

DOCUMENTACIÓN TÉCNICA



Ref.: MC05

Barra 600

EN-UNE 16630



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

Altura libre de caída 0,60 m

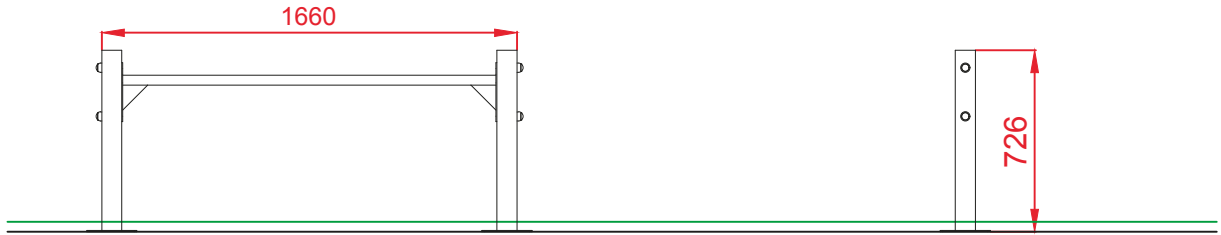
Componentes de acero carbono

Tratamiento galvanizado y pintado al horno

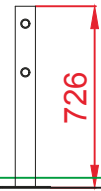
Tornillería protegida con tapones de polipropileno

1 usuario

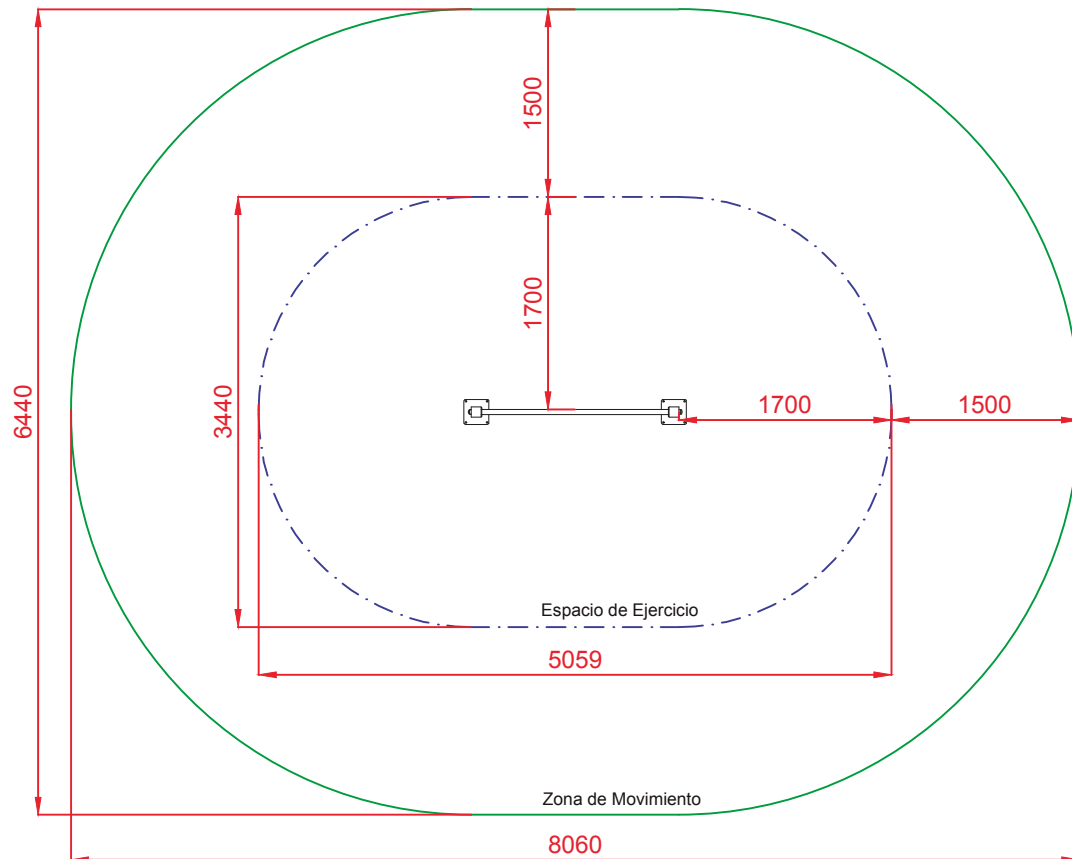
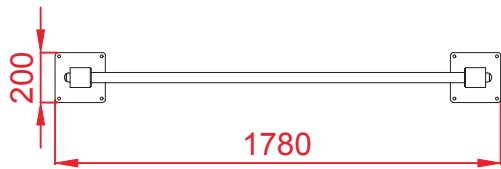
ALZADO




