

## Litt om trapper:

Med tanke på bruker vennlighet og sikkerhet, er det utført noen regler for hvordan en trapp skal bygges. Målene skal sikre at trappene ikke blir for bratte, for smale eller for uregelmessige. En god trapp har en stigningsvinkel på mellom 17° og 30°.

### Opptrinn og inntrinn:

Høydeforskjellen mellom trinnene kalles opptrinn. Maksimal opptrinn er 21 cm.

Et godt opptrinn ligger mellom 12 og 16 cm.

Den horisontale flaten på trinnet heter trinndybde eller inntrinn. Den minimale trinndybde er bør ligge så nærme 25 cm som mulig inklusiv utheng (trinnes) over det underliggende trinnet. Trinnesen bør ikke være mer enn 3 cm, for at folk ikke skal snuble i utstikket.

Ved å bestemme maksimum høyde og minimum dybde, definerer man også en maksimal helning for trappen. For trapper i private hjem, kan man ofte akseptere en større helning enn på offentlig tilgjengelige steder. Visse steder defineres også en minimum trinnhøyde, typisk på 12 cm.

Innvendige trapper kan være brattere enn utvendige trapper, uten at dette virker ubehagelig.

Er trappen tett heter opptrinne stusstrinn, hvis trappen er åpen monteres en list under trinn som heter barnesikringslist.

### «Trappeformelen»:

En tommelfingerregel på en god trapp er å følge  $2 \times \text{opptrinn} + 1 \times \text{inntrinn} = 62 \text{ cm} \pm 2 \text{ cm}$ .

Hvis det er en trinnhøyde på 18,5 cm, må trinndybde være 25 cm. Trappeformelen er avledet av gjennomsnittlig skrittlengde. I en slak terrengtrapp med lave opptrinn og lange inntrinn går en noe raskere, derfor bør en øke «62» noe, opp mot 66cm for en ute-trapp.

Bredden på en trapp er også noen ganger vesentlig, denne dimensjonen skal sikre en god tilgjengelighet i trappen. En innendørs rett trapp bør ha en minimums bredde på 80 cm, har trappen en vinkel eller er buet, bør den ha en bredde på minimum 90 cm.

Utendørs trapper bør ha en bredde på 110 cm for å være behagelig.

Rekkverk skal brukes for alle trapper som har en total høydeforskjell over 50 cm. Avstanden mellom overkant av rekkverket og forkant av trinnet skal være minimum 90 cm. Ribbene i gelenderet skal ikke ha større avstand enn 10 cm, for å hindre at barn får hodet mellom ribbene. I offentlige bygg skal det være ett rekkverk/håndlist på hver side av trappen i to høyder. Det ene ca. 90 cm over trinnet og det andre ca 70 cm over trinnet (beregnet på barn). Samt at håndlisten skal være rund og malt i en kontrastfarge, for godt og synlig grep.

For mer detaljert informasjon klikk deg inn på [Trappemanual](#) under meny Trapper.