่อการตรวจสอบพัสดุที่ส่งมอบหรือเป็นเอกสารแนะนำ (ถ้ามี)

#### ๗. วงเงินในการจัดเช่า

จัดเช่าภายในวงเงิน ๒๕๐,๐๐๐.๐๐ บาท (สองแสนห้าหมื่นบาทถ้วน) ด้วยเงินงบประมาณสำนักงานตำรวจแห่งชาติฝึกเรียน ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๖

#### ๘. เงื่อนไขการชำระเงิน

ทางราชการจะชำระเงินโดยการโอนเงินตามสัญญาทั้งหมดเข้าบัญชีธนาคารของผู้ให้เช่า เมื่อผู้ให้เช่าได้ส่งมอบอุปกรณ์สำหรับออกกำลังกาย ณ บริเวณชั้น ๑ อาคารนอน ๐๓ กรม นนร. รอ.รร.นร. และทางราชการได้ตรวจรับไว้ใช้ราชการเรียบร้อยแล้ว ทั้งนี้ ค่าธรรมเนียมในการโอนเงินหรือค่าบริการอื่นๆ ที่ธนาคารเรียกเก็บ เป็นภาระของผู้ให้เช่า โดยยินยอมให้มีการหักจากจำนวนเงินที่จะโอนนั้น

ตรวจถูกต้อง

ว่าที่ น.ต.



ประธานกรรมการ

ว่าที่ น.ต.



กรรมการ

ว่าที่ ร.ต.



กรรมการ

คณะกรรมการจัดทำร่างขอบเขตงาน

๒๒ ก.ย.๖๗

### ตัวอย่างรูป เครื่องวิ่งไฟฟ้า



### คุณลักษณะเฉพาะพัสดุ เครื่องวิ่งไฟฟ้า

๑. เป็นอุปกรณ์สำหรับเสริมสร้างสมรรถภาพร่างกาย ฝึกความทนทาน ความแข็งแรงกล้ามเนื้อปอด หัวใจ และระบบไหลเวียนโลหิต
๒. โครงสร้างอุปกรณ์ทำจากเหล็กอย่างดี แข็งแรง พ่นสีด้วยระบบไฟฟ้า ลดการเกิดสนิม ให้สียึดติดคงทน และสวยงาม
๓. ขนาดสายพานสำหรับวิ่ง มีขนาด ความกว้าง ๕๔.๕ เซนติเมตร ความยาว ๑๖๔ เซนติเมตร พร้อมชั้นรองรับการกระแทก
๔. มีมอเตอร์ขับเคลื่อนสายพานขนาด AC ๓.๐ แรงม้า สูงสุด ๗ ( HP ) แบบทำงานต่อเนื่อง
๕. สามารถปรับความเร็วในการวิ่ง ตั้งแต่ ๑.๐ - ๒๐ กิโลเมตรต่อชั่วโมง
๖. สามารถปรับความลาดเอียงพื้นที่วิ่ง ตั้งแต่ ๐ - ๑๕ เปอร์เซ็นต์ ด้วยระบบมอเตอร์ไฟฟ้า เพื่อเสริมสร้างสมรรถภาพความแข็งแรงของร่างกายมากขึ้น
๗. หน้าจอฟังก์ชันการทำงานแบบ LED ให้ความสบายตายิ่งขึ้น และมีหน้าจอแสดงตัวเลข ๔ ช่อง แสดง เวลา ระยะทาง ความเร็ว ความชัน แคลอรี อัตราการเต้นหัวใจ
๘. มีระบบหยุดฉุกเฉินหยุดทันที เพื่อป้องกันอันตรายในขณะออกกำลังกาย
๙. มีโปรแกรมการใช้งาน ๖ โปรแกรม เป็นโปรแกรมฝึกทั่วไป โปรแกรมเฉพาะ และทดสอบสมรรถภาพ เพื่อความหลากหลายและเหมาะสมกับผู้ใช้งาน
๑๐. สามารถวัดอัตราการเต้นหัวใจแบบมือจับ
๑๑. มีราวมือจับด้านข้าง เพื่อการทรงตัว และป้องกันอันตราย หรือ หมดแรงในขณะวิ่ง
๑๒. มีช่องสำหรับวางขวดน้ำ โทรศัพท์ หรือเครื่องใช้ส่วนตัว อื่นๆ
๑๓. มีล้อเลื่อนด้านหน้า เพื่อความสะดวกในการเคลื่อนย้ายอุปกรณ์
๑๔. สามารถรองรับน้ำหนักผู้ใช้งานได้ ๑๘๒ กิโลกรัม
๑๕. ขนาดเครื่องไม่น้อยกว่า ยาว ๒๑๔ เซนติเมตร กว้าง ๘๒ เซนติเมตร สูง ๑๔๔ เซนติเมตร

ตรวจถูกต้อง

ว่าที่ น.ต.  ประธานกรรมการ  
ว่าที่ น.ต.  กรรมการ  
ว่าที่ ร.ต.  กรรมการ

คณะกรรมการจัดทำร่างขอบเขตงาน

## ตัวอย่างรูป เครื่องเดินวงรี



### คุณลักษณะเฉพาะพัสดุ เครื่องเดินวงรี

๑. โครงสร้างทำมาจากเหล็กอย่างดี แข็งแรง ทนทาน
๒. ใช้ไฟเบอร์กลาสอย่างดี ในการปิดตัวถังเครื่อง เพื่อป้องกันอันตรายจากภายนอก
๓. หน้าจอแสดงเป็นแบบ LED ให้ความชัดเจนในการอ่านค่าแสดงบนหน้าจอได้เป็นอย่างดี
๔. ระบบปรับน้ำหนักใช้ไฟฟ้าในตัวแบบ Self-Generator
๕. มีช่วงการก้าวขนาดกว้างยาวไม่น้อยกว่า ๒๐ นิ้ว ซึ่งให้ความเป็นธรรมชาติมากที่สุด
๖. ที่วางเท้ามีขนาดใหญ่และกว้าง แผ่นรองให้ความนุ่ม เพื่อลดแรงกระแทกของเท้า
๗. มีแกนจับด้านข้างเพื่อบริหารช่วงแขนและช่วยเสริมสร้างความแข็งแรงทุกส่วนไปพร้อมๆกัน
๘. มีโปรแกรมการใช้งาน ๑๒ โปรแกรม เพื่อความเหมาะสมในการออกกำลังกาย
๙. แสดงค่าการออกกำลังกายดังนี้ เวลา ระยะทาง แคลอรี ความเร็ว SPM จำนวนก้าว อัตราการเต้นหัวใจ
๑๐. ปรับแรงต้านด้วยระบบเหนียวน้ำแม่เหล็กได้ ๓๒ ระดับ ซึ่งสร้างความถี่และให้ความนุ่มนวลขณะใช้งาน
๑๑. สามารถรับน้ำหนักผู้ใช้สูงสุด ๑๘๐ กิโลกรัม ซึ่งโครงสร้างมีความแข็งแรงทนทาน การใช้งานยาวนาน
๑๒. สามารถวัดอัตราการเต้นหัวใจได้แบบมือสัมผัส
๑๓. มีที่วางเครื่องใช้ส่วนตัวด้านหน้า เพื่อความสะดวกในการหยิบใช้
๑๔. มีล้อเลื่อนด้านหน้าเพื่อความสะดวกในการเคลื่อนย้าย
๑๕. ขนาดเครื่องไม่น้อยกว่า กว้าง ๖๕ เซนติเมตร ยาว ๒๐๑ เซนติเมตร สูง ๑๗๙ เซนติเมตร

