

# DOCUMENTACIÓN TÉCNICA



Ref.: MC03T

Barras 1200 Triples

EN-UNE 16630



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

Altura libre de caída 1,20 m

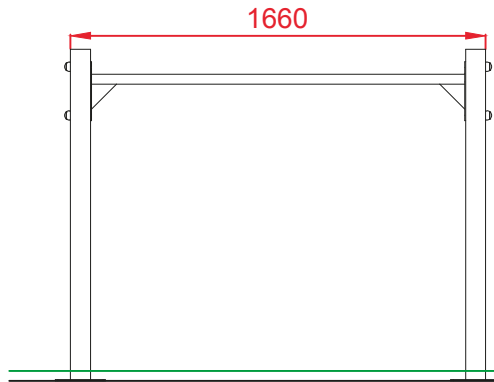
Componentes de acero carbono

Tratamiento galvanizado y pintado al horno

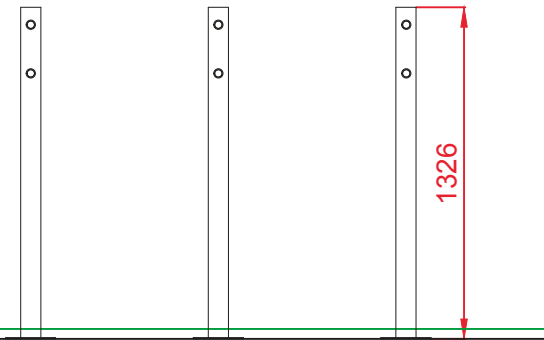
Tornillería protegida con tapones de polipropileno

1 usuario

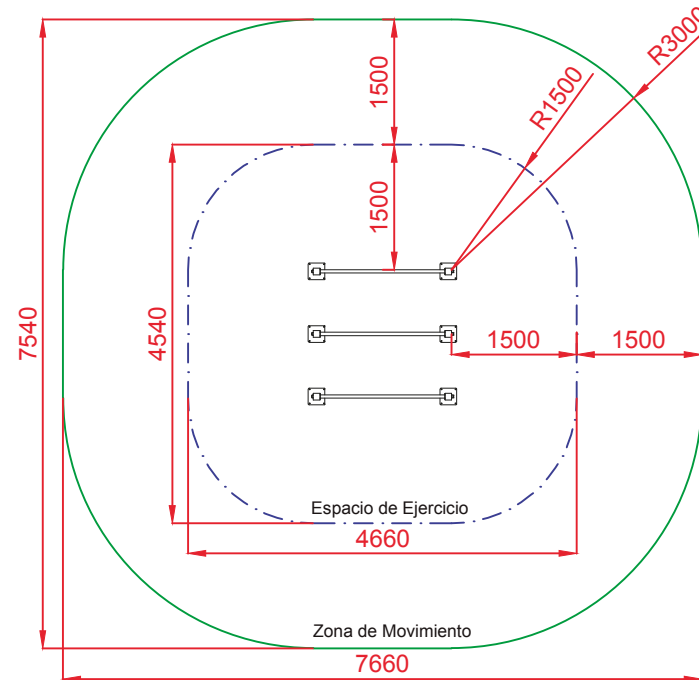
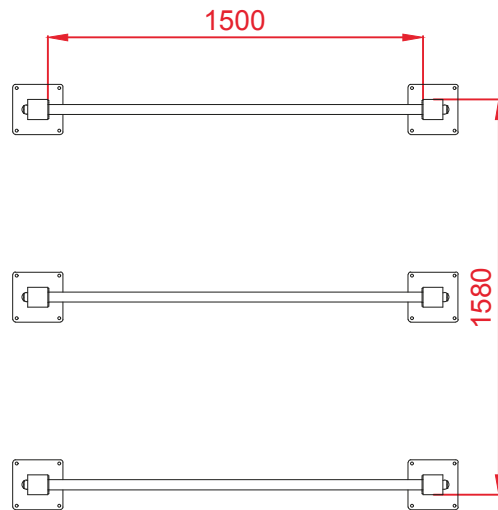
ALZADO




