

DOCUMENTACIÓN TÉCNICA



Ref.: CC02

CONJUNTO 2

EN-UNE 16630



Edad recomendada jóvenes y adultos
que midan más de 1,40 m de estatura

Altura libre de caída 1,50 m

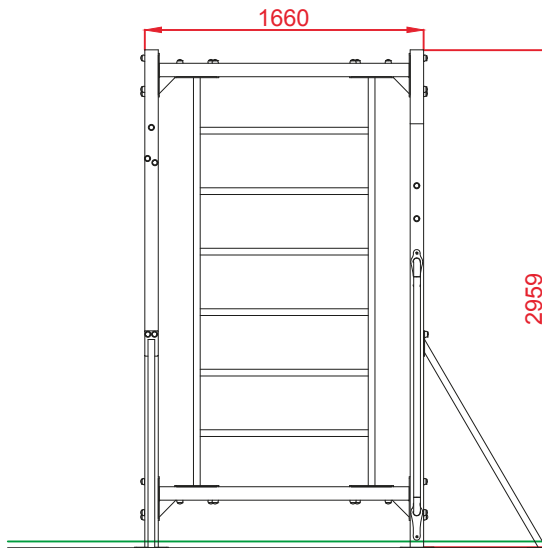
Componentes de acero carbono

Tratamiento galvanizado y pintado al horno

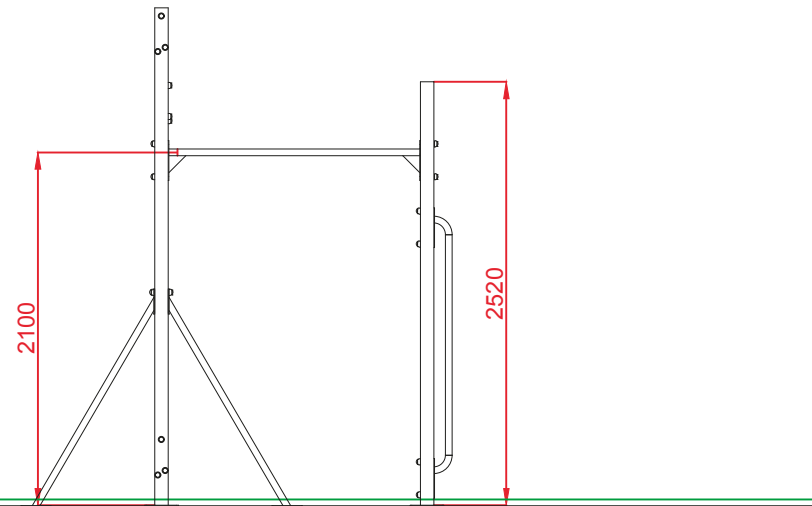
Tornillería protegida con tapones de polipropileno

