



Varmt gulv i kjelleren

Raskt og enkelt kan du forvandle et kaldt kjellergulv til et fint «stuegulv». Det bygger bare 2 cm i høyden, og på kjøpet får du litt varmeisolasjon i gulvet.

Et støpt kjellergulv er ikke spesielt hyggelig dersom rommet skal brukes til tv-stue eller lekerom. Gulvet er både hardt og kaldt. Vil du ha rommet til å ligne et vanlig oppholdsrom, er et laminatgulv et godt alternativ. Dels er det relativt tynt – ofte bare 7–8 mm – dels er det ikke følsomt for varierende luftfuktighet.

Et laminatgulv legges alltid som et flytende gulv og ofte på ei 2–3 mm tykk «matte». Men de færreste kjellergulv er rette nok til dette alternativet.

Derfor legger vi her to lag 5–6 mm isolerende polystyrén slik at ujevnheter i gulvet blir utlignet. Det nederste laget legges ikke helt ut til veggen. Da unngår vi problemer med en bulete overgang mellom gulvet og veggen.

To lag isolasjon og et gulvbelegg – og likevel forhøyes gulvet bare 2 cm! Vanligvis slipper du da å måtte tilpasse dørene som åpner inn i rommet. Isolasjonen er dyr, og gir ingen fullgod isolasjon (det ville krevd 15 cm eller mer), men resultatet er bedre enn ingen isolasjon.

Legg isolasjonen

Vi legger to lag med superisolasjon for flytende gulv, hvert lag er 5–6 mm. Med to lag få vi flere fordeler: Gulvet isoleres bedre mot kulde, ujevnheter utlignes, og du kan legge fuktsperre mellom de to lagene. Da er fuktsperre bedre beskyttet.

Det nederste laget legges ikke helt ut til veggen: Ved å holde en avstand på 2–5 cm, om nødvendig, unngår du at gulvet bøyer opp i overgangen til veggen.

Det fins ulike typer tynn isolasjon: Mykt parkettunderlag på rull og tykkere/stivere plateisolasjon. For laminat klikkgulv, som er et tynt gulv, må underlaget være stabilt. Over plateisolasjonen, som med to lag blir mykere, burde det helst være et plateundergulv før laminatgulvet legges.

Gjør Det Selv



VANSKELIGHETSGRAD:

Vær nøyaktig med de første radene av laminatgulvet. Da er resten enkelt – enklere enn et vanlig klikkgulv. Det siste bordet i hver rad må tilpasses.

TIDSFORBRUK:

1–2 dager inkludert tørketid

PRIS:

Opptil 120 kr/m² for tynn isolasjon (prisene varierer sterkt)

MATERIALER



6 mm tykke polystyrénplater.

Hvert lag er 5 eller 6 mm og har lukket porestruktur. Hver plate er gjerne på 1 kvadratmeter (80 x 125 cm). Platene er forholdsvis trykkstabile – et enkelt lag kan klare 6,5-10 tonn per m², men laminatgulv tåler ikke vekten av pianoer og store punkttrykk. Platene reduserer trinnlyden og romklangen og isolerer mot kulde. Et lag kan utligne mindre punktvis ujevnheter i underlaget på opp til 4 mm. Tynn isolasjon i plateform er dyrere jo mer trykk de skal tåle. Dyrest er isolasjon som også skal tåle elektrisk gulvvarme.

VIKTIG



En løsning for spesialtilfeller.

Den løsningen som er skissert her er ikke optimal. Du bør bare velge den hvis du har så liten byggehøyde f.eks. i en kjeller som skal innredes, at du ikke har plass til trykkutjevnennde plater over isolasjonen. Dessuten bør du bare velge løsningen hvis du vet at det ikke skal stå tunge møbler som piano og bokhyller. Tunge møbler som blir stående på laminatgulvet vil nemlig presse sammen isolasjonen i punktene som får stort trykk og gi en nedbøyning av gulvet. Du bør dessuten lime klikkskjøtene, ellers vil skjøtene bli slitt av at du går på gulvet.



Det kan, om nødvendig, være inn-til 5 cm avstand mellom vegg og det nederste isolasjonslaget.

1 Det første laget med ekstrudert polystyrén legges kant mot kant – med evt. riflet side ned. Bruk saks og hobbykniv, og teip platene sammen. Legg ikke platene nærmere vegg enn at de blir liggende i plan.



