



Effektiv lydisolering  
av treningslokaler.

SYLOMER & SYLODYN

GERB STÅLFJÆRER

SPORTEC MATTER

G-FIT KLOSSER



**CHRISTIAN  
BERNER**

Expect more

# Innhold

## Våre løsninger

Skal du bygge gym- og treningslokaler? side 3

- Vi har løsningene klare for deg

1

Flytende gulv med Sylomer/Sylodyn klosser

side 4-5

- For tredemøller og medium til tung vektløftning

2

Flytende gulv med GERB stålfjærsystem

side 6-7

- For tredemøller, crossfit og meget tung vektløftning

3

Støyreduksjon med SPORTEC sportsmatter

side 8-10

- For effektiv støyreduksjon med sportsmatter

- Test: Dropp av vekter på SPORTEC sportsmatter

4

Støtdempende klosser fra G-fit og Sylodyn

side 11

- For ekstra støtdempende hjelpemiddel og beskyttelse av gulv og treningsutstyr

Kombinerte løsninger og referanseliste

side 12-13

- Typiske gulvløsninger og referanseliste



CHRISTIAN  
BERNER

# Skal du bygge gym- og treningslokaler?

- vi har løsningene klare for deg

Vi har i mange år hjulpet eiere av treningsentre og treningsrom med lydisolering i prosjekter av ulik størrelse. Til å hjelpe oss har vi markedets ledende løsninger og produkter.

Det er mange faktorer som avgjør hvilken gulvløsning som gir tilstrekkelig demping til lavest mulig kostnad. Vi har lang og bred erfaring og vi er klare for å veilede deg som kunde å finne den optimale løsningen med hensyn til funksjon og pris.

Det er viktig å merke seg at en tykk matte av gummi eller annet dempende materiale lagt oppå eksisterende gulv ofte ikke er tilstrekkelig for å dempe støy fra frivekter, tredemøller og annet tungt utstyr i et treningscenter. Vi tilbyr miljøvennlige løsninger og samarbeider med de beste leverandørene av kvalitetsprodukter på markedet, noe som gjør oss til en pålitelig partner og leverandør for deg.

## Viktige faktorer for valg av gulvløsning

Før vi velger den optimale gulvløsning for deg er det en del viktige faktorer å ta hensyn til:

- Hvilken type av trening gjelder det?
- Hvem er brukergruppen av treningsanlegget?
- Hvem kan bli forstyrret av aktiviteten i anlegget?
- Hva er tilgjengelig byggehøyde i anlegget?
- Hvordan er den bærende konstruksjonen oppbygd?



Ekspertise



Multiple løsninger



Kvalitetsprodukter



Miljøvennlig

Medium til tung vektløftning



Sylomer & Sylodyn  
klosser

Meget tung vektløftning



GERB  
stålfjærer

Effektiv støyreduksjon



SPORTEC  
sportsmatter

Klosser og tilbehør



G-Fit & Sylodyn  
klosser



## SYLOMER & SYLODYN

# Flytende gulv for gym- og treningslokaler

Et flytende gulv bygget på Sylomer og Sylodyn er det ideelle valget for deg som ønsker et mere behagelig og støyreduisert treningsmiljø.

Med vår ekspertise innen vibrasjon- og lydisolering, tilbyr vi skreddersydde gulvløsninger som kombinerer støyreduksjon med holdbarhet og enkel installasjon.

La oss sammen skape et treningsmiljø som oppfyller dine krav til komfort, ytelse og bærekraft.

### Sylomer® og Sylodyn® klosser

Sylomer/Sylodyn er optimal å bruke for bruksområder med høyt vibrasjonsnivå, gruppetimer og tung trening. Produktene er unike elastomer av polyuretan i mange varianter, hvilket gjør det mulig å tilpasse løsninger slik at kravene oppfylles.



