

DOCUMENTACIÓN TÉCNICA



Ref.: MC04P

Barras 350 Paralelas

EN-UNE 16630



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

Altura libre de caída 0,35 m

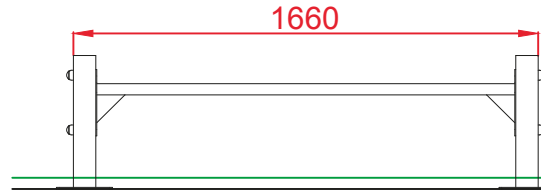
Componentes de acero carbono

Tratamiento galvanizado y pintado al horno

Tornillería protegida con tapones de polipropileno

1 usuario

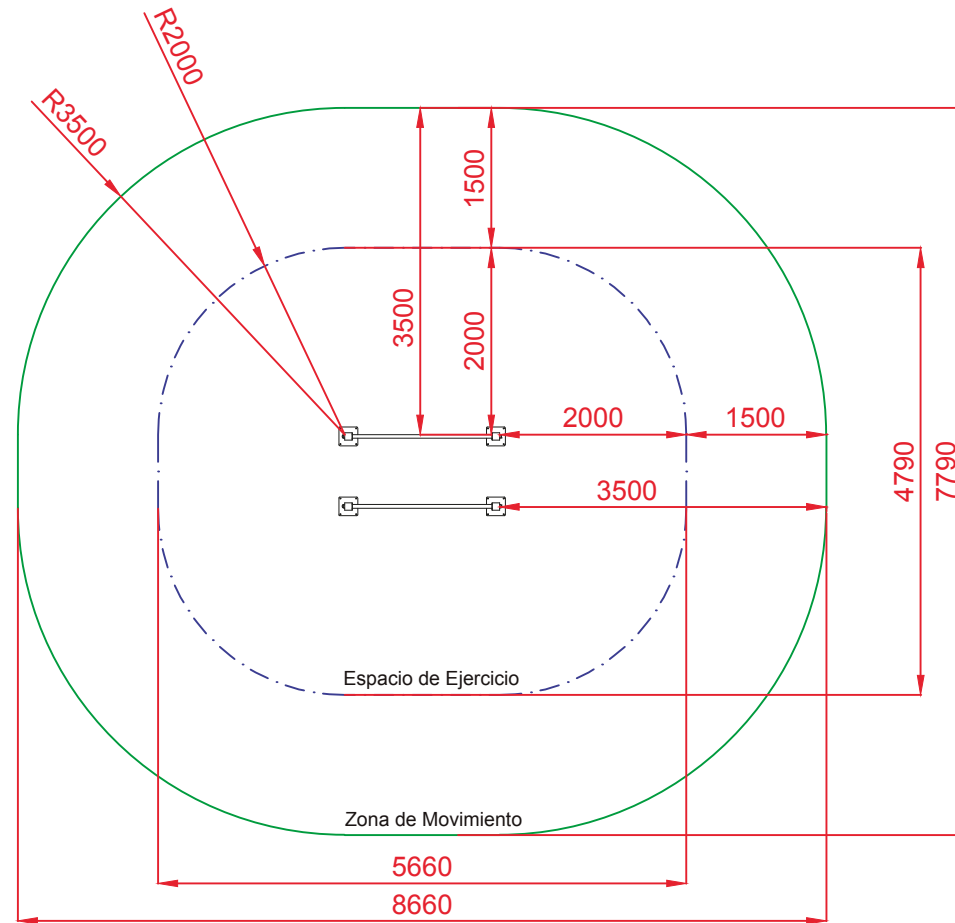
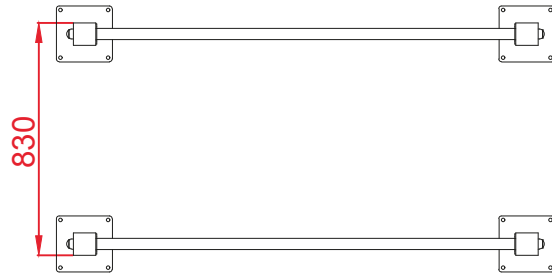
ALZADO