PERFIL



PLANTA

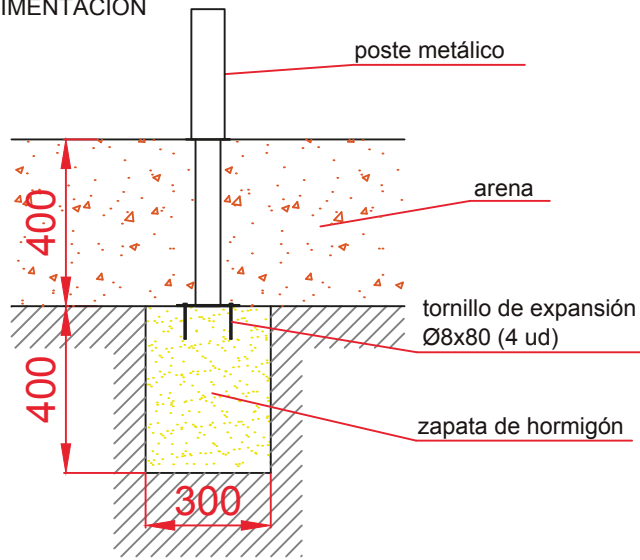


Área Movimiento: 43,12 m²
 Área Ejercicio: 14,93 m²
 Escala 1:2

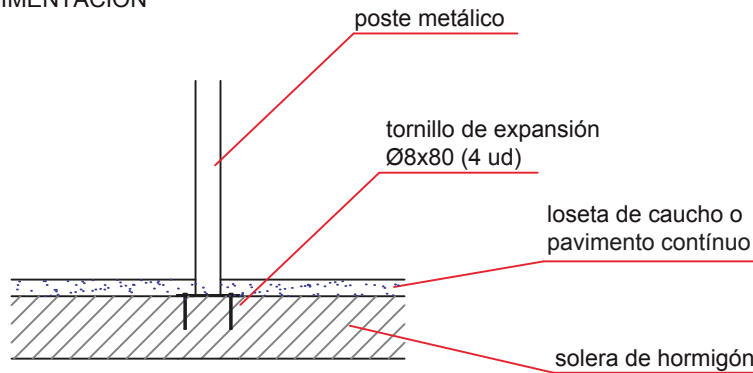
Dibujado		PLANO 1		Ref: MC05
Revisado		VISTAS GENERALES		
Aprobado				
Descripción:		Escala:	Hoja:	
BARRA 600			2/5	
		Fecha: 09/07/2019		