Lavfrekvent støt- og lyddemping



Enkel installasjon



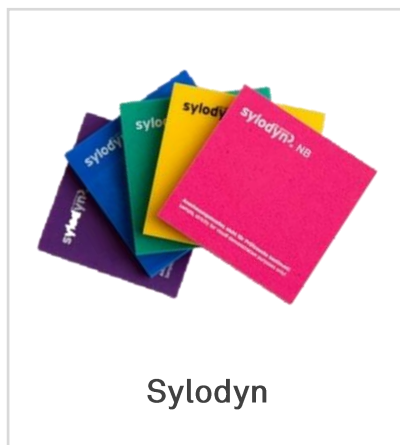
Kostnadseffektiv



Lang levetid



Sylomer



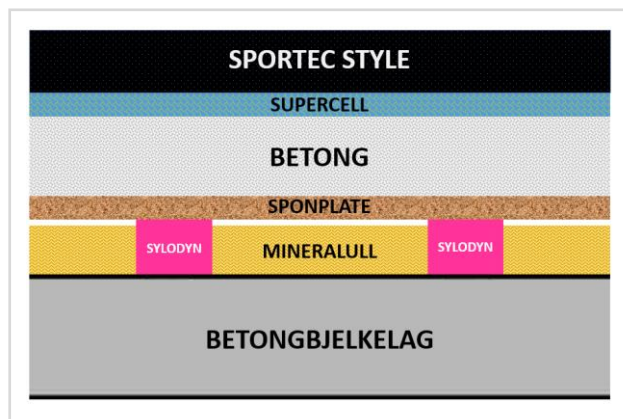
Sylodyn

Generelt gjelder det at jo lavere egenfrekvens et flytende gulv har desto bedre isolerer det mot lyd og støt.

Med et gulv på klosser av Sylomer og Sylodyn kan man nå ned til 7 Hz. "Vanlige" løsninger med støp på heldekkende trykkfast mineralull gir i de beste tilfeller en egenfrekvens rett under 50 Hz.

# Prinsippløsning - Flytende treningsgulv på klosser av Sylomer/Sylodyn

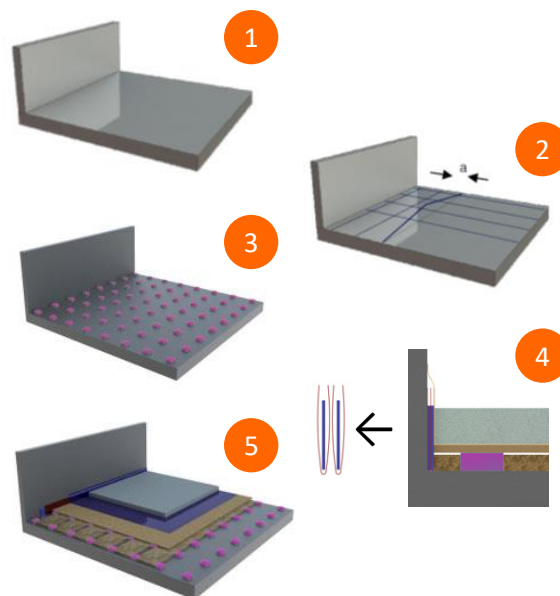
Overgulv:	SPORTEC Style: 30 mm / 70 mm SPORTEC Supercell: 10 mm / 20 mm
Masse:	Betong: Minimum 50 mm tykkelse.
Platemateriale:	Sponplate: 22-38 mm eller lignende.
Struktur-lydisolering:	Klosser av Sylomer/Sylodyn i tykkelse 25-100 mm legges på c/c 600 mm. Hulrom mellom klossene fylles 70-80% med mineralull.



Se flere gulvløsninger med Sylomer/Sylodyn på side 12.

## Monteringsanvisning for flytende gulv med Sylomer/Sylodyn

- 1 Se til at overflaten er ren, tørr og jevn.
  - 2 Marker et rutemønster på angitt senteravstand (a). Første kloss skal plasseres max 10 cm fra vegg eller kant.
  - 3 Punktlim klossene på angitt c/c-avstand. Mineralull legges mellom klossene.
  - 4 Legg platelaget (OSB/sponplate/kryssfiner) løst på klossene. Sørg for at betongen ikke får kontakt med vegger med en PE-folie (byggplast) i to lag.
  - 5 PE-folien legges på platene og et stykke opp på vegg.
- Bruk også polystyren eller stiv mineralull som distanse mellom vegg og påstøp.