PERFIL



PLANTA

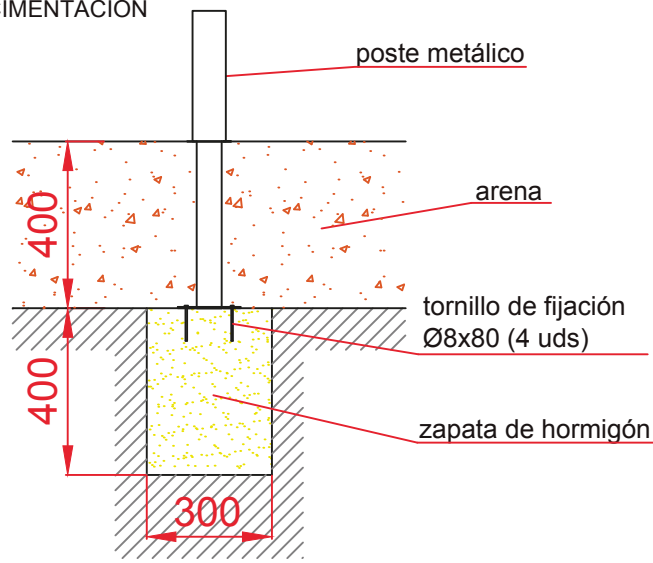


Área Movimiento: 60 m²
 Área Ejercicio: 23,6 m²
 Escala 1:3

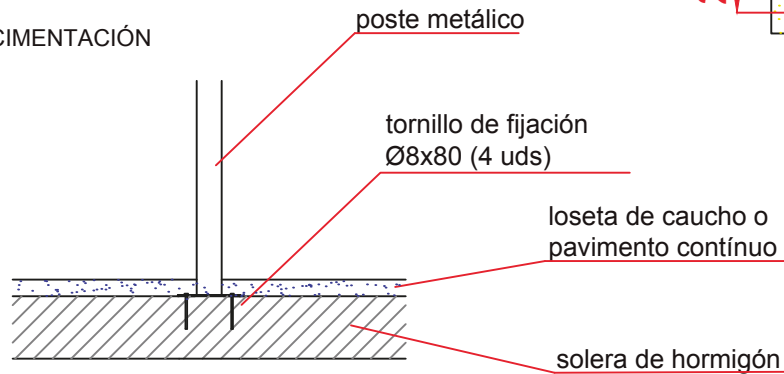
Dibujado		PLANO 1		Ref: MC04P
Revisado		VISTAS GENERALES		
Aprobado				
Descripción:		Escala:	Hoja:	
BARRAS 350 PARALELAS		Fecha: 09/07/2019	2/5	

