

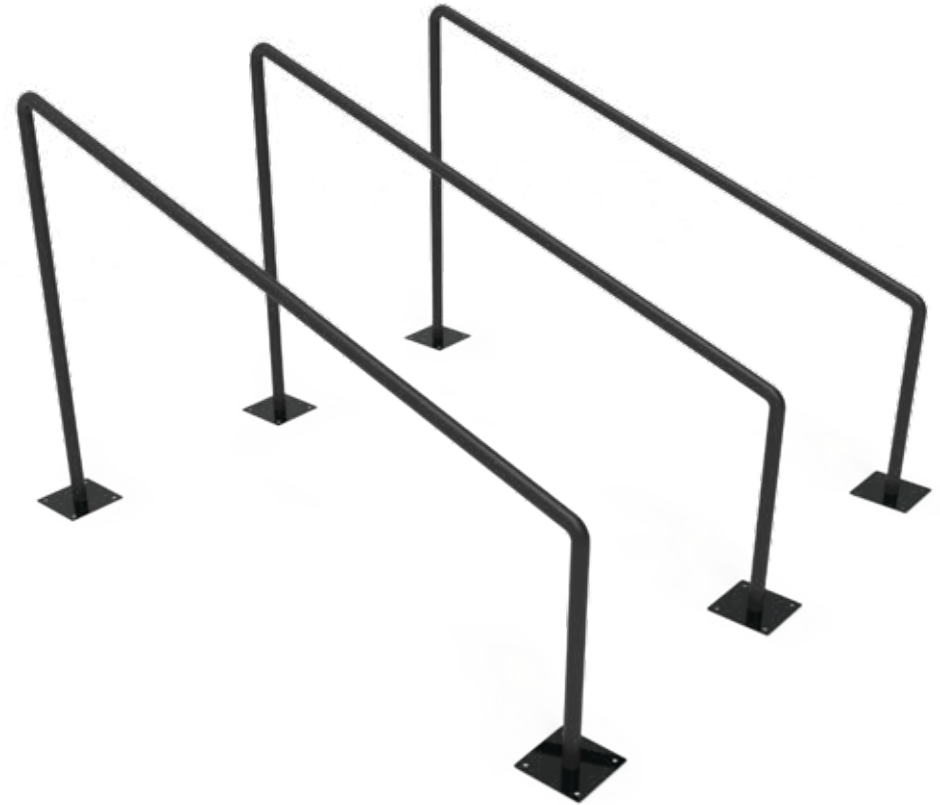
DOCUMENTACIÓN TÉCNICA



Ref.: MC11T

Barras Torcidas Triples

EN-UNE 16630



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

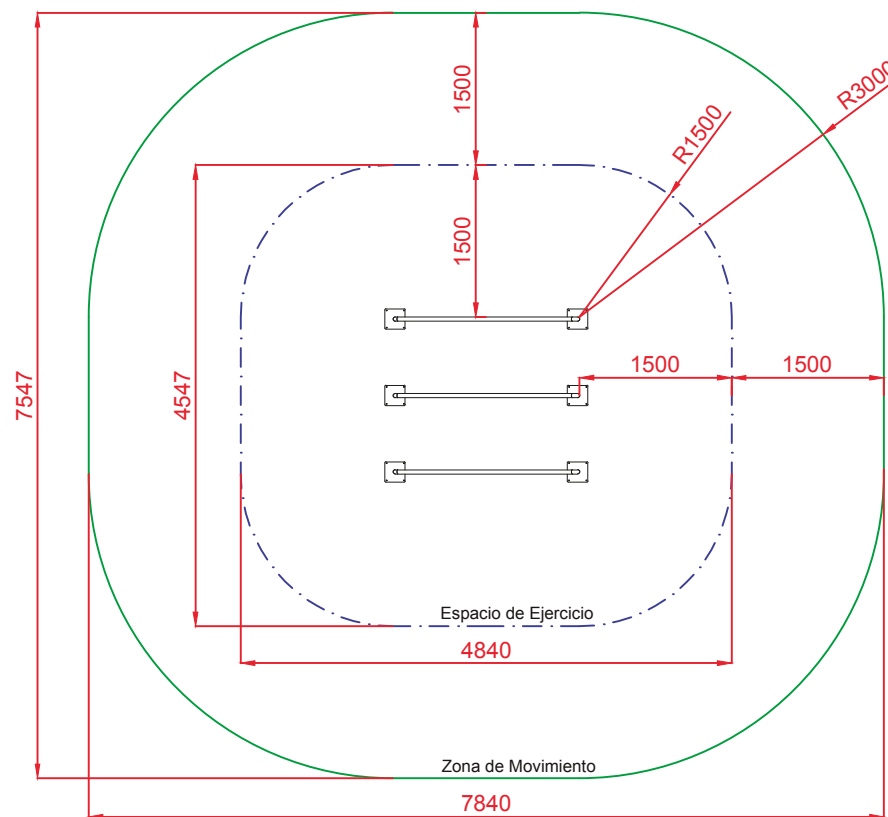
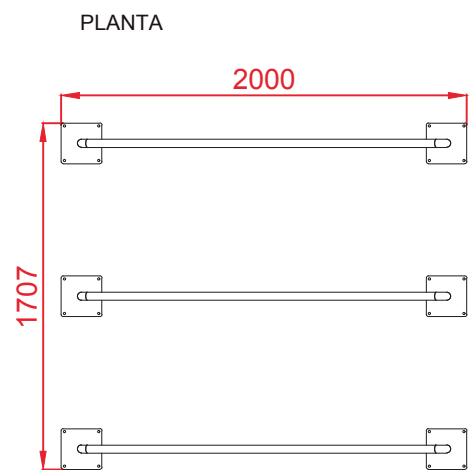
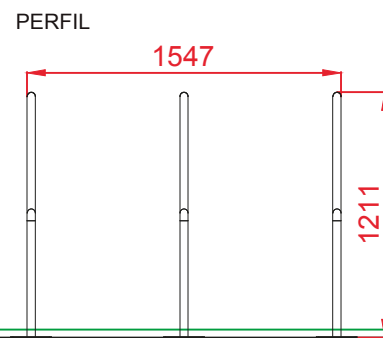
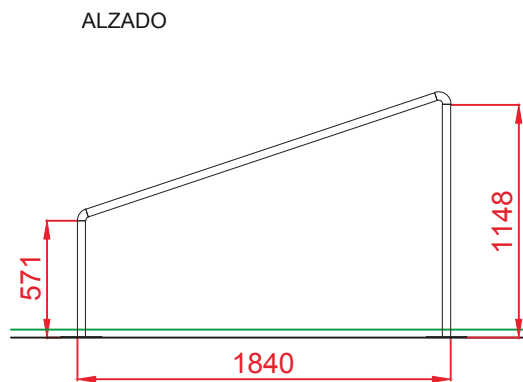
Altura libre de caída 1,20 m