PERFIL



PLANTA

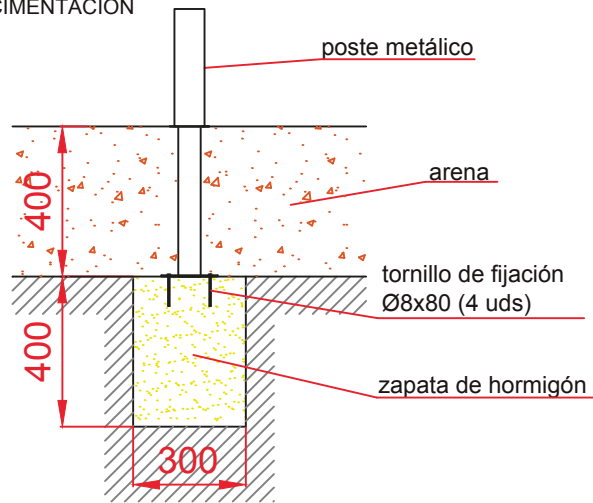


Área Movimiento: 50 m<sup>2</sup>  
 Área Ejercicio: 19,22 m<sup>2</sup>  
 Escala 1:3

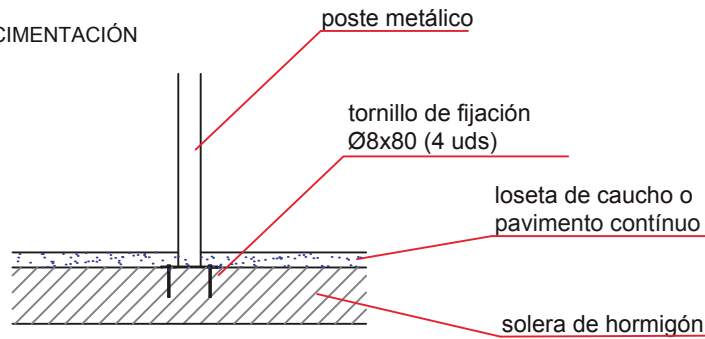
Dibujado		PLANO 1		Ref: MC03T
Revisado		VISTAS GENERALES		
Aprobado				
Descripción:		Escala:	Hoja:	
BARRAS 1200 TRIPLES		Fecha:	2/5	
		09/07/2019		