### Sluttresultat

- Sylomer og Sylodyn dimensjoneres etter krav om isolering (=egenfrekvens) og nedfjæring. Alt fra dansesaler til frivekter. Ovenstående prinsippløsninger forbedres av tyngre gulv, høyere gulv, tykkere Sylomer/Sylodyn



## GERB STÅLFJÆRSYSTEM

# Flytende gulv for tung trening og crossfit

Ved å velge et flytende gulv med GERB stålfjærer, får du gulvløsning med eksepsjonell lydisolering av støy og vibrasjoner.

Med vår erfaring og kompetanse innen vibrasjons- og lydisolering kombinert med GERB's ledende stålfjærsystemer så har du den ultimative gulvløsning for å skape et unikt treningsmiljø med lavfrekvent støt- og lydemping.

### GERB® stålfjærer

Et gulv bygget på GERB stålfjærer er designet for å tåle svært kraftige støt og ekstremt støyende aktiviteter, som tung vektløfting og crossfit.

Fordelen med dette systemet er tilgangen til stålfjærene ovenfra, som muliggjør enkel tilpasning i etterkant. Dette gjør det også enkelt å erstatte en fjær ved behov.



Lavfrekvent støt- og lydemping



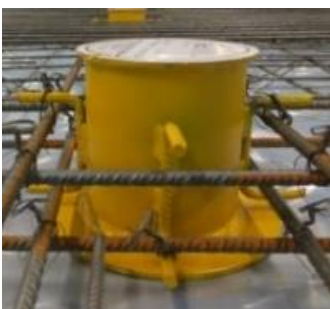
Fleksibilitet og enkel tilpasning



Reduksjon av kraftig strukturlyd



Lang levetid



GERB stålfjærhus



GERB stålfjærer

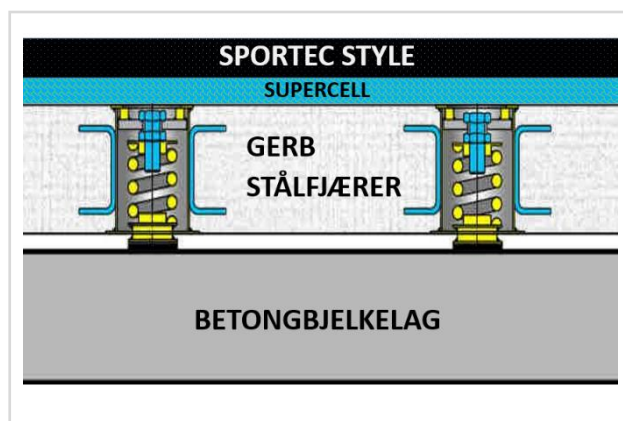
Generelt gjelder det at jo lavere egenfrekvens et flytende gulv har desto bedre isolerer det mot strukturlyd og støt.

Med GERBs stålfjærgulv kan man nå helt ned til 2,5 Hz. "Vanlige" løsninger med støp på heldekkende stiv mineralull gir i de beste tilfeller en egenfrekvens rett under 50 Hz.

# Prinsipløsning - Flytende tung treningsgulv med GERB stålfjærssystem

Overgulv:	SPORTEC Style:	30 mm / 70 mm
	SPORTEC Supercell:	10 mm / 20 mm
Struktur-lydisolering:	140 mm betong med innstøpt GERB stålfjærer Med 40 mm luftspalte	

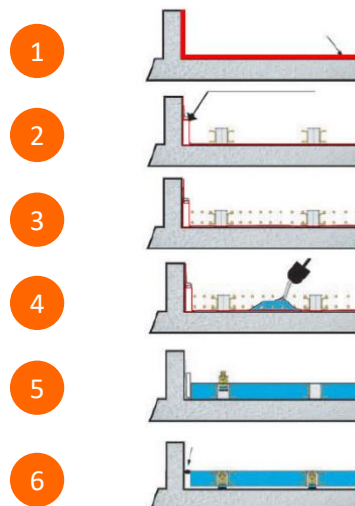
*Se flere gulvløsninger med GERB stålfjærer på side 13.*