ตรวจถูกต้อง

|             |                                                                                      |               |
|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| ว่าที่ น.ต. |  | ประธานกรรมการ |
| ว่าที่ น.ต. |  | กรรมการ       |
| ว่าที่ ร.ต. |  | กรรมการ       |

คณะกรรมการจัดทำร่างขอบเขตงาน

### ตัวอย่างรูป จักรยานนั่งฟิงปั่น



### คุณลักษณะเฉพาะที่สุด จักรยานนั่งฟิงปั่น

๑. เป็นจักรยานนั่งฟิงปั่นอยู่กับที่ ที่มีเบาะนั่งสามารถปรับเข้า ออก ให้เหมาะกับสรีระผู้ใช้งาน
๒. มีโปรแกรมการฝึกเพื่อเสริมสร้างสมรรถภาพร่างกายและหัวใจ ปอด และหลอดเลือด ๑๒ โปรแกรม
๓. โครงสร้างทำมาจากเหล็กอย่างดี แข็งแรง ทนทาน
๔. ใช้พลาสติกอย่างดี ในการปิดตัวถังเครื่อง เพื่อป้องกันอันตรายจากภายนอก
๕. โครงสร้างฐานวางแบบ แบนกว้าง ให้ความสมดุลและการยึดการพื้นวางได้อย่างมั่นคง
๖. หน้าจอแสดงเป็นแบบ LED ให้ความคมชัด แสดงขั้นตอนการใช้อย่างง่ายดาย
๗. แสดงค่าการออกกำลังกายดังนี้ เวลา ระยะทาง แคลอรี ความเร็ว อัตราการเต้นหัวใจ
๘. ปรับแรงต้านด้วยระบบเหนียวน้ำแม่เหล็กได้ ๓๒ ระดับ ซึ่งสร้างความถี่และให้ความนุ่มนวลขณะใช้งาน
๙. สร้างพลังงานในตัวแบบ Self Generator ไม่ต้องใช้พลังงานไฟฟ้าจากภายนอกในการทำงานของหน้าจอแสดงผล
๑๐. มีแกนมือจับด้านข้างพร้อมอุปกรณ์วัดอัตราการเต้นหัวใจได้แบบมือสัมผัส
๑๑. มีล้อเลื่อนด้านหน้าเพื่อความสะดวกในการเคลื่อนย้าย
๑๒. สามารถรับน้ำหนักผู้ใช้สูงสุด ๑๘๐ กิโลกรัม
๑๓. ขนาดอุปกรณ์ไม่น้อยกว่า กว้าง ๖๓ เซนติเมตร ยาว ๑๗๒ เซนติเมตร สูง ๑๓๑ เซนติเมตร

ตรวจถูกต้อง  
ว่าที่ น.ต.  ประธานกรรมการ  
ว่าที่ น.ต.  กรรมการ  
ว่าที่ ร.ต.  กรรมการ  
คณะกรรมการจัดทำร่างขอบเขตงาน

### ตัวอย่างรูป จักรยานนั่งตรงปั่น



### คุณลักษณะเฉพาะที่สุด จักรยานนั่งตรงปั่น

๑. เป็นจักรยานนั่งปั่นอยู่กับที่ ที่มีเบาะนั่งสามารถปรับสูง-ต่ำ ให้เหมาะกับสรีระผู้ใช้งาน
๒. มีโปรแกรมการฝึกเพื่อเสริมสร้างสมรรถภาพร่างกายและหัวใจ ปอด และ หลอดเลือด ๑๒ โปรแกรม
๓. โครงสร้างทำมาจากเหล็กอย่างดี แข็งแรง ทนทาน พ่นสีด้วยระบบไฟฟ้า
๔. ใช้พลาสติกอย่างดี ในการปิดตัวถังเครื่อง เพื่อป้องกันอันตรายจากภายนอก
๕. โครงสร้างฐานวางแบบ แบนกว้าง ให้ความสมดุลและการยึดการพื้นวางได้อย่างมั่นคง
๖. หน้าจอแสดงเป็นแบบ LED ให้ความคมชัด
๗. แสดงค่าการออกกำลังกายดังนี้ เวลา ระยะทาง แคลอรี ความเร็ว อัตราการเต้นหัวใจ
๘. ปรับแรงต้านด้วยระบบเหนียวน้ำแม่เหล็กได้ ๓๒ ระดับ
๙. สร้างพลังงานไฟฟ้าในตัวเองแบบ Self generator ไม่ต้องใช้พลังงานจากภายนอกในการทำงานของหน้าจอแสดงผล
๑๐. สามารถรับน้ำหนักผู้ใช้สูงสุด ๑๘๐ กิโลกรัม
๑๑. สามารถวัดอัตราการเต้นหัวใจได้แบบมือสัมผัส
๑๒. มีที่วางขวดน้ำและเครื่องใช้ส่วนตัวด้านหน้า
๑๓. มีล้อเลื่อนด้านหน้าเพื่อความสะดวกในการเคลื่อนย้าย
๑๔. ขนาดอุปกรณ์ไม่น้อยกว่า กว้าง ๕๘.๕ เซนติเมตร ยาว ๑๔๙ เซนติเมตร สูง ๑๑๒ เซนติเมตร

ตรวจถูกต้อง

ว่าที่ น.ต.

ว่าที่ น.ต.

ว่าที่ ร.ต.