Componentes de acero carbono

Tratamiento galvanizado y pintado al horno

Tornillería protegida con tapones de polipropileno

1 usuario



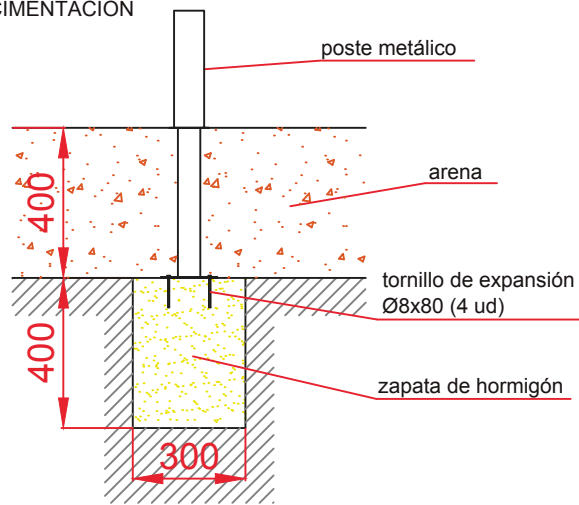
Área Movimiento: 51,44 m²
 Área Ejercicio: 20 m²
 Escala 1:2

Dibujado		PLANO 1		Ref: MC11T
Revisado		VISTAS GENERALES		
Aprobado				
Descripción:	BARRAS TORCIDAS TRIPLES		Escala:	Hoja: 2/5
			Fecha:	10/07/2019

