



Техникийн тодорхойлолт:20

№	Үзүүлэлт /марк/	Шаардлага				
1	Бараа	Бүх бараа, тоног төхөөрөмж нь шинэ, ашиглагдаагүй байх				
2	Зориулалт	Албан хэрэгцээнд				
3	Стандарт	Бараа, материал нь олон улсын хэмжээнд болон Монгол улсад мөрдөж буй стандартын шаардлагыг хангасан байна				
4	Баталгаат хугацаа	Бараа материал тоног төхөөрөмжийг нийлүүлж хүлээлгэн өгснөөс хойш 6 сарын хугацаанд чанарын баталгаа шаардана.				
5	Бараа нийлүүлэх байршил	Хонгор сум 11-р сургууль				
2	Тоног төхөөрөмжийн нэр	Тодорхойлолт	Тоо хэмжээ	Нэгж үнэ (төг)	Нийт үнэ (төг)	Зураг
2.1	Гүйлтийн зам SOLEF63 дүйцэхүйц	2105x1675x885мм, 150кг даацтай, 3.0HP мотортой, 1.0-20км/ц хурдтай, 0-15% хүртэл өргөдөг байх	1	5,280,000.0	5,280,000.0	
2.2	Олон үйлдэлт төхөөрөмж IMPULSE PS300D дүйцэхүйц	1799x1207x2114мм хэмжээтэй, 251.4кг жинтэй, 72 кг ачаатай, 42 үйлдэлтэй, евро стандартын сайн чанарын материалтай байх	1	6,600,000.0	6,600,000.0	

2.3	Гантель иж бүрдэл	Тавиур, гантельны иж бүрдэл	1	1,350,000.0	1,350,000.0	
2.4	Штанг иж бүрдэл-замтай, суултын төхөөрөмж	1946x300x1727мм хэмжээтэй, 42 кг-аас багагүй жинтэй голтойгоо хамт, 100кг штангны дисктэй байх	1	4,848,000.0	4,848,000.0	
2.5	Толин хана суурилуулалтайга а	200x100 хэмжээтэй, хамгаалалтын хуулгатай, гэрэлтэй толь, суурилуулалтын хөлс багтсан байх	2	711,000.0x2 /Толь/, 400,000.0 /Суурилуулалт	1,822,000.0	
	Нийт дүн /НӨАТ орсон/				19,900,000.0	

“ЧИЙРЭГ СУРГУУЛЬ – ЭРҮҮЛ ХАМТ ОЛОН”

(Спорт зааланд хэрэглэгдэхүүн бүхий чийрэгжүүлэх төсөл)

1. Төслийн үндэслэл

Орчин үеийн боловсролын байгууллагад сурагч, багш, ажилчдын **бие бялдын эрүүл мэнд, хөдөлгөөний идэвх** маш чухал байр суурь эзэлдэг.

Манай сургуульд:

- Сурагчдын хөдөлгөөний дутагдал нэмэгдэх
- Багш, ажилчдын ажлын ачааллаас шалтгаалсан стресс
- Эрүүл амьдралын хэв маягийг төлөвшүүлэх хэрэгцээ

зэрэг асуудлууд тулгарч байна.

Иймд сургуулийн зааланд хэрэглэгдэхүүн бүхий **чийрэгжүүлэх өрөө** байгуулснаар:

- Эрүүл, идэвхтэй амьдралын хэв маяг төлөвшинө.
- Сургалтын бүтээмж нэмэгдэнэ.
- Хамт олны уур амьсгал сайжирна.

2. Төслийн зорилго

Сургуулийн багш, ажилчид, сурагчдад зориулсан **аюулгүй, хүртээмжтэй фитнесс орчин** бүрдүүлэх.