DETALLES CIMENTACIÓN

ESQUEMA DE CIMENTACIÓN EN ARENA

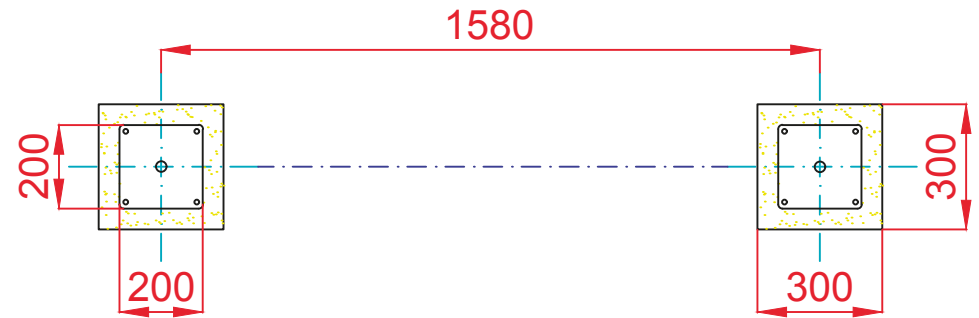



ESQUEMA DE CIMENTACIÓN EN HORMIGÓN



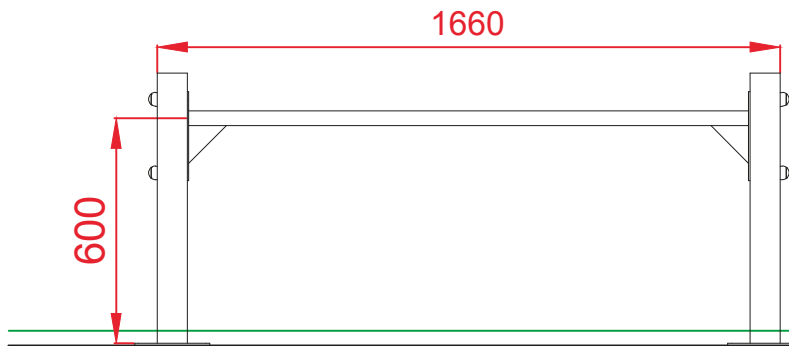
DETALLE DE ANCLAJE

PLANTA

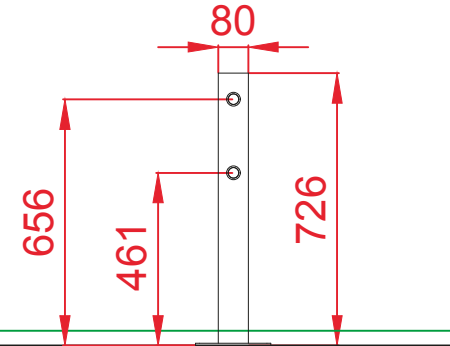


Dibujado		PLANO 2 CIMENTACIÓN		Ref: MC05
Revisado				
Aprobado				
Descripción:	BARRA 600		Escala:	Hoja: 3/5
			Fecha:	09/07/2019