3 usuarios, 1 por estación

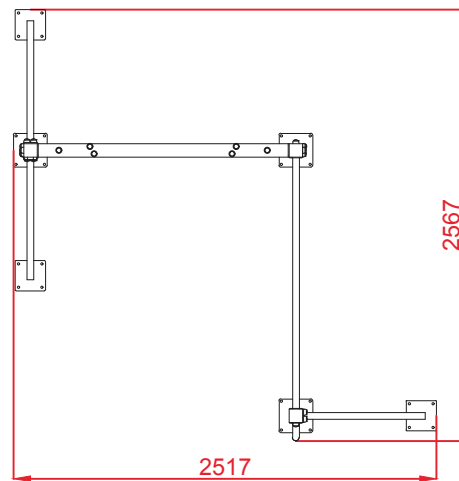
ALZADO




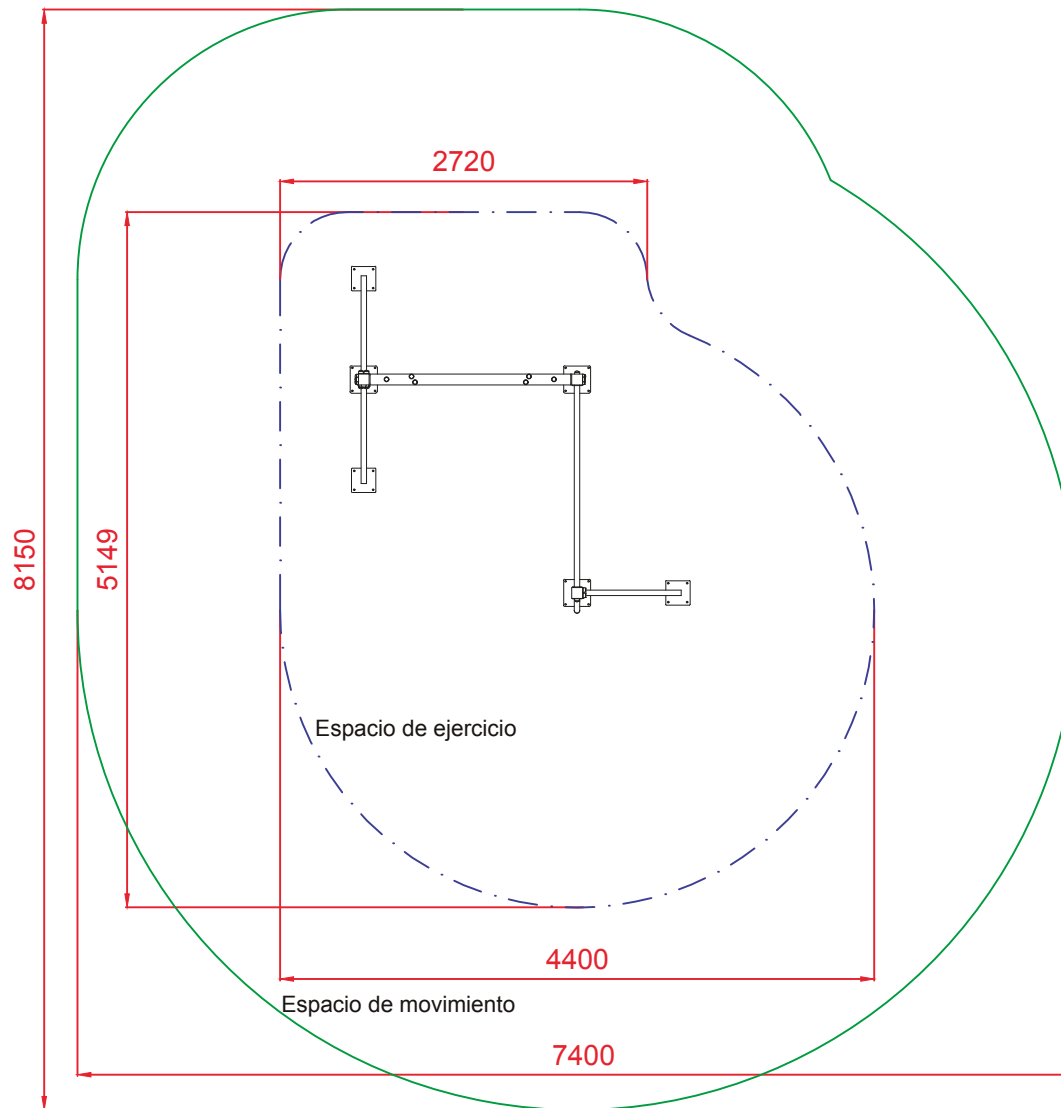
PERFIL



PLANTA



Dibujado		PLANO 1 VISTAS GENERALES	Ref: CC02	
Revisado				
Aprobado				
Descripción:		CONJUNTO 2	Escala:	Hoja: 2/6
			Fecha:	01/07/2019