ประธานกรรมการ

กรรมการ

กรรมการ

คณะกรรมการจัดทำร่างขอบเขตงาน

๑๑ ก.ย.๖๗

### ตัวอย่างรูป ชุดฝึกกล้ามเนื้อหัวไหล่



### คุณลักษณะเฉพาะวัสดุ ชุดฝึกกล้ามเนื้อหัวไหล่

๑. โครงสร้างเป็นเหล็กกล้า แข็งแรง ทนทาน พ่นสีด้วยระบบไฟฟ้าแบบ Double powder coating
๒. มีเบาะรองสรีระแบบ ๒ ตอน หุ้มด้วยหนังสังเคราะห์อย่างดีและหนา ไม่ซับเหงื่อ
๓. เบาะรองนั่งสามารถปรับระดับสูงต่ำได้ เพื่อความสะดวก และง่ายต่อสรีระของผู้ฝึก
๔. แกนเบาะรองหลังเอียงประมาณ ๔๕ องศา เพื่อลดแรงกดทับหลังและสามารถฝึกกล้ามเนื้ออกและแขนได้อย่างมีประสิทธิภาพ
๕. แกนแขนฝึกทั้งสองข้างมีแกนมือจับหุ้มด้วยวัสดุอย่างดีกันลื่นปิดปลายท่อด้วยวัสดุอย่างดี
๖. มีไฮดรอลิกคู่สำหรับช่วยพยุงแกนยกให้เกิดความนุ่มนวลในขณะออกแรงและสิ้นสุดจากการฝึก
๗. มีแผ่นน้ำหนักรวม ๑๐๙ กิโลกรัม เคลื่อนกันสนิม
๘. ใช้ สลิงแบบ Back nylon สำหรับออกแรงดึงน้ำหนัก ซึ่งมีความเหนียวและทนทานในการใช้งาน
๙. ใช้ Cam ในการปรับช่วงการออกแรงฝึก เพื่อเพิ่มสมรรถภาพของกล้ามเนื้อ
๑๐. มีรอก เป็นระบบทดน้ำหนัก เพื่อให้การออกแรงมีความสม่ำเสมอตลอดช่วงการดึงน้ำหนัก
๑๑. มีแผ่นป้ายแสดงวิธีการฝึกติดในตัวเครื่อง
๑๒. มียางรองฐานอุปกรณ์
๑๓. ขนาดอุปกรณ์ไม่น้อยกว่า ยาว ๑๘๕ เซนติเมตร กว้าง ๑๒๒ เซนติเมตร สูง ๑๓๒ เซนติเมตร

ตรวจถูกต้อง

ว่าที่ น.ต.

ว่าที่ น.ต.

ว่าที่ ร.ต.

ประธานกรรมการ

กรรมการ

กรรมการ

คณะกรรมการจัดทำร่างขอบเขตงาน

๒๒ ก.ย.๖๗

### ตัวอย่างรูป ชุดฝึกกล้ามเนื้อหน้าอกและแขน



### คุณลักษณะเฉพาะพัสดุ ชุดฝึกกล้ามเนื้อหน้าอกและแขน

๑. โครงสร้างเป็นเหล็กกล้า แข็งแรง ทนทาน พ่นสีด้วยระบบไฟฟ้าแบบ Double powder coating
๒. มีเบาะรองสรีระแบบ ๒ ตอน หุ้มด้วยหนังสังเคราะห์อย่างดีและหนา ไม่ซับเหงื่อ
๓. เบาะรองนั่งสามารถปรับระดับสูงต่ำได้ เพื่อความสะดวก และง่ายต่อสรีระของผู้ฝึก
๔. แขนฝึกทั้งสองข้างมีแกนมือจับหุ้มด้วยวัสดุอย่างดีกันลื่นปิดปลายท่อด้วยวัสดุอย่างดี
๕. มีที่ปักเท้าทำจากแผ่นเหล็กอย่างดี กันลื่น เพื่อช่วยพยุงน้ำหนักในขณะเริ่มและสิ้นสุดการออกกำลังกาย
๖. มีแผ่นน้ำหนักรวม ๑๐๙ กิโลกรัม เคลือบกันสนิม
๗. ใช้ สลิงแบบ Back nylon สำหรับออกแรงดึงน้ำหนัก ซึ่งมีความเหนียวและทนทานในการใช้งาน
๘. มีรอก เป็นระบบทดน้ำหนัก เพื่อให้การออกแรงมีความสม่ำเสมอตลอดช่วงการดึงน้ำหนัก
๙. มีแผ่นป้ายแสดงวิธีการฝึกติดในตัวเครื่อง
๑๐. มียางรองฐานอุปกรณ์
๑๑. ขนาดอุปกรณ์ไม่น้อยกว่า ยาว ๑๘๕ เซนติเมตร กว้าง ๑๒๒ เซนติเมตร ๑๓๒ เซนติเมตร

ตรวจถูกต้อง

ว่าที่ น.ต.

ประธานกรรมการ

ว่าที่ น.ต.

กรรมการ

ว่าที่ ร.ต.

กรรมการ

คณะกรรมการจัดทำร่างขอบเขตงาน

๖๖ ก.ย.๖๗

## ตัวอย่างรูป ชุดฝึกกล้ามเนื้อหน้าอกและไหล่



### คุณลักษณะเฉพาะพัสด ชุดฝึกกล้ามเนื้อหน้าอกและไหล่

๑. โครงสร้างเป็นเหล็กกล้า แข็งแรง ทนทาน พ่นสีด้วยระบบไฟฟ้าแบบ Double powder coating
๒. มีเบาะรองศีรษะแบบ ๒ ตอน หุ้มด้วยหนังสังเคราะห์อย่างดีและหนา ไม่ซับเหงื่อ
๓. เบาะรองนั่งสามารถปรับระดับสูงต่ำได้ เพื่อความสะดวก และง่ายต่อสรีระของผู้ฝึกใช้
๔. แกนแขนฝึกทั้งสองข้างมีแกนมือจับหุ้มด้วยวัสดุอย่างดีกันลื่นปิดปลายท่อด้วยวัสดุอย่างดี
๕. มีไฮดรอลิกคู่สำหรับช่วยพยุงแกนยกให้เกิดความนุ่มนวลในขณะออกแรงและสิ้นสุดจากการฝึก
๖. มีแผ่นน้ำหนักรวม ๕๔ กิโลกรัม เคลื่อนกลับสนิม
๗. ใช้ สติงแบบ Back nylon สำหรับออกแรงดึงน้ำหนัก ซึ่งมีความเหนียวและทนทานในการใช้งาน
๘. ใช้ Cam สามารถปรับระดับช่วงการออกแรงฝึกได้ เพื่อเพิ่มสมรรถภาพของกล้ามเนื้อ
๙. มีรอก เป็นระบบทดน้ำหนัก เพื่อให้การออกแรงมีความสม่ำเสมอตลอดช่วงการดึงน้ำหนัก
๑๐. มีแผ่นป้ายแสดงวิธีการฝึกติดในตัวเครื่อง
๑๑. มียางรองฐานอุปกรณ์ เพื่อป้องกันความเสียหายกับพื้นวางได้