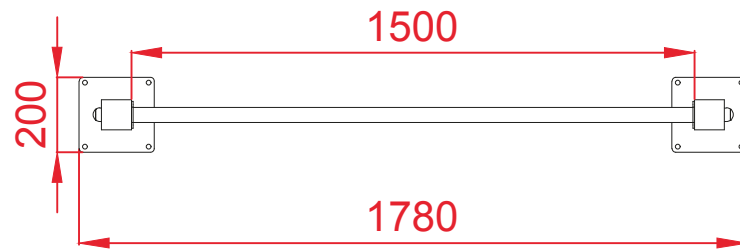
ALZADO



PERFIL

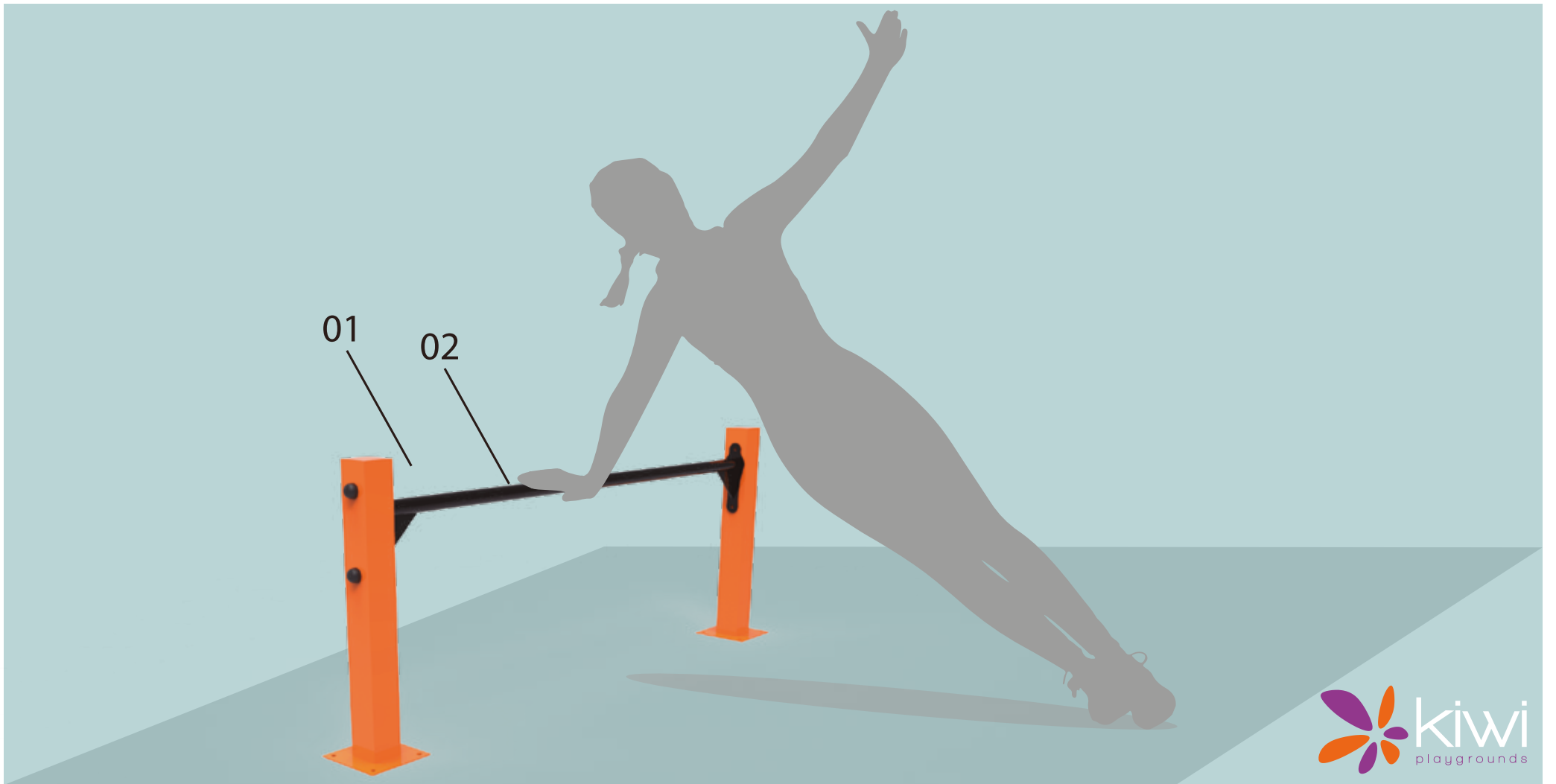


PLANTA



Dibujado		PLANO 3		Ref:	MC05
Revisado		VISTAS DE DETALLE			
Aprobado					
Descripción:			Escala:	Hoja:	
BARRA 600				4/5	
			Fecha:	09/07/2019	





BARRA 600

01



FUNCIÓN: Ejercicios de fortalecimiento de los músculos del tren inferior.

USO: Iniciar el movimiento tomando impulso mediante flexión de rodilla para saltar la barra. Puede realizarse de frente o en paralelo.

BARRA 600

02



FUNCIÓN: Ejercicios para fortalecer los músculos de los brazos y pecho, principalmente.

USO: Con los brazos estirados, y las manos agarrando la barra a la altura del pecho, elevar el tronco, manteniendo los pies en el suelo. Flexionar los codos hasta que el pecho toque la barra o los codos alcancen la flexión de 90°.