2 Rull ut fuktsperre med omlegg på 20 cm. Banene ligger dobbelt i en 100 cm bred rull. Brett minst 10 cm opp langs veggene, og teip den fast.



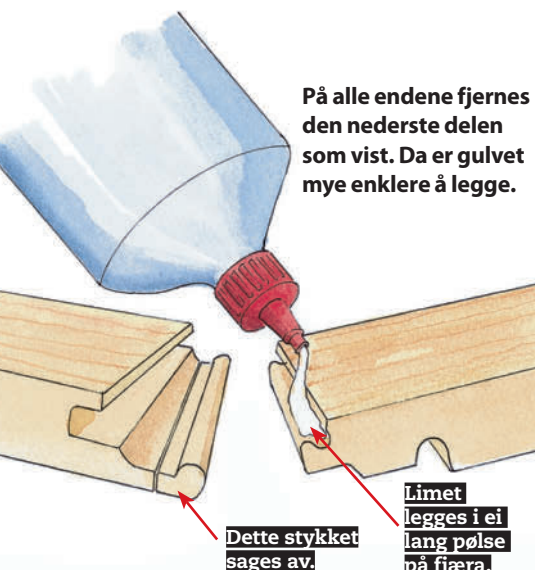
3 Det andre laget med isolasjon legges med skjøtene forskjøvet i forhold til det første laget. Legg isolasjonsplatene helt ut til vegg, og teip dem sammen.

Legg gulvet

Laminatgulv leveres nesten bare som klikkgulv. Og et gulv med klikksammenføyninger på både langsiden og endene er verken lett eller raskt å legge. Du må montere en hel rad plater om gangen og så klikke hele raden på plass.

Men dersom du limer gulvet sammen, kan du gjerne fjerne klikkskjøtene på endene slik at de blir helt vanlige not og fjær-sammenføyninger. Og så trenger du ikke å legge mer enn ei plate om gangen. Det er både lettere og raskere.

At gulvet limes er viktig for å gjøre hele gulvet stivere (viktig med det valgte underlaget). Og du kan være sikrere på at gulvet ikke vil knirke når du går på det.



1 Laminatgulvet skjæres i ønsket lengde med ei stikksag. Strek opp på oversiden, og sag nedenfra. Pass på at du fjerner «klikket» på alle endesammenføyningene (se tegning).



2 Det er viktig at de to første radene med laminatgulv blir lagt med en helt rett framkant. Hold 10 millimeters avstand til veggene med brikker slik at det flytende gulvet kan «gå».



4 Hold plata på skrå til sporet får tak. Så kan du vippe den ned mens du holder øye med at sammenføyningen blir tett. Tørk av overskytende lim med en klut. Skyll den ofte i vann, og vri den opp igjen.



5 Sett en platerest i den frie kortenden slik at du kan banke plata på plass med en hammer. Plata skal slutte helt tett med den siste plata.

Sett på gulvlister

En kjellervegg kan være ujevn, spesielt nede der gulvlistene skal monteres.

Det er ikke pent når det er luft mellom vegg og gulvlista. Derfor har vi montert 10 mm avstandsklosser bak på gulvlista slik at den ligger fritt fra eventuelle ujevnheter i gulvet og på vegg – se tegningen. Sprekken mellom gulvlista og vegg tettes med ekspanderende fugebånd (som normalt brukes rundt vinduer og dører).

Fugebåndet er komprimert på rullen. Du skal altså montere gulvlista med en gang fugebåndet er montert fordi det straks begynner å utvide seg.

Før monteringen ble gulvlistene malt grå, litt lysere enn fugebåndene.



1 Mal gulvlistene, og la dem tørke godt før du sager dem til. Ei kapp-/gjærsag (manuell eller elektrisk) er til stor hjelp når listene skal sages i nøyaktige vinkler.



2 Langs underkanten bak på listene monteres avstandsklosser for hver ca. 50 cm. De spikres på med dykkertspiker. Bor 7 mm hull midt gjennom klossene slik at listene er klare til veggmontering.