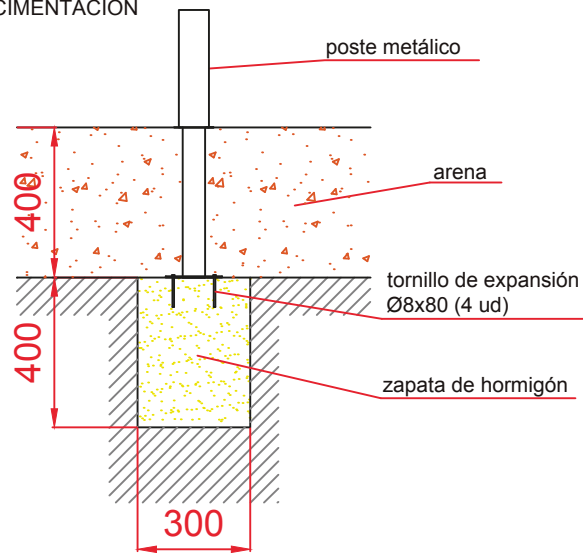
Área Movimiento: 48,93 m²
 Área Ejercicio: 18,21 m²
 Escala 1:2

Dibujado		PLANO 2		Ref: CC02
Revisado		ÁREA DE SEGURIDAD		
Aprobado				
Descripción:		Escala:	Hoja:	
CONJUNTO 2		Fecha:	3/6	
		01/07/2019		