## Monteringsanvisning for flytende gulv med GERB stålfjærer

Det eksisterende gulv rengjøres og eventuell avretting legges ut ved behov:

- 1 Legg et dobbelt lag med PE-folie (byggplast), skjøter teipes.
- 2 Utplassering av fjærhus, limt med silikon slik at det blir tett mot betongen. Isopor, min 20 mm, monteres mot tilstøtende vegger.
- 3 Festing av fjærhus og øvrig armeringsarbeide
- 4 Betongstøp
- 5 Installasjon av stålfjærer
- 6 Løfting av gulv og justering av høyden



### Sluttresultat

- En betongplate som flyter oppå gulvet. Eneste kontakten som overfører energi og lyd er de godt isolerende stålfjærene. Kombinasjonen av økt masse av betong og fjæring gjennom stålfjærer resulterer i et gulv med meget god isolering.



## SPORTEC SPORTSMATTER

# Effektiv støyreduisering med sportsmatter fra SPORTEC

For å fullføre våre gulvløsninger anbefaler vi å bruke SPORTEC sportsmatter som overgulv for effektiv støyreduksjon. Med sin slitesterke konstruksjon tåler de selv de mest intense treningsøktene og tunge slag, og deres sklisikre overflater bidrar til å forhindre fall og skader som gir full trygghet og komfort.

Enkel installasjon og minimalt vedlikehold gjør det enkelt å tilpasse og oppgradere ditt treningsområde. Velg blant vårt anbefalte utvalg av størrelser, tykkelser og farger for å skape et gulv som passer perfekt til dine behov og preferanser.

### SPORTEC® sportsmatter

SPORTEC Style er en armert matte av resirkulert gummi. Matten er robust og meget enkel å montere. Matten gir meget god beskyttelse alene. For beste mulig isolering anbefales at den brukes sammen med SPORTEC Supercell.



Ekstra støt- og lyddemping



Raskt og enkelt montering



Sklisikre overflater



Holdbarhet



SPORTEC Style



SPORTEC Supercell

SPORTEC sportsmatter er veldig effektive. Mattenes egenskaper som støtdemping, antiskli og enkel rengjøring gjør dem svært populære å montere for treningsentrene.

I noen tilfeller kan SPORTEC sportsmatter være tilstrekkelige til å isolere selv tunge vektøfting uten kombinasjon med Sylodyn-gulv eller GERB-gulv



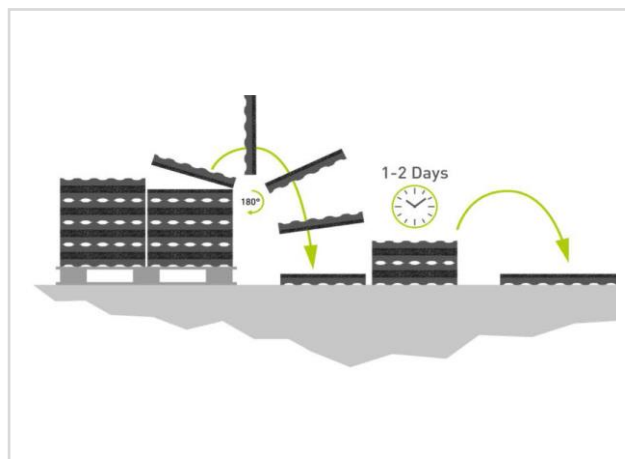
# Forberedelse før installasjon av SPORTEC sportsmatter

**Underlag:** Det må være et fast underlag som er avrettet, tørt, rent og fritt for sprekker og ujevnheter. Sørg også for at underlaget er støvfritt.

**Forberedelse:** Ta ned platene fra pallene og legg dem løse på gulvet. Dette gjøres 1-2 dager før installasjon for å sikre korrekt akklimatisering.

**Akklimatisering:** Platene skal stables annenhver med overflate mot overflate, og baksida mot baksida for ikke å skrape opp overflaten

**Installasjon:** Montering av platene varierer individuelt avhengig av dimensjon på platene.



## Monteringsanvisning av SPORTEC sportsmatter

Montering av platene varierer individuelt avhengig av dimensjon på platene.