3. Зорилтууд

- Фитнесс өрөөний стандартын дагуу тохижилт хийх
- Суурь болон дунд түвшний тоног төхөөрөмжөөр хангах
- Хэрэглээний журам, хуваарь гаргах
- Эрүүл амьдралын дадлыг хэвшүүлэх хөтөлбөр хэрэгжүүлэх

4. Хамрах хүрээ

- 6–12 ангийн сурагчид
- Багш, ажилчид
- Сургуулийн нийт хамт олон

5. Өрөөний зохион байгуулалт

▾ **Талбай:** 40м² (боломжит)

Бүсчлэл:

1. **Кардио бүс**
 - Гүйлтийн зам
 - Дугуй
2. **Хүчний дасгалын бүс**
 - Штанг, гантель
 - Олон үйлдэлт төхөөрөмж
3. **Сунгалтын бүс**
 - Иогийн дэвсгэр
 - Резин
4. **Амралт / сэргэлтийн булан**
 - Ус уух хэсэг
 - Сандал

6. Шаардлагатай тоног төхөөрөмж

Кардио төхөөрөмж-/Төслөөр/

- Гүйлтийн зам – 1ш

Хүчний төхөөрөмж-/Төслөөр/

- Олон үйлдэлт фитнес төхөөрөмж – 1ш
- Штанг (иж бүрдэл) – 1
- Гантель (иж бүрдэл) – 1






Нэмэлт хэрэгсэл-/Өөрсдийн хүчээр/

- Иогийн дэвсгэр – 10ш
- Резин татлага – 10ш
- Олс – 2ш
- Медбол – 4ш

Тохижилт-/ Өөрсдийн хүчээр/

- **Толин хана-ТӨСӨЛ**
- Шалны резинэн дэвсгэр
- Агааржуулалт
- Хөгжим (speaker)

7. Төсөв

№	Тоног төхөөрөмж	Тоо	Нэгж үнэ	Нийт	Тодорхойлолт	Зураг
1	Гүйлтийн зам SOLE F63	1	5.280.000	5.280.000	2105*1675*885мм,150кг даацтай, 3.0HPмотортой, 1.0- 20км/ц хурдтай, 0-15% хүртэл өргөнө,	
2	Олон үйлдэлт төхөөрөмж IMPULSE PS300D	1	6.600.000	6.600.000	1799*1207*2114мм хэмжээтэй, 251.4 кг жинтэй, 72 кг ачаатай, 42 үйлдэлтэй, евро стандартын сайн чанарын материалтай	
3	Гантель иж бүрдэл	1	1.350.000	1.350.000	Тавиур, гантельны иж бүрдэл	
4	Штанг иж бүрдэл- замтай, суултын төхөөрөмжтэй	1	4.848.000	4.848.000	1946*300*1727мм хэмжээтэй, 42 кг жинтэй, голтойгоо хамт, 100кг штангны дисктэй	
5	Толин хана суурилуулалттайгаа	2	711.000x2, 400.000	1.822.000	200X100 хэмжээтэй, хамгаалалтын хуулгатай, гэрэлтэй толь, суурилуулалтын хөлс багтсан.	
НИЙТ				19.900.000		

8. Хэрэгжилтийн төлөвлөгөө

Үе шат	Үйл ажиллагаа	Хугацаа
1	Судалгаа, төлөвлөлт	1 долоо хоног
2	Санхүүжилт	2–3 долоо хоног
3	Худалдан авалт	2 долоо хоног
4	Суурилуулалт	1 долоо хоног
5	Ашиглалтад оруулах	1 өдөр