DETALLES CIMENTACIÓN

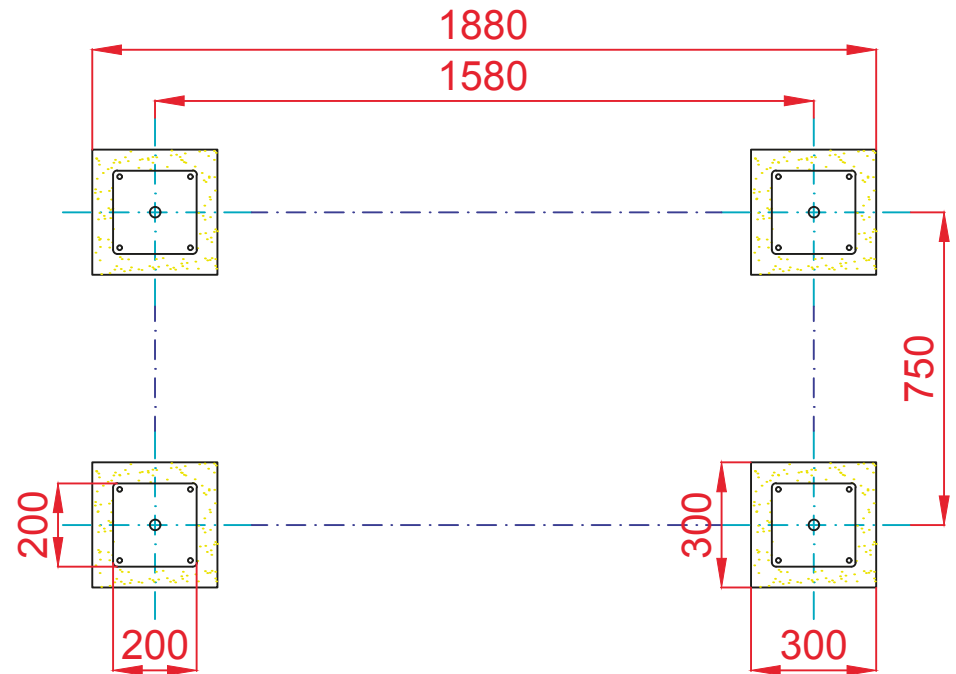
ESQUEMA DE CIMENTACIÓN EN ARENA



ESQUEMA DE CIMENTACIÓN EN HORMIGÓN



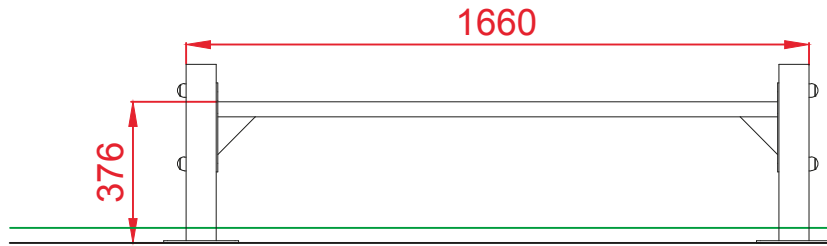
PLANTA



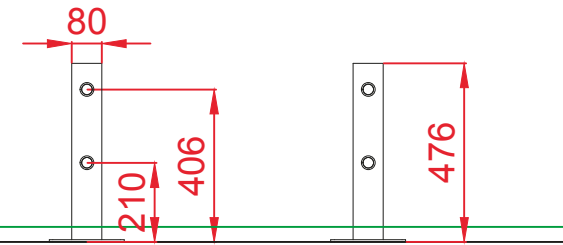
Dibujado		PLANO 2 CIMENTACIÓN		Ref: MC04P
Revisado				
Aprobado				
Descripción: BARRAS 350 PARALELAS			Escala:	Hoja: 3/5
			Fecha:	09/07/2019