**1** Plasser den første platen mot vegg/hjørne og fortsett montasjen. Hvis nødvendig marker en rett linje før montering. Hvis det er runde og ujevne hjørner, kapp platene til ønsket form og monter disse.

**2** Ved oppstart montasje legges første rad langs krittlinje, vegg eller ønsket kant. Legg platene helt inntil hverandre uten mellomrom og med plastpinner pekende mot neste rad.

### a) Montering av plater i 500x500mm og 500x1000mm

**3** Rad 2 skal monteres forskjøvet i forhold til første rad, sånn at platene legges i forband.

### b) Montering av plater i 1000x1000mm

**4** Rad 2 skal monteres inntil rad 1 hjørne mot hjørne.

**5** Start montasje rad 2 på samme måten med å legge dem inntil hverandre.

**6** Under montasjen skal man sørge for at de ikke blir noe mellomrom mellom platene. Bruk en gummihammer eller lignende for å sikre dette og pass på nøyaktig montering av plastpinner.

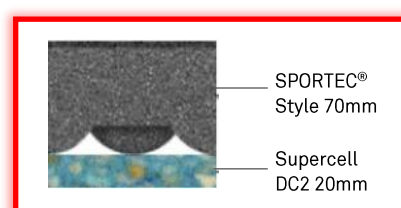
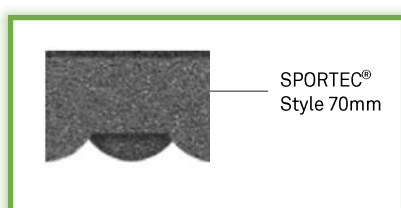
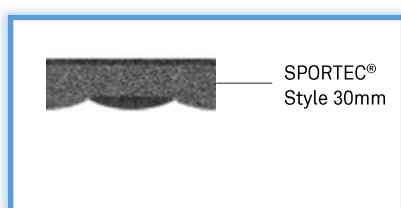
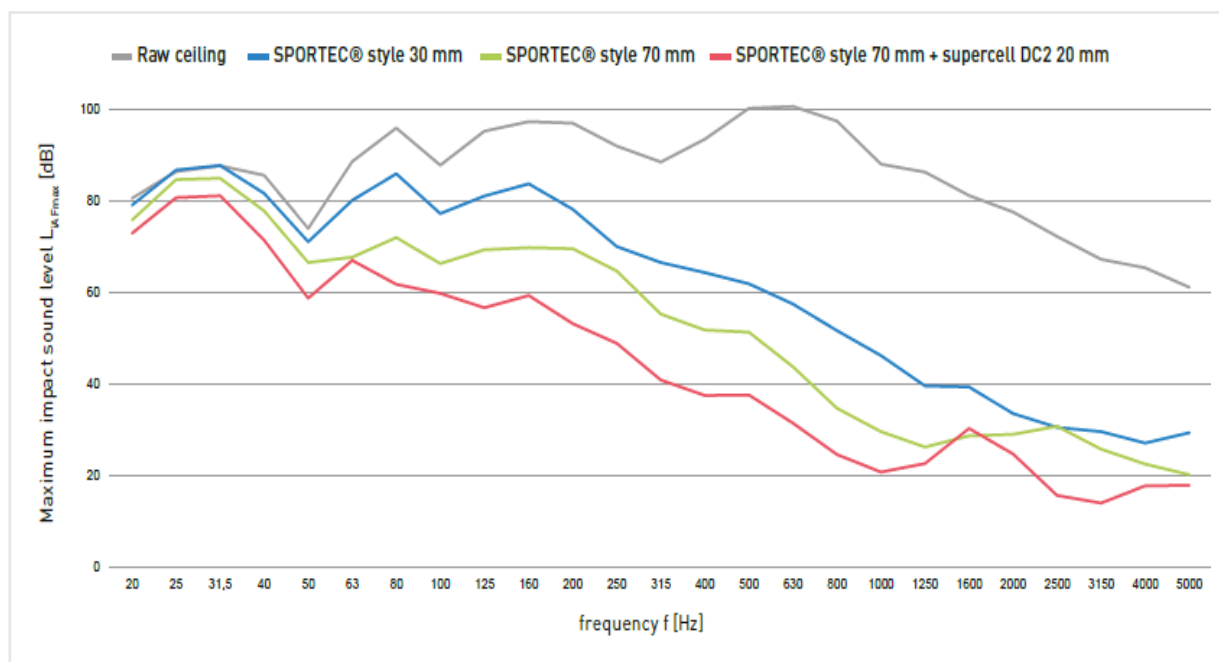
Til kapping av platen brukes en skarp Stanley kniv. Kapp flere ganger for å skjære platene helt over. Alternativt kan man bruke en elektrisk bordsag (for rette kutt) og en stikksag for å kappe ujevne/runde kurver.