ตรวจถูกต้อง

|             |                                                                                      |               |
|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| ว่าที่ น.ต. |  | ประธานกรรมการ |
| ว่าที่ น.ต. |  | กรรมการ       |
| ว่าที่ ร.ต. |  | กรรมการ       |

คณะกรรมการจัดทำร่างขอบเขตงาน

### ตัวอย่างรูป ชุดฝึกกล้ามเนื้อหลังส่วนบน แขนและไหล่



### คุณลักษณะเฉพาะพัสดุ ชุดฝึกกล้ามเนื้อหลังส่วนบน แขนและไหล่

๑. โครงสร้างเป็นเหล็กกล้า แข็งแรง ทนทาน พ่นสีด้วยระบบไฟฟ้าแบบ Double powder coating
๒. มีเบาะรองนั่งและดันต้นขาอย่างดี หุ้มด้วยหนังสังเคราะห์ ไม่ซับเหงื่อ
๓. เบาะดันต้นขาสามารถปรับได้ เพื่อให้เหมาะกับสรีระผู้ใช้งาน
๔. มีแผ่นน้ำหนักรวมไม่น้อยกว่า ๑๐๙ กิโลกรัม มีขนาดแบนใหญ่และแบนเล็กแยกเป็นชุด
๕. ใช้สลิงแบบ Back nylon สำหรับออกแรงดึงน้ำหนัก ซึ่งมีความเหนียวและทนทานในการใช้งาน
๖. มีรอก เป็นระบบทดน้ำหนัก เพื่อให้การออกแรงมีความสม่ำเสมอตลอดช่วงการดึงน้ำหนัก
๗. มีคานน้ำหนักหุ้มด้วยฟองน้ำอย่างดี ปลายปิดด้วยวัสดุอย่างดีสำหรับเกี่ยวสลิง เพื่อฝึกออกแรงต้าน สำหรับบริหาร แขน ไหล่และแผ่นหลัง
๘. มีแผ่นป้ายแสดงวิธีการใช้งานติดในตัวเครื่อง
๙. มียางรองฐานอุปกรณ์
๑๐. ขนาดอุปกรณ์ไม่น้อยกว่า กว้าง ๑๐๙ เซนติเมตร ยาว ๑๘๕ เซนติเมตร สูง ๒๓๔ เซนติเมตร

ตรวจถูกต้อง

ว่าที่ น.ต.

ว่าที่ น.ต.

ว่าที่ ร.ต.

ประธานกรรมการ

กรรมการ

กรรมการ

คณะกรรมการจัดทำร่างขอบเขตงาน

๖๖ ก.ย.๖๗

### ตัวอย่างรูป ชุดฝึกกล้ามเนื้อต้นขาด้านหน้า



### คุณลักษณะเฉพาะที่สุด ชุดฝึกกล้ามเนื้อต้นขาด้านหน้า

๑. โครงสร้างเป็นเหล็กกล้า แข็งแรง ทนทาน พ่นสีด้วยระบบไฟฟ้าแบบ Double powder coating
๒. มีเบาะรองสรีระแบบ ๓ ตอน หุ้มด้วยหนังสังเคราะห์อย่างดีและหนา ไม่ซับเหงื่อ
๓. ด้านข้างเบาะรองนั่งมีแกนเหล็กหุ้มด้วยวัสดุกันลื่นปิดจุกอย่างดีสำหรับมือจับ
๔. แกนต้นขาสามารถปรับระดับได้เพื่อความยืดหยุ่นและเหมาะสมกับสรีระในการออกแรงดันน้ำหนัก
๕. เบาะพนักพิงหลังสามารถปรับเลื่อนเข้าออกได้ เพื่อความเหมาะสมกับสรีระของผู้ฝึก
๖. ใช้ Cam ในการปรับช่วงการฝึก
๗. มีแผ่นน้ำหนักรวมไม่น้อยกว่า ๑๐๙ กิโลกรัม เคลือบกันสนิม
๘. ใช้สลิงแบบ Back nylon สำหรับออกแรงดึงน้ำหนัก ซึ่งมีความเหนียวและทนทานในการใช้งาน
๙. มีรอก เป็นระบบทดน้ำหนัก เพื่อให้การออกแรงมีความสม่ำเสมอตลอดช่วงการดึงน้ำหนัก
๑๐. มีแผ่นป้ายแสดงวิธีการฝึกติดในตัวเครื่อง
๑๑. มียางรองฐานอุปกรณ์
๑๒. ขนาดอุปกรณ์ไม่น้อยกว่า ยาว ๑๓๐ เซนติเมตร กว้าง ๙๐ เซนติเมตร สูง ๑๓๕ เซนติเมตร

ตรวจถูกต้อง

ว่าที่ น.ต.

ประธานกรรมการ

ว่าที่ น.ต.

กรรมการ

ว่าที่ ร.ต.