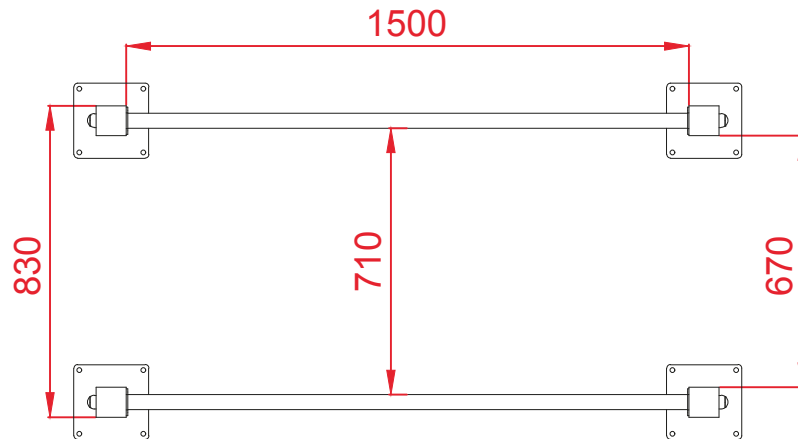
ALZADO



PERFIL

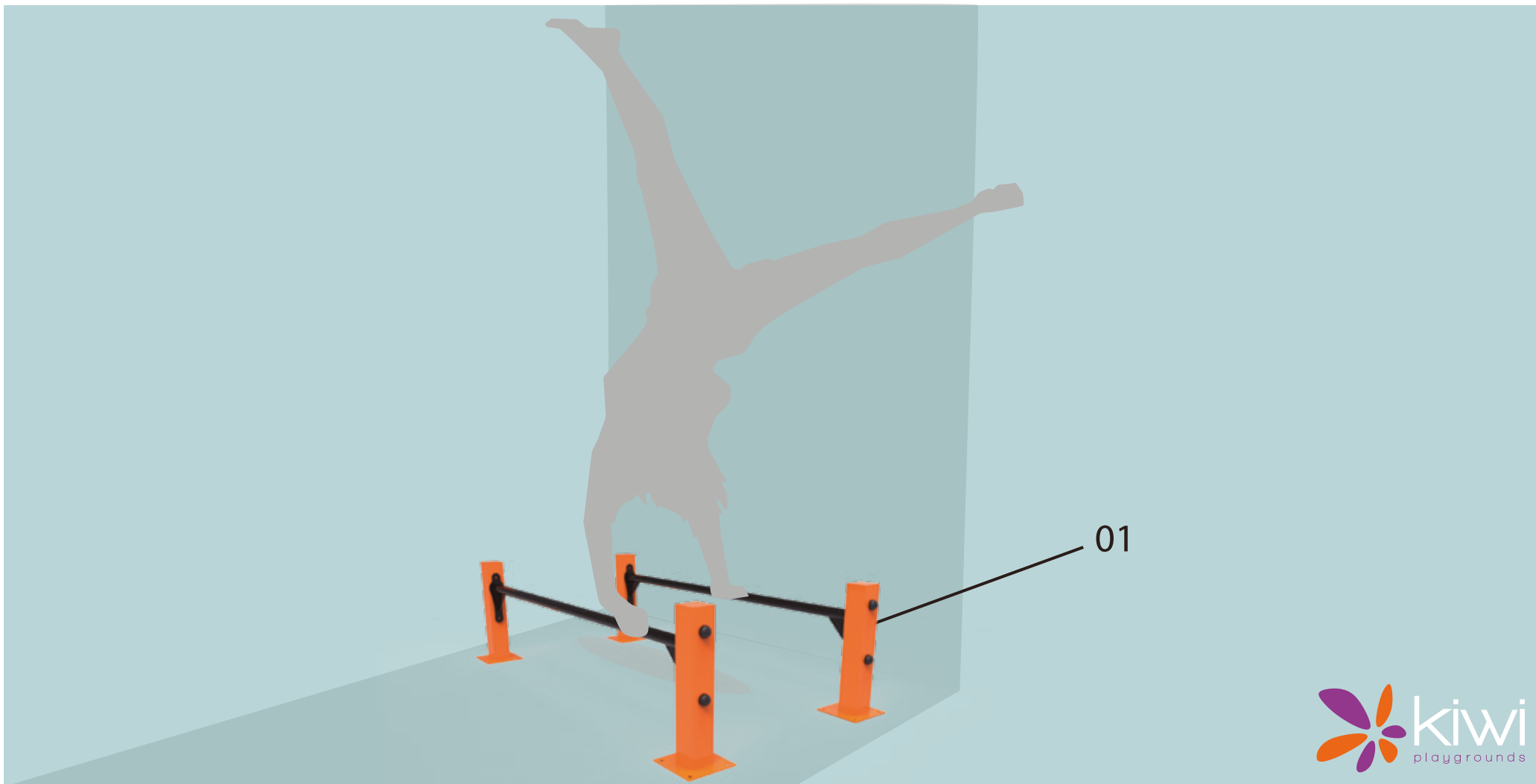


PLANTA



Dibujado		PLANO 3		Ref:	MC04P
Revisado		VISTAS DE DETALLE			
Aprobado					
Descripción:			Escala:	Hoja:	
BARRAS 350 PARALELAS				4/5	
			Fecha:	09/07/2019	





BARRAS 350 PARALELAS

01



FUNCIÓN: Ejercicios de fuerza, equilibrio y estabilidad. Fortalecimiento de los músculos de tronco, pecho, espalda y brazos.

USO: En la primera posición, colocados boca abajo agarrando las barras con las manos y los brazos extendidos, elevar los pies del suelo hasta conseguir el equilibrio en posición horizontal.

En la segunda posición, agarrando las barras con las manos, intentar elevar el cuerpo hasta el equilibrio en posición vertical.