# Akustisk test av SPORTEC® Sportmatter

- droppe en 50 kg manual fra 0,5 meter

For å dokumentere egenskapene av SPORTEC sine sportmatter har vi gjennomført en produktsammenligning av de ulike kombinasjonene av produktene for å fremheve resultatene.



Impact sound improvement 24 dB	Shock absorption 46.0 %	$\Delta L_{iAFmax}$ 50 kg 27.2
-----------------------------------	----------------------------	-----------------------------------

Impact sound improvement 29 dB	Shock absorption 67.3 %	$\Delta L_{iAFmax}$ 50 kg 38.2
-----------------------------------	----------------------------	-----------------------------------

Impact sound improvement 42 dB	Shock absorption 74.3 %	$\Delta L_{iAFmax}$ 50 kg 50.7
-----------------------------------	----------------------------	-----------------------------------

## Impact Sound Improvement (DIN EN ISO 10140-3)

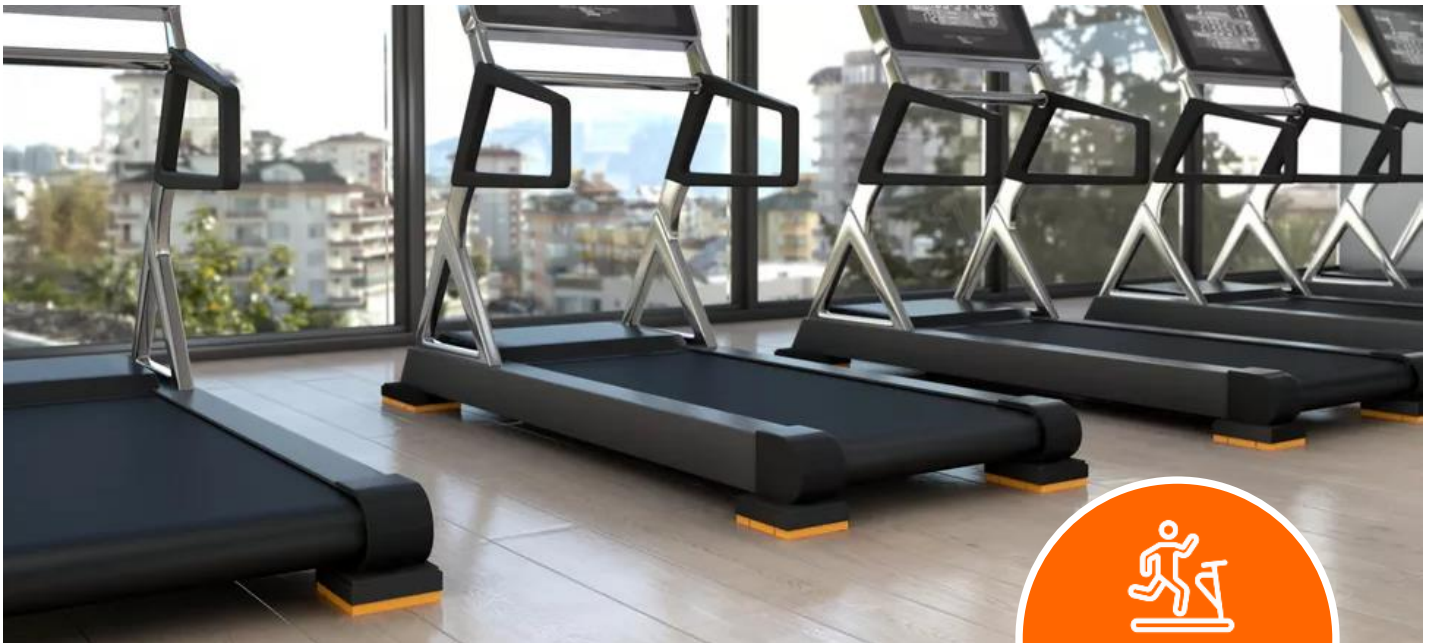
The impact sound improvement value  $\Delta L_w$  indicates by how many dB the impact sound insulation is improved by the floor covering compared to the raw ceiling (no floor covering).