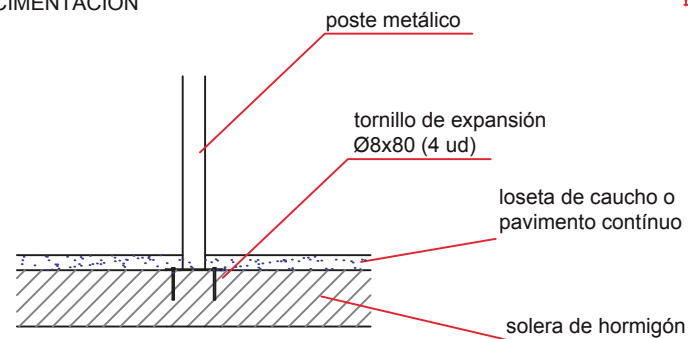


DETALLES CIMENTACIÓN

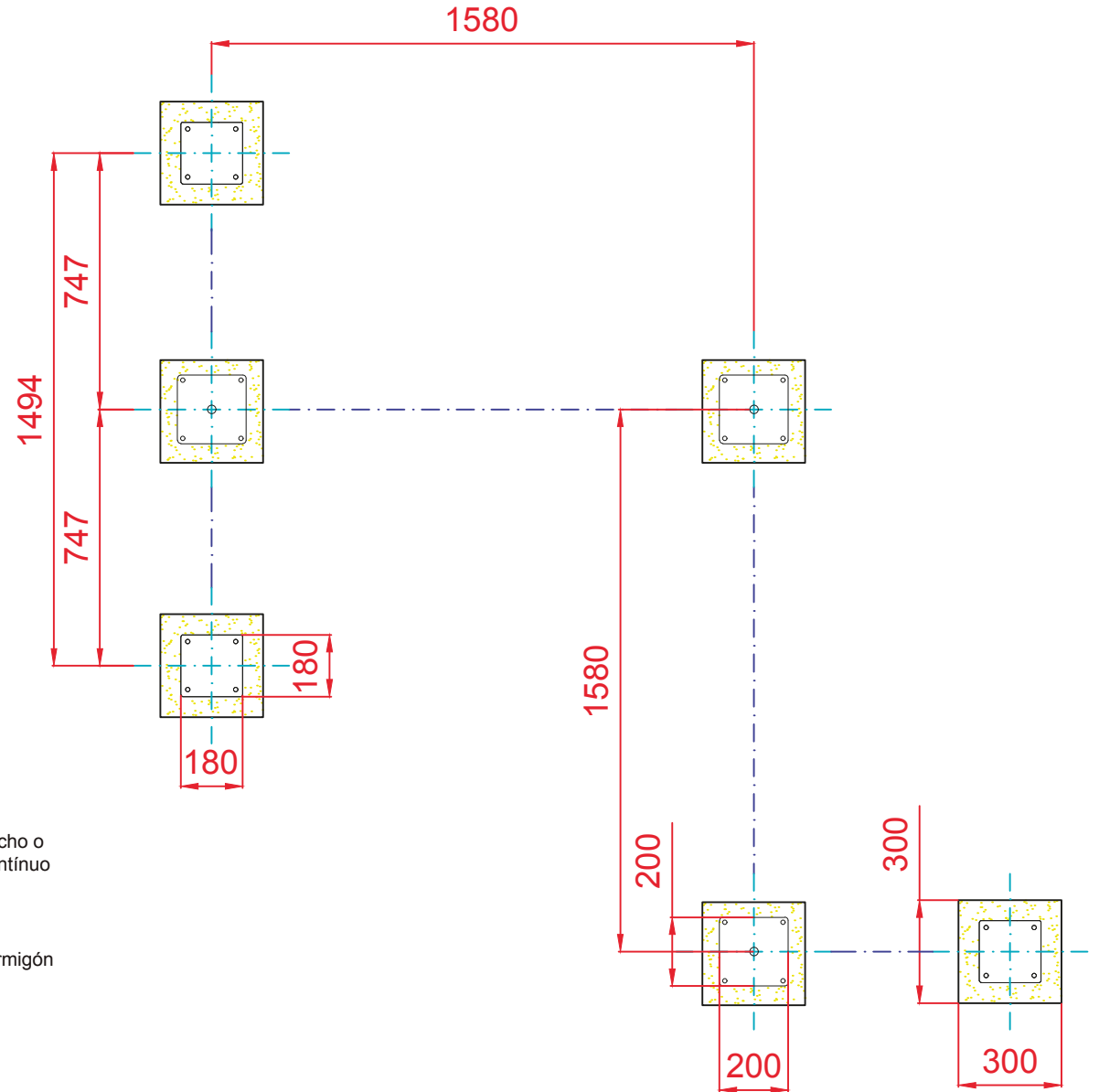
ESQUEMA DE CIMENTACIÓN EN ARENA



ESQUEMA DE CIMENTACIÓN EN HORMIGÓN



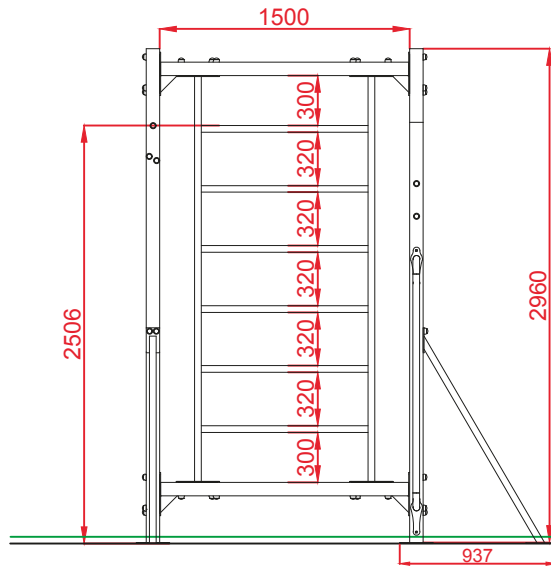