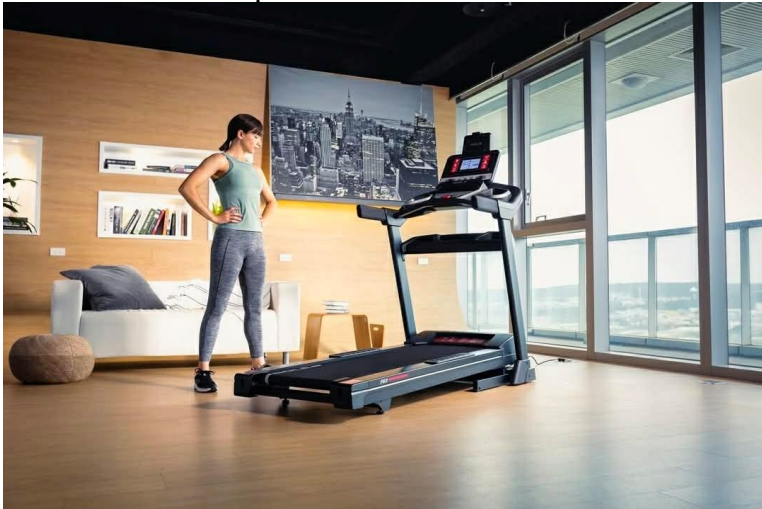
9. Хүлээгдэж буй үр дүн

- Сурагчдын эрүүл мэнд сайжирна
- Багш нарын ажлын бүтээмж нэмэгдэнэ
- Сургууль “Эрүүл орчин”-той болно
- Сургуулийн нэр хүнд өснө.

10. Тогтвортой байдал

- Ашиглалтын журам батлах
- Хариуцсан багш томилох
- Тогтмол үзлэг, засвар хийх
- “Фитнесс цаг” хөтөлбөр хэрэгжүүлэх

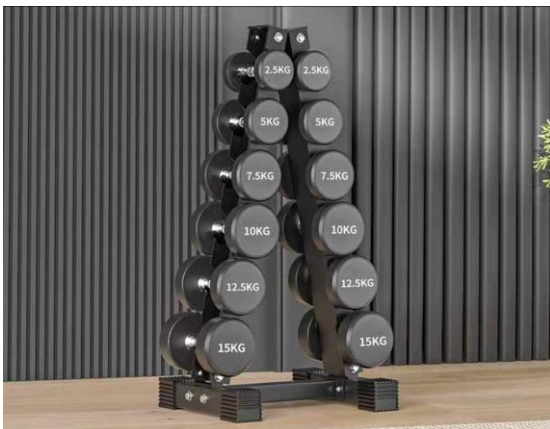
1. Гүйлтийн зам



2. Олон үйлдэлт төхөөрөмж



3. Гантель иж бүрдэл



4. Штанг иж бүрдэл



5. Заалны хамгаалалтын хуулгатай толь



ЭНГИЙН ХҮРЭЭГҮЙ ТОЛЬ

- ✓ Ирмэг дарсан энгийг пасак
- ✓ Ямарч нөлөөгүй толь
- ✓ Хүссэн хэмжээгээрээ захиал
- ✓ Гэрэлтэй толь болгож болно
- ✓ Хамгаалалтын хуулга нэмэлтээр хийлгэх боломжтой

ҮНИЙН МЭДЭЭЛЭЛ:

Хэмжээ	Энгийн	Хөндий хуулгатай
150-40	140.000₮	220.000₮
150-50	150.000₮	250.000₮
150-60	160.000₮	280.000₮
150-70	170.000₮	310.000₮
150-80	180.000₮	340.000₮
150-90	190.000₮	370.000₮
200-40	170.000₮	300.000₮
200-50	180.000₮	330.000₮
200-60	190.000₮	360.000₮
200-70	200.000₮	390.000₮
200-80	210.000₮	420.000₮
200-90	220.000₮	450.000₮
200-100	230.000₮	480.000₮
200-110	240.000₮	510.000₮
200-120	250.000₮	540.000₮
200-130	260.000₮	570.000₮
200-140	270.000₮	600.000₮
240-40	210.000₮	420.000₮
240-50	231.000₮	450.000₮
240-60	252.000₮	480.000₮
240-70	273.000₮	510.000₮
240-80	294.000₮	540.000₮
240-90	315.000₮	570.000₮
240-100	336.000₮	600.000₮
240-110	357.000₮	630.000₮
240-120	378.000₮	660.000₮
240-130	399.000₮	690.000₮
240-140	420.000₮	720.000₮
240-150	441.000₮	750.000₮
240-160	462.000₮	780.000₮

tolijaaz.mn ☎ **91133044**
Хүргэлт суурилуулалт үнэгүй