## Shock Absorption (DIN EN 14808)

The shock absorption value describes the ability of a floor covering to reduce the force applied by an object when falling. The reference is a rigid floor (concrete floor). Ceiling (no floor covering).

## $\Delta L_{iAFmax}$ 50 kg, 0.5m (in acc. with DIN EN ISO 10140-3)

The  $\Delta L_{iAFmax}$  value indicates the improvement of the highest level of the impact vibration compared to the raw ceiling (no floor covering). Ceiling (no floor covering).



## G-FIT OG SYLODYN

# Ekstra støtdempende klosser fra G-fit og Sylodyn

Med G-Fit dempingsklosser for tredemøller og Sylodyn magasinklosser under dine treningsmaskiner, kan du på en enkel måte forbedre strukturlydisolasjon i ditt treningsmiljø. Klossene gir en bedre treningsopplevelse samtidig som de også er skånsom for gulvet.

Klossene bidrar til en lengre levetid for både maskiner og gulv og er enkelt å installere under eller på maskinene.



G-fit® Gear T300

G-fit klossene monteres under tredemølle.  
G-fit klossene leveres i et ferdig sett til tredemøller.



Sylodyn® magasinklosser

Sylodyn magasinklossene monteres i treningsutstyret som dempelementer mellom utstyrets vekter. Klossene kan leveres i ulike format og hardheter.

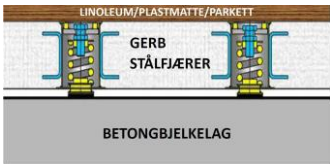



# Typiske løsninger

Nedenfor har vi listet et utvalg av løsninger som vi typisk leverer til våre kunder. I tillegg til nedenstående løsninger tilbyr vi flere kombinasjoner. Har du spesifikke ønsker kan du ta kontakt med oss.

## Gulvløsninger med Sylodyn/Sylomer klosser

Illustrasjon	Strukturlydisolering	Overgulv/fundament	Treningsområder
	Sylomer/Sylodyn® klosser 25-50 mm	Linoleum/plastmatte/parkett 2x Sponplater	Standardløsning Tredemølle
	Sylomer/Sylodyn® klosser 25-50 mm	SPORTEC® Style 30 mm 2x Sponplater	Standardløsning Lett til medium trening
	Sylomer/Sylodyn® klosser 25-50 mm	SPORTEC® Style 30 mm + SPORTEC® Supercell DC2 20 mm 2x Sponplater	Ekstra støyreduksjon Lett til medium trening
	Sylodyn® klosser 50-100 mm	SPORTEC® Style 70 mm Betongmasse minimum 50 mm 1x Sponplate	Standardløsning Tung trening
	Sylodyn® klosser 50-100 mm	SPORTEC® Style 70 mm + SPORTEC® Supercell DC2 20 mm Betongmasse minimum 50 mm 1x Sponplate	Ekstra støyreduksjon Tung trening
	Sylodyn® klosser 25-50 mm	Linoleum/plastmatte/parkett + 2x 45-98 mm tilfarer	Standardløsning Tredemølle
	Sylodyn® klosser 25-50 mm	SPORTEC® Style 30 mm + 2x 45-98 mm tilfarer	Standardløsning Lett til tung trening