DETALLE DE ANCLAJE



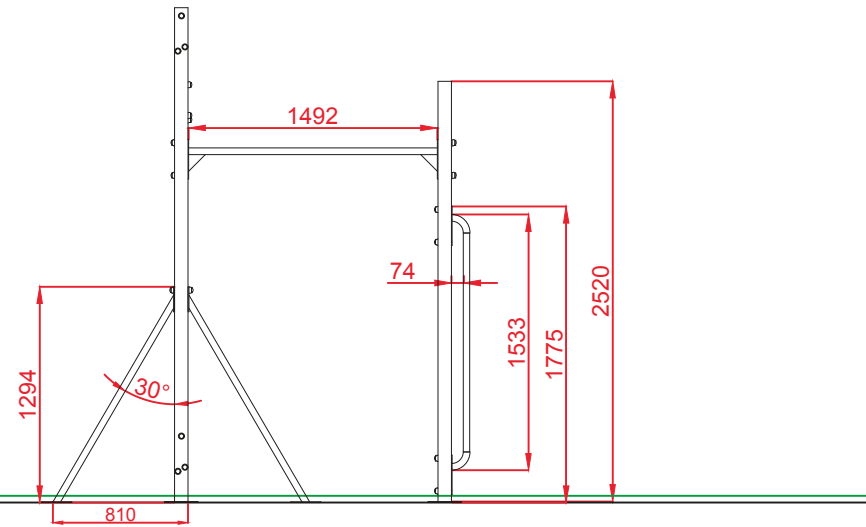
Dibujado		PLANO 3		Ref: CC02
Revisado		CIMENTACIÓN Y ANCLAJES		
Aprobado				
Descripción:		Escala:	Hoja:	
CONJUNTO 2		Fecha:	4/6	
			01/07/2019	