กรรมการ

คณะกรรมการจัดทำร่างขอบเขตงาน

๖๖ ก.ย.๖๗

### ตัวอย่างรูป ชุดฝึกกล้ามเนื้อต้นขาด้านหลังและน่อง



#### คุณลักษณะเฉพาะพัสดุ ชุดฝึกกล้ามเนื้อต้นขาด้านหลังและน่อง

๑. โครงสร้างเป็นเหล็กกล้า แข็งแรง ทนทาน พ่นสีด้วยระบบไฟฟ้าแบบ Double powder coating
๒. มีเบาะรองสรีระแบบ ๔ ตอน หุ้มด้วยหนังสังเคราะห์อย่างดีและหนา ไม่ซับเหงื่อ
๓. ด้านเบาะรองแขนทั้งสองข้างมีแกนเหล็กหุ้มด้วยวัสดุกันลื่นปิดจุกอย่างดีสำหรับมือจับ
๔. แกนต้นขาและน่องสามารถเคลื่อนที่ได้อย่างอิสระเพื่อความยืดหยุ่นในการออกแรงต้านน้ำหนัก
๕. แกนต้นขามีน้ำหนักถ่วงเพื่อให้เกิดความบาลานซ์ในการออกแรง
๖. ใช้ Cam ในการปรับช่วงการฝึกเพิ่มความสามารถของกล้ามเนื้อ
๗. มีแผ่นน้ำหนักรวมไม่น้อยกว่า ๙๔ กิโลกรัม เคลื่อนกลับสนิม
๘. ใช้สลิงแบบ Back nylon สำหรับออกแรงดึงน้ำหนัก
๙. มีรอก เป็นระบบทดน้ำหนัก
๑๐. มีแผ่นป้ายแสดงวิธีการฝึกติดในตัวเครื่อง
๑๑. มียางรองฐานอุปกรณ์
๑๒. ขนาดอุปกรณ์ไม่น้อยกว่า ยาว ๑๕๒ เซนติเมตร กว้าง ๙๐ เซนติเมตร สูง ๑๓๕ เซนติเมตร

ตรวจถูกต้อง

ว่าที่ น.ต.

ประธานกรรมการ

ว่าที่ น.ต.

กรรมการ

ว่าที่ ร.ต.

กรรมการ

คณะกรรมการจัดทำร่างขอบเขตงาน

๒๑ ก.ย.๖๗

### ตัวอย่างรูป ชุดฝึกกล้ามเนื้ออกประสงค์



### คุณลักษณะเฉพาะพัสดุ ชุดฝึกกล้ามเนื้ออกประสงค์

๑. โครงสร้างทำจากเหล็กหนา ๒.๕ มิลลิเมตร พ่นสีด้วยระบบไฟฟ้า powder coating process
๒. บาร์โอลิมปิก สำหรับยกน้ำหนักขนาดแกน ๑ ๑/๔ นิ้ว แกนสวมแผ่นน้ำหนักเส้นผ่านศูนย์กลาง ๒ นิ้ว
๓. มีระบบถ่วงน้ำหนัก (Counter Balance) เพื่อป้องกันอุบัติเหตุ และช่วยให้การยกน้ำหนักสะดวกขึ้น
๔. มีแกนบังคับคานยกน้ำหนักขึ้นลงในแนวตั้งทั้งสองข้างพร้อมตัวล็อคระดับ เพื่อความปลอดภัยในการเคลื่อนที่
๕. มีตัวหยุดพักคานยกน้ำหนัก (Stop Bar) ๑๐ จุด
๖. มีแกนแขวนแผ่นน้ำหนักด้านข้าง ข้างละ ๓ จุด
๗. มีช่องว่างสำหรับฝึกพร้อมกับเก้าอี้บริหารได้
๘. มียางรองพื้นอุปกรณ์ทั้ง ๔ ด้าน เพื่อความมั่นคงในการวางอุปกรณ์ และป้องกันการลื่นไถล
๙. มีฝาท่อแกน Counter Balance เพื่อความปลอดภัยในขณะออกแรงฝึก
๑๐. มีแกนกลางยึดด้านข้างเพื่อความมั่นคงและแข็งแรงของอุปกรณ์
๑๑. ขนาดอุปกรณ์ กว้าง ๑๔๒ เซนติเมตร ยาว ๒๒๑ เซนติเมตร สูง ๒๓๖ เซนติเมตร
๑๒. มีเอกสารรับรองมาตรฐาน ISO 9001 EN 957

ตรวจถูกต้อง

ว่าที่ น.ต.

ประธานกรรมการ

ว่าที่ น.ต.

กรรมการ

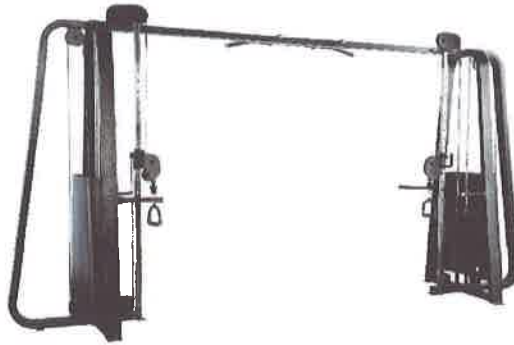
ว่าที่ ร.ต.

กรรมการ

คณะกรรมการจัดทำร่างขอบเขตงาน

๑๑ ก.ย.๖๗

### ตัวอย่างรูป ชุดฝึกกล้ามเนื้อรวมแบบ ๒ สถานี



### คุณลักษณะเฉพาะพัสดุ ชุดฝึกกล้ามเนื้อรวมแบบ ๒ สถานี

๑. โครงสร้างเป็นเหล็กกล้า แข็งแรง ทนทาน พ่นสีด้วยระบบไฟฟ้าแบบ Double powder coating
๒. มีน้ำหนัก ๒ ชุด ชุดละ ๑๐๙ รวม ๒๑๘ กิโลกรัม ทำจากเหล็กอย่างดีเคลือบกันสนิม
๓. มีคานเหล็กยาวยึดติดสถานีน้ำหนักทั้งสองชุด พร้อมบาร์มือจับตรงกลาง สำหรับบริหารกล้ามเนื้อแขน
๔. ใช้ สลิงแบบ Back nylon สำหรับออกแรงดึงน้ำหนัก ซึ่งมีความเหนียวและทนทานในการใช้งาน
๕. มีแกนแนวตั้งปรับช่วงการออกแรงในน้ำหนักแต่ละชุด ได้อย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อความหลากหลายในการฝึก
๖. มีรอก เป็นระบบทดน้ำหนัก เพื่อให้การออกแรงมีความสม่ำเสมอตลอดช่วงการดึงน้ำหนัก
๗. มียางรองฐานอุปกรณ์ เพื่อป้องกันความเสียหายกับพื้นวางได้

ตรวจถูกต้อง

ว่าที่ น.ต.

ประธานกรรมการ

ว่าที่ น.ต.

กรรมการ

ว่าที่ ร.ต.

