

Tuinhuis-gym voor € 5.000 (zonder fitness-apparatuur)

Uitgangspunt: je bouwt zelf, eventueel met een vriend. Arbeid zit er niet in.

Alle bedragen zijn schattingen inclusief btw. Ze zijn gebaseerd op de tarieven die ik op 29-10-2026 heb gecontroleerd.

Eerlijk vooraf

- Het plan met **glas op 3 zijden** kost alleen aan materiaal al ca. € 11.900 tot € 17.700. **Dat past niet in € 5.000.**
 - Het glas is de grootste kostenpost: elke set schuifwanden kost ca. € 1.400.
 - Voor € 5.000 houd je dezelfde look van voren: **wit composiet, zwarte dakrand en een glazen voorkant.** De rest maak je dicht en simpeler.
-

De 6 keuzes die het goedkoop maken

1. **Glas alleen aan de voorkant.** De zijkanten worden dichte wanden met wit composiet. Eventueel komt er een smal raam in.
2. **Lager: 2,60 m in plaats van 3,0 m.** Je hebt dan minder hout en composiet nodig. Het glas van 2,40 m past precies.
3. **Geen betonvloer, maar poeren met terrastegels.** 6 tot 8 poeren van zakbeton, met tegels van 60 x 60 cm op gestabiliseerd zand. Daar komen later rubbertegels op.
4. **Geen stalen ligger.** Zet in de voorkant 1 extra staander in het midden, zodat de overspanning 3 m wordt. Dan is een dubbele houten balk genoeg (nog wel laten checken).
5. **Dak zonder isolatie.** Het wordt een onverwarmde gym. Je legt OSB, EPDM en een zwarte daktrim. Isoleren kan later van binnenuit.
6. **Composiet alleen op de zichtkanten.** Dat zijn de voorkant en de zijkant die je vanuit huis ziet. De achterkant tegen de schutting wordt wit geschilderd plaatmateriaal.

Begroting

POST	WAT	SCHATTING
Fundering	8 poeren (zakbeton + stelpoten), zand, tegels 60 x 60 voor ca. 21 m ²	€ 650
Skelet	Geïmpregneerd vuren: staanders, dubbele balk voor, dakbalken 45 x 170, h.o.h. 60 cm	€ 900
Dak	OSB 18 mm, EPDM-pakket met lijm, zwarte daktrim, uitloop + regenpijp	€ 850
Wanden	Regelwerk, OSB 12 mm en damp-open folie (achter + 2 zijkanten)	€ 450
Wit composiet	Ca. 18 m ² : de boord voor, één zijkant, de hoeken en de profielen	€ 850
Achterkant	Wit gegronde plaat, geschilderd	€ 150
Glas voorkant	1 set zwarte glazen schuifwand, tot ca. 4,8 m breed. De rest van de voorkant wordt composiet	€ 1.400 nieuw, of € 600-900 tweedehands
Kleinmateriaal + huur	Schroeven, ankers, balkdragers, trilplaat 1 dag	€ 300
Totaal		ca. € 5.550 (glas nieuw) of ca. € 4.900 (glas tweedehands)

Waar kopen (gecontroleerd op 29-10-2026)

- **Glas:** VerandaGlaswand, 6-rail zwart, vanaf € 1.380: <https://www.verandaglaswand.nl/6-rail-tot-477-cm-zwart-helder-glas.html>
- **Tweedehands glas:** Marktplaats, zoek op "glazen schuifwand zwart". Check de hoogte (2,40 m) en of alle rails erbij zitten.

- **Composiet wit:** gevelbekleding-composiet.nl, € 24,95 per rabatdeel:
<https://gevelbekleding-composiet.nl/winkel/rabatdelen/composiet-rabatdelen-wit/>
 - **EPDM:** EPDM-Centrum: <https://www.epdm-centrum.nl/epdm-folie>
 - **OSB:** Direct Bouwen, € 25,98 per plaat: <https://direct-bouwen.nl/product/osb-klasse-3-2440x1220-18mm-mes-en-groef/>
 - **Daktrim zwart:** ISO-direct, € 19,66 per 2,5 m: <https://iso-direct.com/shop/dakmaterialen/dakbedekking/daktrim-zwart-ral-9005-45x45mm-lengte-2-5m/>
-

Wat je ervoor inlevert

- Glas aan 1 kant in plaats van 3, dus minder licht en minder "wow".
 - Geen isolatie. In de winter is het koud. Een elektrische kachel helpt.
 - Een tegelvloer in plaats van beton. Dat is prima met rubbertegels, maar zware gewichten laten vallen gaat minder goed.
 - Lager plafond. Met 2,40 m binnen kun je niet overal pull-ups in het rack doen.
-

Later uitbreiden

- De zijwanden bouw je zo dat je ze later kunt vervangen door een glasset. Zet de staanders daarvoor nu al op de goede maat.
- Isolatie kun je later van binnenuit tussen de balken zetten.

Let op: de vergunningsregels blijven gelden (zie het hoofdplan). Laat de dubbele houten balk voor door een constructeur of houthandel nakijken.