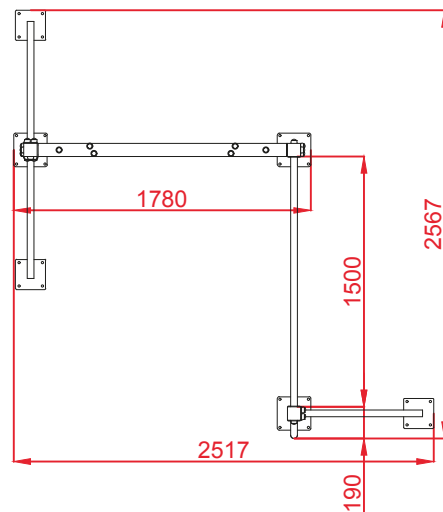
ALZADO



PERFIL

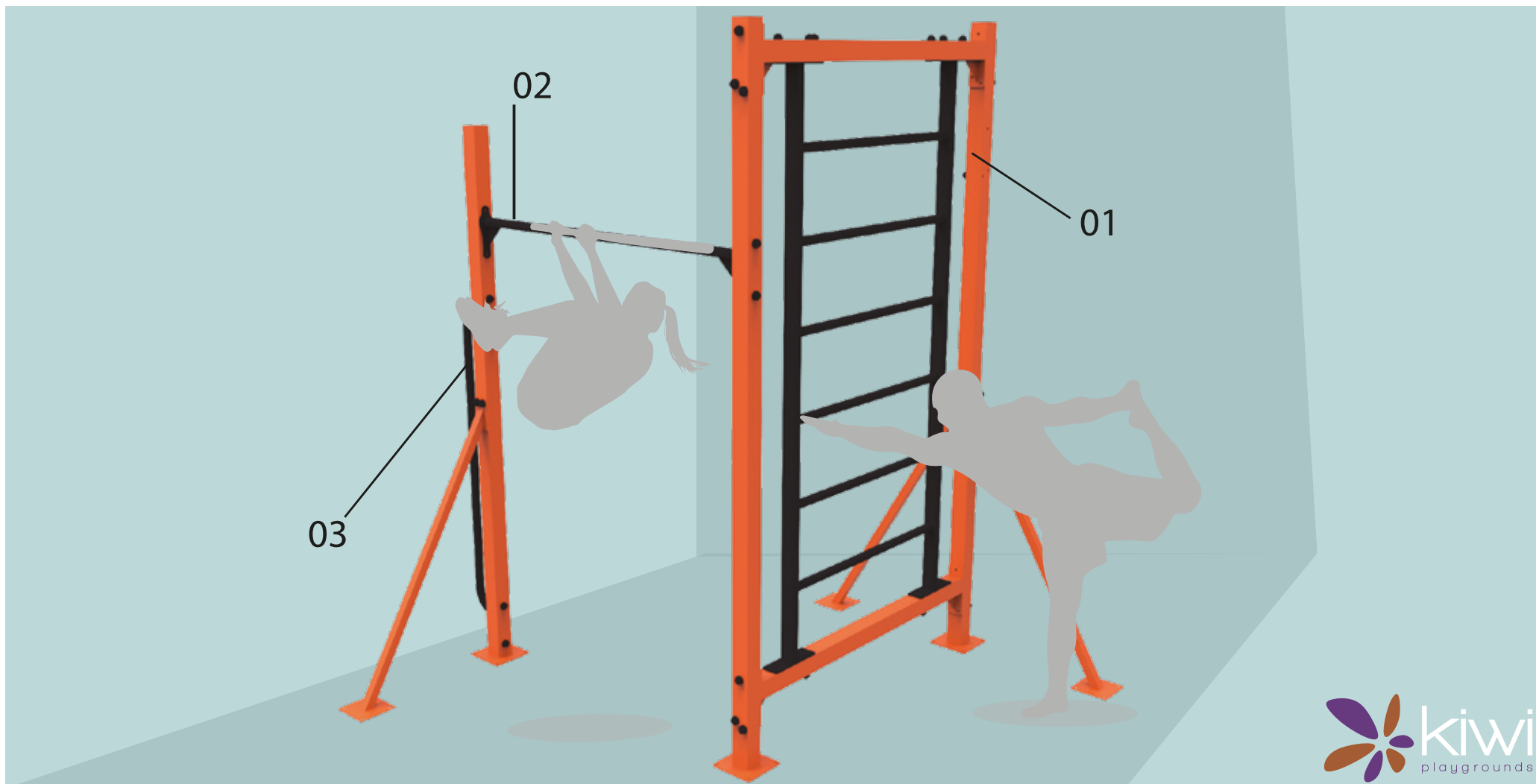


PLANTA



Dibujado		PLANO 4 VISTAS DE DETALLE		Ref: CC02
Revisado				
Aprobado				
Descripción:		Escala:	Hoja:	
CONJUNTO 2			5/6	
		Fecha:	01/07/2019	





ESPALDERA

01



FUNCIÓN: Ejercicios de zona abdominal y lumbar, flexores de cadera y cuádriceps. También se pueden realizar todo tipo de ejercicios de flexibilidad.
USO: Colocar los brazos totalmente estirados y agarrar la barra superior con las dos manos, con el torso erguido extienda las piernas y eleve los pies hacia arriba, formando con el cuerpo y las piernas una "L" paralela al suelo.

BARRA SIMPLE

02

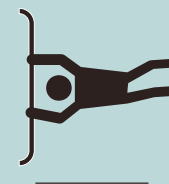


FUNCIÓN: Ejercicios de tracción que fortalecen los músculos del tronco, brazos y antebrazos.

USO: Con los brazos totalmente estirados, agarre la barra con las dos manos y eleve su cuerpo mediante la flexión de los brazos, hasta que la barbilla sobrepase la barra sobre la cual se pende. Finalice extendiendo de nuevo los brazos.

BARRA VERTICAL

03



FUNCIÓN: Ejercicio anaeróbico de abdominales, oblicuos, hombros, brazos y antebrazos.

USO: Coloque los brazos estirados, en una posición abierta, mientras empuja con el brazo que queda debajo tire con el que queda arriba, trasladando toda la fuerza a la zona abdominal y los oblicuos para mantenerse en una posición lo más horizontal posible.