กรรมการ

คณะกรรมการจัดทำร่างขอบเขตงาน

๒๒ ก.ย.๖๗

### ตัวอย่างรูป ชุดฝึกกล้ามเนื้อหลัง



### คุณลักษณะเฉพาะวัสดุ ชุดฝึกกล้ามเนื้อหลัง

๑. โครงสร้างเป็นเหล็กกล้า แข็งแรง ทนทาน พ่นสีด้วยระบบไฟฟ้าแบบ Double powder coating
๒. มีเบาะรองสรีระแบบ ๒ ตอนหุ้มด้วยหนังสังเคราะห์อย่างดีและหนา ไม่ซับเหงื่อ
๓. มีแกนมือจับสำหรับออกแรงดึงต้านน้ำหนัก หุ้มด้วยวัสดุกันลื่น
๔. เบาะดันหน้าอกหุ้มด้วยวัสดุอย่างดี สามารถปรับเลื่อนได้ เพื่อให้เกิดความเหมาะสมกับสรีระ
๕. เบาะรองนั่งสามารถปรับขึ้นลงได้ ๙ ระดับ เพื่อให้เกิดความเหมาะสมกับสรีระ
๖. มีที่ใส่แผ่นน้ำหนักด้านข้างตัวเครื่อง ๒ ด้าน
๗. รับน้ำหนักได้สูงสุด ๒๕๐ กิโลกรัม
๘. มียางรองฐานอุปกรณ์ เพื่อป้องกันความเสียหายกับพื้นวางได้
๙. ขนาดอุปกรณ์ กว้าง ๑๒๕ เซนติเมตร ยาว ๑๑๓ เซนติเมตร สูง ๑๖๓ เซนติเมตร

ตรวจถูกต้อง

|             |                                                                                      |               |
|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| ว่าที่ น.ต. |  | ประธานกรรมการ |
| ว่าที่ น.ต. |  | กรรมการ       |
| ว่าที่ ร.ต. |  | กรรมการ       |

คณะกรรมการจัดทำร่างขอบเขตงาน

๖๖ ก.ย.๖๗

### ตัวอย่างรูป ม้าบริหารส่วนหลัง



### คุณลักษณะเฉพาะพิเศษ ม้าบริหารส่วนหลัง

๑. เป็นอุปกรณ์ที่มีโครงสร้างทำด้วยเหล็กกล้าคุณภาพมาตรฐานอุตสาหกรรม
๒. มีมาตรฐานระบบสีโครงสร้างด้วยคุณสมบัติเคลือบ ๒ ชั้น (Proprietary two-coat powder process)
๓. เป็นอุปกรณ์ที่ใช้ฝึกกล้ามเนื้อส่วนหลัง
๔. เบาะพองปรับระดับ ขึ้น-ลง ได้ตามสรีระของผู้ฝึก
๕. เบาะหุ้มด้วยหนัง PVC เกรด A ให้ความนุ่มและไม่ซับซ้อน โค้งเว้ารองรับสรีระ
๖. โครงสร้างรองรับน้ำหนักได้ไม่น้อยกว่า ๖๖ กิโลกรัม / ๑๔๕.๒ ปอนด์
๗. ขนาดอุปกรณ์ไม่ต่ำกว่า กว้าง ๗๙ เซนติเมตร ยาว ๑๘๕ เซนติเมตร สูง ๑๑๙ เซนติเมตร

ตรวจถูกต้อง

ว่าที่ น.ต.

ว่าที่ น.ต.

ว่าที่ ร.ต.

ประธานกรรมการ

กรรมการ

กรรมการ

คณะกรรมการจัดทำร่างขอบเขตงาน

๖๖ ก.ย.๖๗

### ตัวอย่างรูป เครื่องบริหารกล้ามเนื้อ ขา น่อง แบบยืน



#### คุณลักษณะเฉพาะที่สุด เครื่องบริหารกล้ามเนื้อ ขา น่อง แบบยืน

๑. เป็นอุปกรณ์ที่ใช้ฝึกกล้ามเนื้อ ขา น่อง แบบยืน
๒. เบาะหุ้มด้วยโฟม Bolt flex ให้ความนุ่มและไม่ซับเหงื่อ โค้งเว้ารองรับสรีระ
๓. มีที่ใส่แผ่นน้ำหนักที่ตัวเครื่อง ๒ จุด
๔. มีที่เก็บแผ่นน้ำหนักที่ตัวเครื่อง ๔ จุด
๕. โครงสร้างมีน้ำหนักรวมทั้งหมดไม่น้อยกว่า ๑๓๐ กิโลกรัม / ๒๘๖ ปอนด์
๖. ขนาดอุปกรณ์ กว้าง ๑๐๖ เซนติเมตร ยาว ๒๐๒ เซนติเมตร สูง ๑๖๑ เซนติเมตร

ตรวจถูกต้อง

ว่าที่ น.ต.

ว่าที่ น.ต.

ว่าที่ ร.ต.

ประธานกรรมการ

กรรมการ

กรรมการ

คณะกรรมการจัดทำร่างขอบเขตงาน

๑๑ ก.ย.๖๗

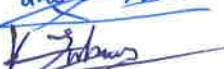
### ตัวอย่างรูป ม้าบริหารกล้ามเนื้อแบบราบ



### คุณลักษณะเฉพาะวัสดุ ม้าบริหารกล้ามเนื้อแบบราบ

๑. โครงสร้างประกอบจากเหล็กเหล็มนหนาคุณภาพดี พ่นสีด้วยระบบ powder coating process ให้การยึดติดและคงทน
๒. เบาะรองนั่งหุ้มด้วยหนังสังเคราะห์อย่างดี ไม่ซับเหงื่อ
๓. มียางรองพื้นอุปกรณ์ เพื่อความมั่นคงในการวางอุปกรณ์ และป้องกันการสั่นไหว
๔. มีล้อเลื่อนสำหรับเคลื่อนย้ายอุปกรณ์
๕. มีแกนมือจับสำหรับยกหรือลากอุปกรณ์
๖. ขนาดอุปกรณ์ ๑๓๕ เซนติเมตร ๗๖ เซนติเมตร ๔๓ เซนติเมตร

ตรวจถูกต้อง

|             |                                                                                      |               |
|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| ว่าที่ น.ต. |  | ประธานกรรมการ |
| ว่าที่ น.ต. |  | กรรมการ       |
| ว่าที่ ร.ต. |  | กรรมการ       |