# Gulvløsninger med GERB stålfjærer

Illustrasjon	Strukturlydisolering	Overgulv/fundament	Treningsområder
 <p>LINOLEUM/PLASTMATTE/PARKETT</p> <p>GERB STÅLFJÆRER</p> <p>BETONGBJELKELAG</p>	GERB® stålfjærer 140 mm	Linoleum/plastmatte/parkett	Standardløsning Tredemølle og lett trening
 <p>SPORTEC STYLE</p> <p>GERB STÅLFJÆRER</p> <p>BETONGBJELKELAG</p>	GERB® stålfjærer 140 mm	SPORTEC® Style 30 mm	Standardløsning Crossfit
 <p>SPORTEC STYLE SUPERCCELL DC3</p> <p>GERB STÅLFJÆRER</p> <p>BETONGBJELKELAG</p>	GERB® stålfjærer 140 mm	SPORTEC® Style 30 mm + SPORTEC® Supercell DC3 20 mm	Ekstra støyreduksjon Crossfit og hard trening
 <p>SPORTEC STYLE SYLODAMP SP100</p> <p>GERB STÅLFJÆRER</p> <p>BETONGBJELKELAG</p>	GERB® stålfjærer 140 mm	SPORTEC® Style 70 mm + Sylodamp® SP100 25 mm	Ekstraordinær støyreduksjon Crossfit og hard trening

## Referanseliste

År	Produkter	Navn	Sted
2024	Sylodyn klosser til vektmagasin	SATS Colosseum	Oslo
2024	G-fit klosser til tredemøller	Evo Teisen	Oslo
2024	Sylomer klosser + Sportec Style 30 mm	Quality Panorama	Trondheim
2023	GERB stålfjærer	Gamle Amerikanske Ambassaden	Oslo
2023	Sportec Style 70 mm + Supercell C2	Puls Marikollen	Marikollen
2023	Sportec Style 70 mm + Supercell DC3 og Supercell C2	Puls Kantor	Kolbotn
2023	Sylodyn klosser + Sportec Style 30 mm + Supercell DC3	EVO Gjøvik	Gjøvik
2023	Sylodyn klosser + Sportec Style 30 mm + Supercell DC3	EVO Nøtterøy	Nøtterøy
2022	GERB stålfjærer	NR1 Fitness	Arendal
2022	G-fit klosser til tredemøller	SATS Fornebu	Oslo
2022	Sylodyn klosser til vektmagasin	Top Notch Fitness	Kongsberg
2022	Sylomer klosser + Sportec Style 30 mm	Impulse	Trondheim
2022	Sylodyn klosser + Sportec Style 70 mm + Supercell DC2	EVO Kongsberg	Kongsberg
2022	Sylodyn klosser	Oslo Sentrum Brannstasjon	Oslo
2021	Sportec Style 70 mm + Supercell DC2	EVO Frysia	Oslo
2021	Sylodyn klosser + Sportec Style 30 mm	Oslo Storbylegevakt	Oslo
2021	GERB stålfjærer + Sylodyn klosser	SATS Rortunet Senter	Slemmestad
2021	GERB stålfjærer + Sylomer klosser	Asker Treningssenter	Asker
2021	Sylodyn klosser + Sportec Style 30 mm	Nødetatbygg	Flekkefjord
2021	Sylodyn klosser + Sportec Style 30 mm	Fresh Fitness	Strømmen
2021	Sportec Style 30 mm	Nordang Helikopterbase	Ålesund
2020	GERB stålfjærer + Sportec Style 30 mm	Impulse	Stjørdal
2019	GERB stålfjærer + Sportec Style 30 mm + Sylodamp	Arkaden Treningssenter	Skien
2017	GERB stålfjærer + Sportec Style 30 mm + Sylodamp	Impulse	Melhus

«Vi hjelper industrien med tekniske løsninger, produkter og service»

## Kom godt i gang...



### Teknisk rådgiving

Vi tilbyr teknisk råd og veiledning for valg av gulvløsninger som passer dine behov.



### Gratis befaring

Kontakt oss for befaring og inspeksjon av ditt prosjekt med henblikk på behovsanalyse og pristilbud.



### Test av utstyr

Vi tilbyr utlån av Sportec-matter og Sylomer/Sylodyn klosser for utprøving. Vi kan også låne ut et sett med G-fit for tredemøller.



# CHRISTIAN BERNER

Expect more