# DETALLES CIMENTACIÓN

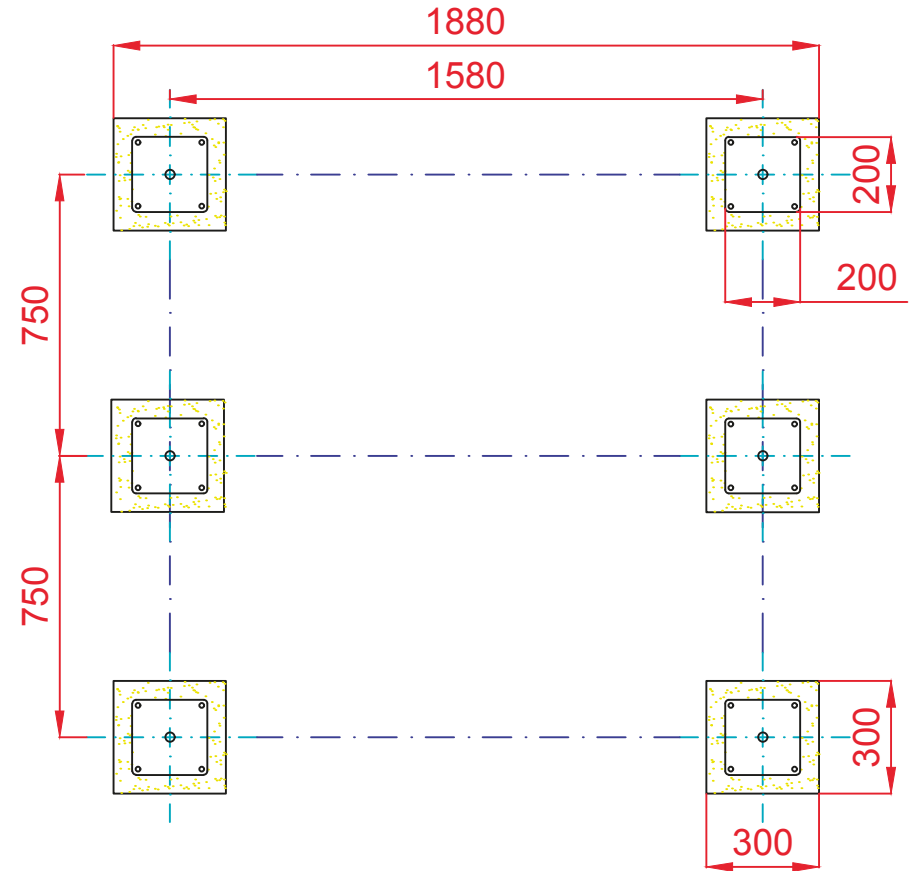
ESQUEMA DE CIMENTACIÓN EN ARENA




ESQUEMA DE CIMENTACIÓN EN HORMIGÓN

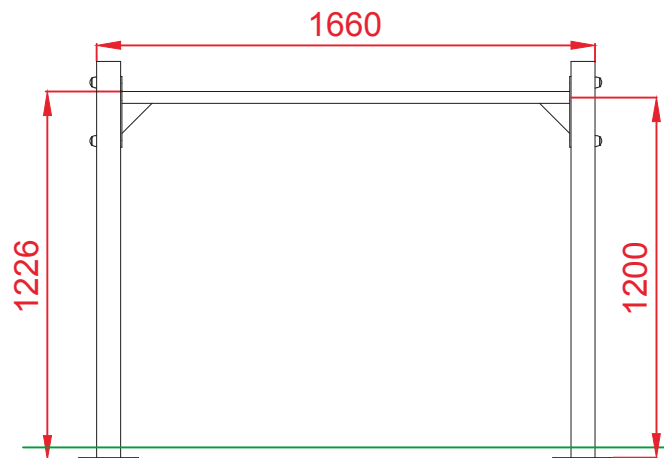


PLANTA

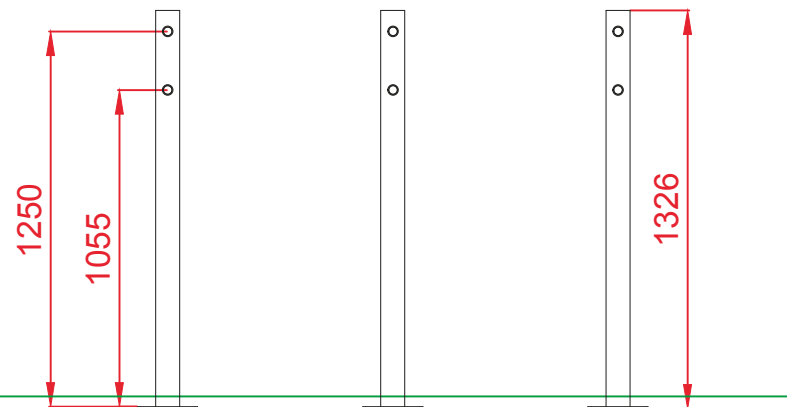


Dibujado		PLANO 2 CIMENTACIÓN		Ref: MC03T
Revisado				
Aprobado				
Descripción:		Escala:	Hoja:	
BARRAS 1200 TRIPLES			3/5	
		Fecha:		09/07/2019