คณะกรรมการจัดทำร่างขอบเขตงาน

๖๖ ก.ย.๖๗

### ตัวอย่างรูป ม้าบริหารกล้ามเนื้อหน้าท้อง



### คุณลักษณะเฉพาะพิเศษ ม้าบริหารกล้ามเนื้อหน้าท้อง

๑. โครงสร้างประกอบจากเหล็กเหล็มนหนาคุณภาพดี พ่นสีด้วยระบบ powder coating process
๒. เบาะรองนั่งหุ้มด้วยหนังสังเคราะห์อย่างดี และหนา
๓. มียางรองพื้นอุปกรณ์ เพื่อความมั่นคงในการวางอุปกรณ์ และป้องกันการลื่นไถล
๔. มีล้อเลื่อนสำหรับเคลื่อนย้ายอุปกรณ์
๕. มีแกนมือจับสำหรับพยุงตัวขึ้นหรือยืดเหยียดลำตัว
๖. สามารถปรับระดับลาดเอียงพร้อมแกนล็อก เพื่อความแน่นหนาและมั่นคงในขณะฝึก
๗. มีแกนยึดหยุ่นรองรับฐานเบาะเพื่อความสะดวกและง่ายในการปรับระดับ
๘. ขนาดอุปกรณ์ไม่น้อยกว่า ยาว ๑๖๒ เซนติเมตร กว้าง ๗๐ เซนติเมตร สูง ๘๑ เซนติเมตร

|             |             |               |
|-------------|-------------|---------------|
| ว่าที่ น.ต. | ตรวจถูกต้อง | ประธานกรรมการ |
| ว่าที่ น.ต. |             | กรรมการ       |
| ว่าที่ ร.ต. |             | กรรมการ       |

คณะกรรมการจัดทำร่างขอบเขตงาน

๒๑ ก.ย.๖๗

### ตัวอย่างรูป ม้านั่งอเนกประสงค์



### คุณลักษณะเฉพาะวัสดุ ม้านั่งอเนกประสงค์

๑. โครงสร้างประกอบจากเหล็กเหล็มนหนาคุณภาพดี พ่นสีด้วยระบบ powder coating process
๒. เบาะรองนั่งหุ้มด้วยหนังสังเคราะห์อย่างดี และหนา
๓. มียางรองพื้นอุปกรณ์ เพื่อความมั่นคงในการวางอุปกรณ์ และป้องกันการลื่นไถล
๔. มีล้อเลื่อนสำหรับเคลื่อนย้ายอุปกรณ์
๕. เบาะรองนั่งสามารถปรับระดับได้ ๓ ระดับ และลำตัวส่วนบนปรับได้ ๖ ระดับ
๖. ขนาดอุปกรณ์ไม่น้อยกว่า ๑๖๐ เซนติเมตร กว้าง ๖๐ สูง ๘๐ เซนติเมตร

ตรวจถูกต้อง

ว่าที่ น.ต.

ว่าที่ น.ต.

ว่าที่ ร.ต.

ประธานกรรมการ

กรรมการ

กรรมการ

คณะกรรมการจัดทำร่างขอบเขตงาน

๑๑ ๖.๒.๒๓

### ตัวอย่างรูป ชั้นวางดัมเบล



### คุณลักษณะเฉพาะพัสดุ ชั้นวางดัมเบล

๑. โครงสร้างประกอบจากเหล็กเหล็มนหนาคุณภาพดี พ่นสีด้วยระบบ powder coating process ให้การยึดติดและคงทน
๒. มีถาดวางดัมเบลที่ทำจากยางอย่างดีหนาทนทาน
๓. สามารถวางดัมเบล ได้ ๑๐ คู่
๔. มียางรองพื้น เพื่อกันลื่น
๕. ขนาดอุปกรณ์ไม่น้อยกว่า ๗๒ เซนติเมตร ๒๔๘ เซนติเมตร ๘๑ เซนติเมตร

ตรวจถูกต้อง

ว่าที่ น.ต.

ว่าที่ น.ต.

ว่าที่ ร.ต.

ประธานกรรมการ

กรรมการ

กรรมการ

คณะกรรมการจัดทำร่างขอบเขตงาน

๒๖ ก.ย.๖๗

## ตัวอย่างรูป ดัมเบลหุ้มยาง พร้อมชั้นวาง



### คุณลักษณะเฉพาะวัสดุ ดัมเบลหุ้มยาง พร้อมชั้นวาง

๑. ลูกดัมเบลผลิตจากเหล็ก หุ้มด้วยยางสังเคราะห์สีดำ ด้านจับชุบโครเมียมพิมพ์ลายกันลื่น ในชุดประกอบด้วยชุดดัมเบล ๑๐ คู่

|      |                  |       |
|------|------------------|-------|
| ๑.๑  | น้ำหนัก ๒๗.๕ กก. | ๑ คู่ |
| ๑.๒  | น้ำหนัก ๓๐ กก.   | ๑ คู่ |
| ๑.๓  | น้ำหนัก ๓๒.๕ กก. | ๑ คู่ |
| ๑.๔  | น้ำหนัก ๓๕ กก.   | ๑ คู่ |
| ๑.๕  | น้ำหนัก ๓๗.๕ กก. | ๑ คู่ |
| ๑.๖  | น้ำหนัก ๔๐ กก.   | ๑ คู่ |
| ๑.๗  | น้ำหนัก ๔๒.๕ กก. | ๑ คู่ |
| ๑.๘  | น้ำหนัก ๔๕ กก.   | ๑ คู่ |
| ๑.๙  | น้ำหนัก ๔๗.๕ กก. | ๑ คู่ |
| ๑.๑๐ | น้ำหนัก ๕๐ กก.   | ๑ คู่ |

น้ำหนักรวม ๗๗๕ กิโลกรัม

๒. ชั้นวางดัมเบลผลิตจาก เหล็ก แข็งแรง ทนทาน พื้นสีด้วยระบบไฟฟ้าแบบ Double powder coating ชั้นวางแบ่งเป็น ๒ ชั้น วางดัมเบลได้ ๑๐ คู่

๓. มีเอกสารรับรองมาตรฐาน ISO 9001

|                              |                                                                                      |               |
|------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
|                              | ตรวจถูกต้อง                                                                          |               |
| ว่าที่ น.ต.                  |  | ประธานกรรมการ |
| ว่าที่ น.ต.                  |  | กรรมการ       |
| ว่าที่ ร.ต.                  |  | กรรมการ       |
| คณะกรรมการจัดทำร่างขอบเขตงาน |                                                                                      |               |

