Fiche technique plaque sous couche mousse polyuréthane composite (pu) 20 mm 200×100 cm

Sous couche acoustique — Plaque sous couche mousse polyuréthane composite (PU) – 20 mm – 200×100 cm – 200 kg m³ — Gamme Light In Fitness.

En bref — Plaque de sous-couche phonique en mousse polyuréthane de 20 mm, conçue comme compromis entre atténuation et encombrement pour les plateaux sportifs en étage où la hauteur disponible reste mesurée.
Repères — épaisseur 20 mm ; format 200 × 100 cm ; poids 4 kg/m².



L'ESSENTIEL

Épaisseur	20 mm
Format	200 × 100 cm
Surface par dalle	2 m²
Poids	4 kg/m²
Garantie	Conditions précisées au devis
Référence	LIF-41252

Caractéristiques techniques

Épaisseur	20 mm
Dimensions	100 × 200 cm — 2 m² par plaque
Densité	200 kg/m³
Masse surfacique	~4 kg/m² — entre le 10 mm (~2 kg/m²) et le 30 mm (~6 kg/m²)
Absorption acoustique	À partir de 50 Hz
Propriétés sanitaires	Hypoallergénique — anti-moisissures — antibactérien
Antidérapant	Oui
Découpe	Cutter — règle métallique + plusieurs passes recommandées
Usage sol	Sous revêtement de sol en bâtiment, zone technique, sous dalle flottante
Usage mur / plafond	Isolation de mur derrière parement, traitement de parois
Usage industrie	Insonorisation de machines, capotages, zones techniques

Questions fréquentes

Le 20 mm offre-t-il une amélioration acoustique concrète par rapport au 10 mm dans une salle de sport en étage ?

Oui — la différence tient à la masse surfacique. Le 10 mm pèse ~2 kg/m², le 20 mm pèse ~4 kg/m². En acoustique, plus de masse se traduit par moins d'énergie transmise au support. Sur les bruits d'impact de machines cardio et les vibrations basses fréquences, le 20 mm apporte une atténuation sensiblement supérieure au 10 mm.

Peut-on superposer le 20 mm sur le 10 mm existant pour renforcer l'isolation d'une salle déjà équipée ?

Techniquement possible si le plancher supporte la charge supplémentaire et si la perte de hauteur totale (30 mm) est compatible avec les portes et seuils. En pratique, cette configuration n'est pas optimale acoustiquement : deux couches séparées ne travaillent pas aussi efficacement qu'une seule couche de même épaisseur totale, les interfaces entre couches créant des discontinuités qui réduisent l'effet de masse.

Quelle est la différence pratique entre le 20 mm et le 30 mm pour un stand de tir ?

En stand de tir, les détonations génèrent une pression acoustique très élevée sur un spectre large. Le 30 mm avec ses 6 kg/m² offre une masse surfacique 50 % supérieure au 20 mm — ce qui se traduit par une atténuation supplémentaire des basses fréquences des détonations. Pour un stand de tir de petits calibres avec

usage modéré, le 20 mm peut suffire dans un système de traitement complet.

Quel budget pour isoler le sol et les murs bas d'une salle de 25 m² ?

Sol 25 m² : 13 plaques. Murs bas jusqu'à 1,5 m de hauteur (périmètre estimé 20 m linéaires × 1,5 m = 30 m²) : 15 plaques. Total sol + murs bas : 28 plaques. Avec 8 % de marge pour les découpes : 31 plaques. Contactez-nous avec le plan de votre salle pour un calcul précis et un chiffrage avec tarif dégressif applicable selon la quantité.

Livraison et commande

Vente aux professionnels, collectivités et particuliers. Transport facturé en plus ; délai de livraison confirmé au devis selon la surface et la destination. Pour un calepinage, une découpe ou un dossier de consultation, joignez le plan de la surface à votre demande.

Prix, disponibilité et devis — lightinfitness.com/produit/plaque-sous-couche-mousse-polyurethane-composite-pu-20-mm-200x100-cm-200-kg-m³/
Conseil et étude de projet : contact@lightinfitness.com — +33 6 20 72 66 96

Fiche en ligne : Plaque sous couche mousse polyuréthane composite (PU) – 20 mm – 200×100 cm – 200 kg m³ — Gamme complète : Sous-couches isolation thermique acoustique des sols