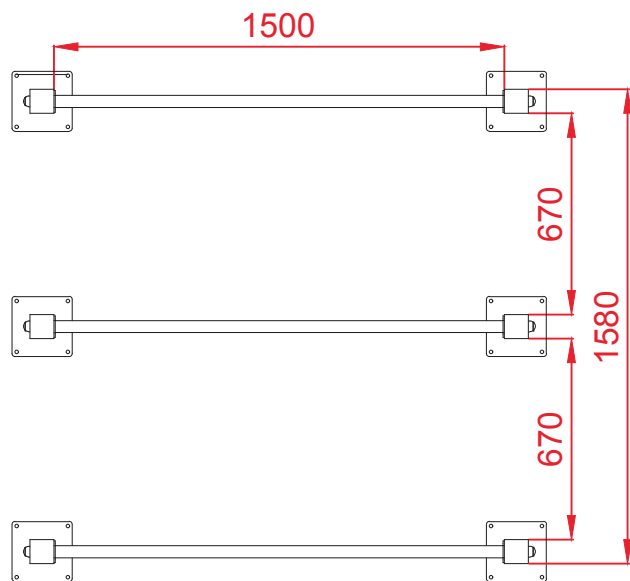
### ALZADO




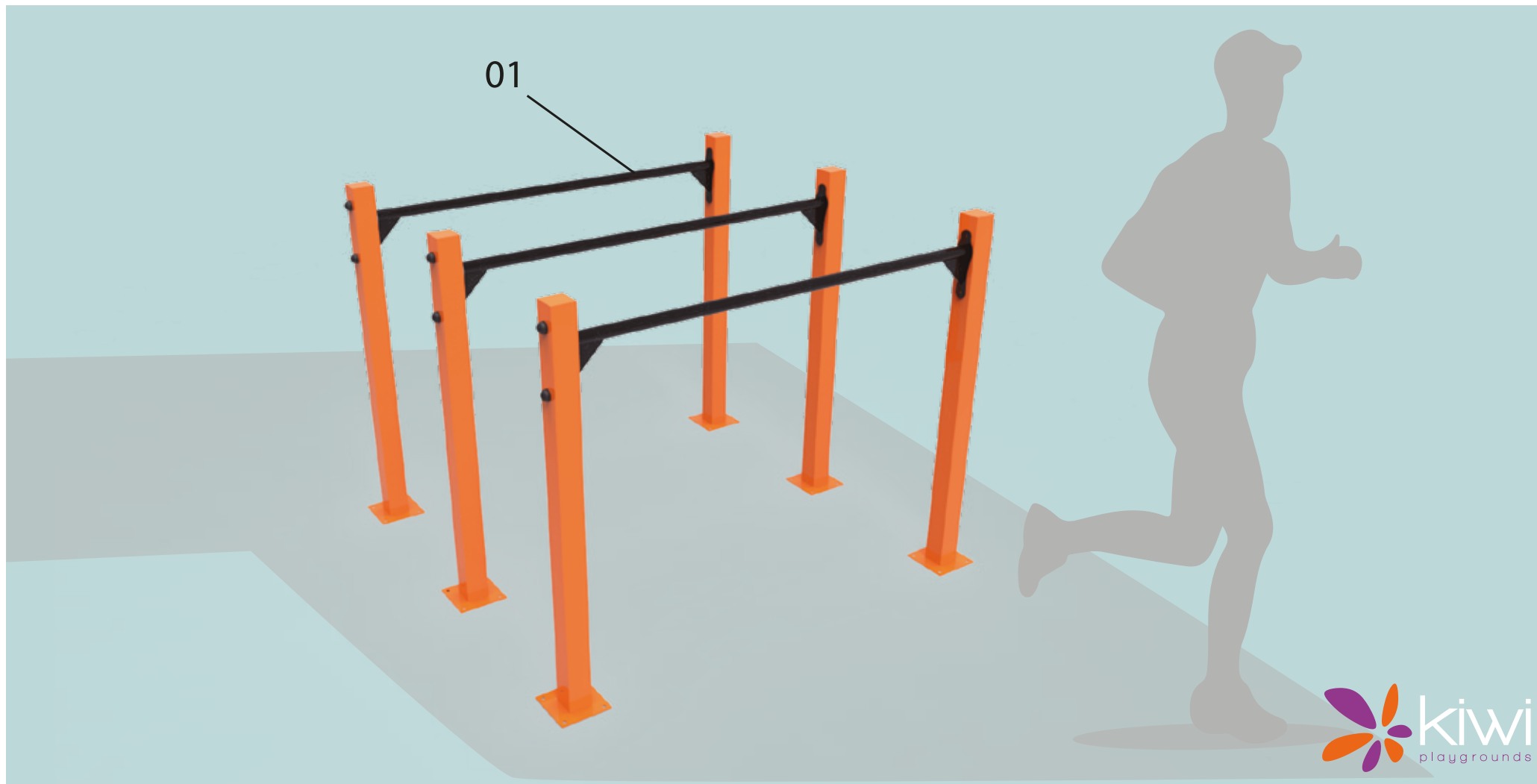
### PERFIL



### PLANTA



Dibujado		PLANO 3		Ref: MC03T
Revisado		VISTAS DE DETALLE		
Aprobado				
Descripción:		Escala:	Hoja:	
BARRAS 1200 TRIPLES			4/5	
		Fecha: 09/07/2019		



#### BARRAS TRIPLES

01



**FUNCIÓN:** Ejercicios de equilibrio y tonificación trabajando la musculatura de la parte superior del cuerpo, principalmente tronco, zona pectoral, espalda y brazos.  
**USO:** Con las manos apoyadas sobre las barras, con el cuerpo elevado y suspendido sobre el suelo, realizar flexión y extensión de los brazos, sin sobrepasar 90° de flexión de los codos. Realice combinaciones con la tercera barra.