๑๑ ก.ย.๖๗

## ตัวอย่างรูป แผ่นน้ำหนักหุ้มยาง



### คุณลักษณะเฉพาะวัสดุ แผ่นน้ำหนักหุ้มยาง

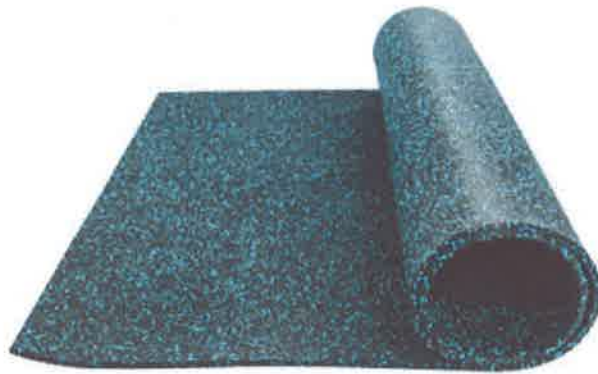
๑. แผ่นน้ำหนักผลิตจากเหล็ก หุ้มด้วยยางสังเคราะห์สีดำ ๒.๕-๒๕ kg เริ่มตั้งแต่  
๒.๕ กิโลกรัม ๑ คู่  
๕ กิโลกรัม ๑ คู่  
๑๐ กิโลกรัม ๑ คู่  
๑๕ กิโลกรัม ๑ คู่  
๒๐ กิโลกรัม ๑ คู่  
๒๕ กิโลกรัม ๑ คู่  
รวม จำนวน ๖ คู่ น้ำหนักรวม ๑๕๕ กิโลกรัม
๒. รูเลียบคานบาร์ขนาดเส้นผ่านศูนย์กลาง ๒ นิ้ว

|             |                                                                                      |               |
|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
|             | ตรวจถูกต้อง                                                                          |               |
| ว่าที่ น.ต. |  | ประธานกรรมการ |
| ว่าที่ น.ต. |  | กรรมการ       |
| ว่าที่ ร.ต. |  | กรรมการ       |

คณะกรรมการจัดทำร่างขอบเขตงาน

๖๖ ก.ย.๖๗

ตัวอย่างรูป แผ่นยางรองออกกำลังกาย



คุณลักษณะเฉพาะวัสดุ แผ่นยางรองออกกำลังกาย

๑. แผ่นยางรองเครื่องออกกำลังกาย
๒. พื้นยาง ทำจากยางพารา สังกะระะห์
๓. หนา ๕ มิลลิเมตร
๔. ขนาดไม่ต่ำกว่า กว้าง ๑ เมตร ยาว ๒ เมตร

ตรวจถูกต้อง

ว่าที่ น.ต.

ว่าที่ น.ต.

ว่าที่ ร.ต.

ประธานกรรมการ

กรรมการ

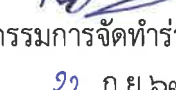
กรรมการ

คณะกรรมการจัดทำร่างขอบเขตงาน

๖๖ ก.ย.๖๗

รายการความต้องการงาน เช่าเหมาบริการเครื่องออกกำลังกาย

| ลำดับที่ | รายการจัดซื้อจัดจ้าง                   | จำนวน | หน่วยนับ          | ราคาต่อหน่วย<br>(บาท) | ราคารวม<br>(บาท) | หมายเหตุ |
|----------|----------------------------------------|-------|-------------------|-----------------------|------------------|----------|
|          | เช่าเหมาบริการเครื่องออกกำลังกาย       | 22    | รายการ            | -                     | 250,000.00       |          |
| 1.       | เครื่องวิ่งไฟฟ้า                       | 3     | เครื่อง           |                       |                  |          |
| 2.       | เครื่องเดินวงรี                        | 1     | เครื่อง           |                       |                  |          |
| 3.       | จักรยานนั่งพิงปั่น                     | 2     | เครื่อง           |                       |                  |          |
| 4.       | จักรยานนั่งตรงปั่น                     | 2     | เครื่อง           |                       |                  |          |
| 5.       | ชุดฝึกกล้ามเนื้อหัวไหล่                | 1     | เครื่อง           |                       |                  |          |
| 6.       | ชุดฝึกกล้ามเนื้อหน้าอกและแขน           | 1     | ชุด               |                       |                  |          |
| 7.       | ชุดฝึกกล้ามเนื้อหน้าอกและไหล่          | 1     | ชุด               |                       |                  |          |
| 8.       | ชุดฝึกกล้ามเนื้อหลังส่วนบน แขนและไหล่  | 1     | ชุด               |                       |                  |          |
| 9.       | ชุดฝึกกล้ามเนื้อต้นขาด้านหน้า          | 1     | ชุด               |                       |                  |          |
| 10.      | ชุดฝึกกล้ามเนื้อต้นขาด้านหลังและน่อง   | 1     | ชุด               |                       |                  |          |
| 11.      | ชุดฝึกกล้ามเนื้ออกเนกประสงค์           | 1     | ชุด               |                       |                  |          |
| 12.      | ชุดฝึกกล้ามเนื้อรวมแบบ ๒ สถานี         | 1     | ชุด               |                       |                  |          |
| 13.      | ชุดฝึกกล้ามเนื้อหลัง                   | 1     | ชุด               |                       |                  |          |
| 14.      | ม้าบริหารส่วนหลัง                      | 1     | ตัว               |                       |                  |          |
| 15.      | เครื่องบริหารกล้ามเนื้อ ขา น่อง แบบยืน | 1     | เครื่อง           |                       |                  |          |
| 16.      | ม้าบริหารกล้ามเนื้อแบบราบ              | 2     | ตัว               |                       |                  |          |
| 17.      | ม้าบริหารกล้ามเนื้อหน้าท้อง            | 2     | ตัว               |                       |                  |          |
| 18.      | ม้านั่งอเนกประสงค์                     | 2     | ตัว               |                       |                  |          |
| 19.      | ชั้นวางดัมเบล                          | 1     | ชั้น              |                       |                  |          |
| 20.      | ดัมเบลหุ้มยาง พร้อมชั้นวาง             | 10    | ชุด               |                       |                  |          |
| 21.      | แผ่นน้ำหนักหุ้มยาง                     | 3     | ชุด               |                       |                  |          |
| 22.      | แผ่นยางรองออกกำลังกาย                  | 96    | แผ่น              |                       |                  |          |
|          | รวม                                    | 135   | ชิ้น              |                       |                  |          |
|          |                                        |       | วงเงินรวมทั้งสิ้น |                       | 250,000.00       |          |

ตรวจสอบ  
 ว่าที่ น.ต.  ประธานกรรมการ  
 ว่าที่ น.ต.  กรรมการ  
 ว่าที่ ร.ต.  กรรมการ  
 คณะกรรมการจัดทำร่างขอบเขตงาน