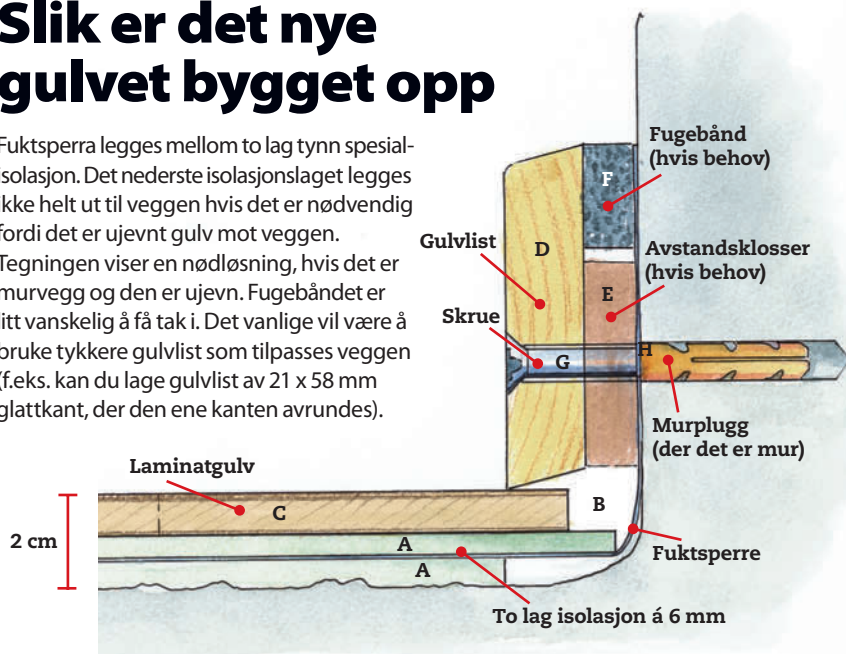
3 Legg ei stripe lim på overkanten av fjæra på både langsiden og kortsiden. Bruk så mye lim at det presses opp på gulvet når du presser laminatplata på plass.



6 Den siste plata kan være vanskelig å få på plass. Bruk et brekkjern som vist – med en kloss til å beskytte veggen.

Slik er det nye gulvet bygget opp

Fuktsperre legges mellom to lag tynn spesial-isolasjon. Det nederste isolasjonslaget legges ikke helt ut til veggen hvis det er nødvendig fordi det er ujevnt gulv mot veggen. Tegningen viser en nødløsning, hvis det er murvegg og den er ujevn. Fugebåndet er litt vanskelig å få tak i. Det vanlige vil være å bruke tykkere gulvlist som tilpasses veggen (f.eks. kan du lage gulvlist av 21 x 58 mm glattkant, der den ene kanten avrundes).



DETTE HAR VI BRUKT

Materialer

- 2 lag 6 mm Selitac ekstrudert spesial-polystyrén eller tilsvarende produkt (A)
- Laminatgulv (C)
- 15 x 70 mm gulvlist (D)
- 10 mm avstandsklosser (E), 4 x 8 cm

Dessuten:

- Illmod 600 fugebånd, 8–15 mm grått (F) eller annet tilsvarende forkomprimert ekspanderende fugebånd

- 5 x 60 mm skruer (G)
- Snekkerlim til utebruk
- 6 mm murplugg (H)
- 10 mm avstandsbrick
- 20 mm dykkertspiker
- 0,20 mm aldringsbestandig PE-folie (B)
- Akrylgrunning og sparkelmasse
- Grå akrylmaling
- Plastteip



Fugebåndet utvider seg helt opp til 25 mm hvis det er plass.

3 På baksiden av gulvlistene – over avstandsklossene – monteres et fugebånd langs overkanten. Trekk av beskyttelsespapiret og trykk det fast. Monter listene med det samme.



4 Trykk lista mot gulvet med et bord mens du borer et 6 mm hull gjennom hullene du har boret i lista og inn i veggen. Bank en 6 mm plugg i hullet, sett en skrue i pluggen, og bank den lenger inn. Trekk til skruen.



5 Dagen etter har fugebåndet ekspandert og presser fuktsperren inn mot veggen. Skjær vekk den overskytende delen av fuktsperren.

Tynne isolasjonsplater (3, 4 og 6 mm) kan være beregnet som underlag for elektrisk gulvvarme, for fliser eller bare som parkettunderlag. • Bauhaus (www.bauhaus.no) fører Selitac (5 mm) som vi har brukt i artikkelen. Et lag platene tåler 6,5 tonn/m² (for lite, mener noen) andre produkter tåler 10 tonn. • Depron isolasjon: www.ebeco.com/no • Karpron isolasjon: www.elektroplast.no Lettest tilgjengelig er 3 mm Depron og Kapron. Det finnes spesielle utgaver som tåler el.-varme (de er ikke koksgrå og platestørrelsen kan være 0,6 m²). Det finnes også 4 mm med alu.-belegg som reflekterer varme.