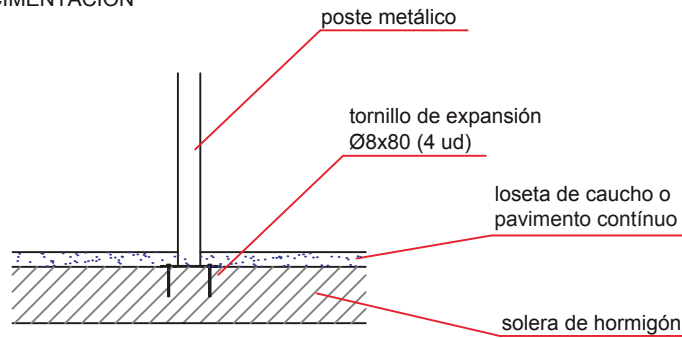


DETALLES CIMENTACIÓN

ESQUEMA DE CIMENTACIÓN EN ARENA

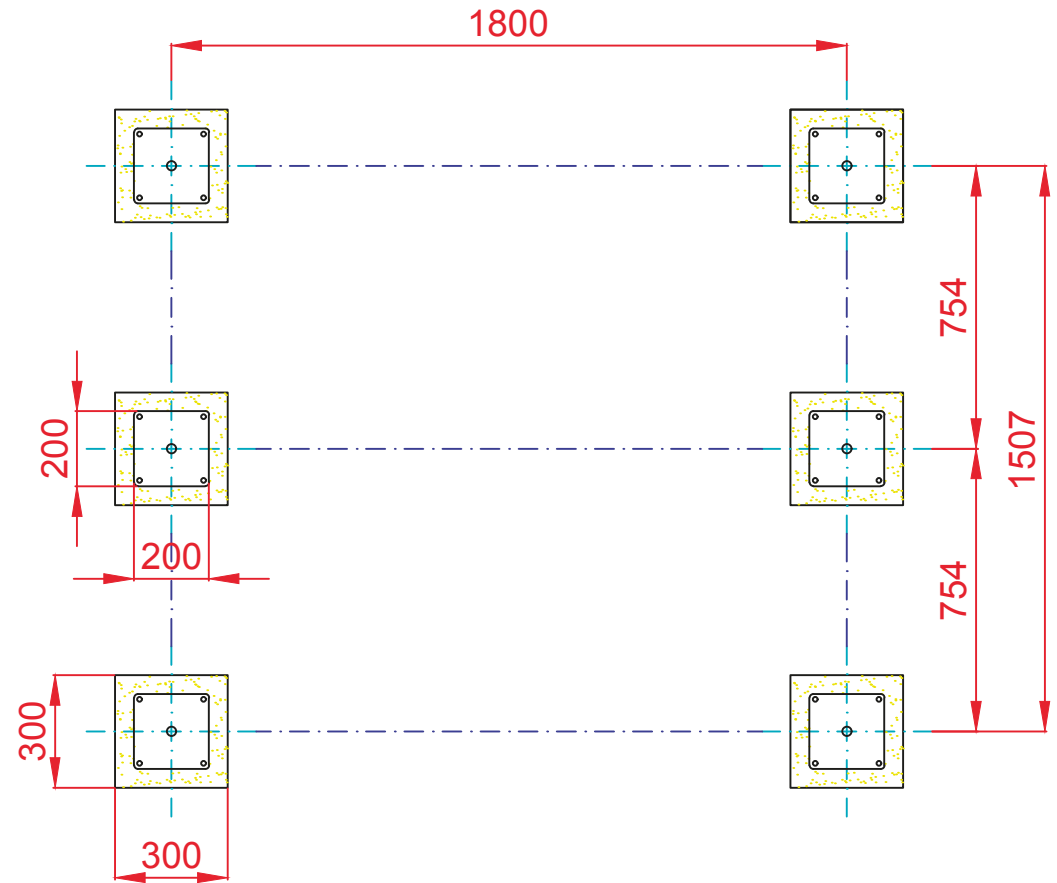



ESQUEMA DE CIMENTACIÓN EN HORMIGÓN



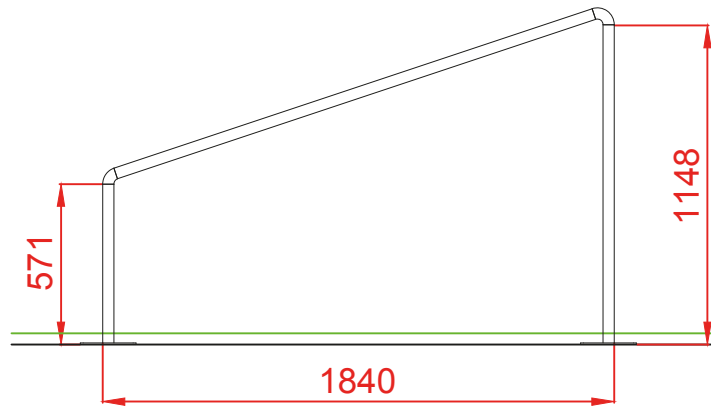
DETALLE DE ANCLAJE

PLANTA

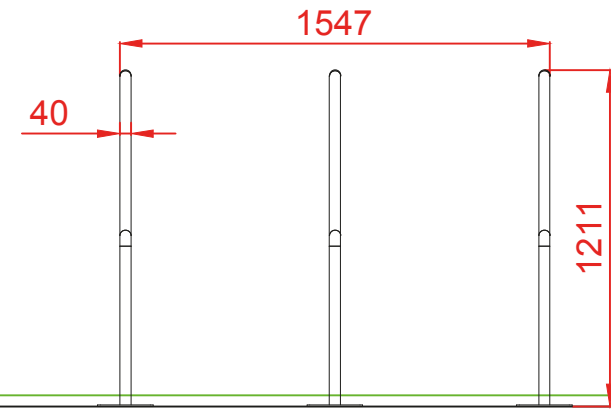


Dibujado		PLANO 2 CIMENTACIÓN		Ref: MC11T
Revisado				
Aprobado				
Descripción:	BARRAS TORCIDAS TRIPLES		Escala:	Hoja: 3/5
			Fecha:	10/07/2019

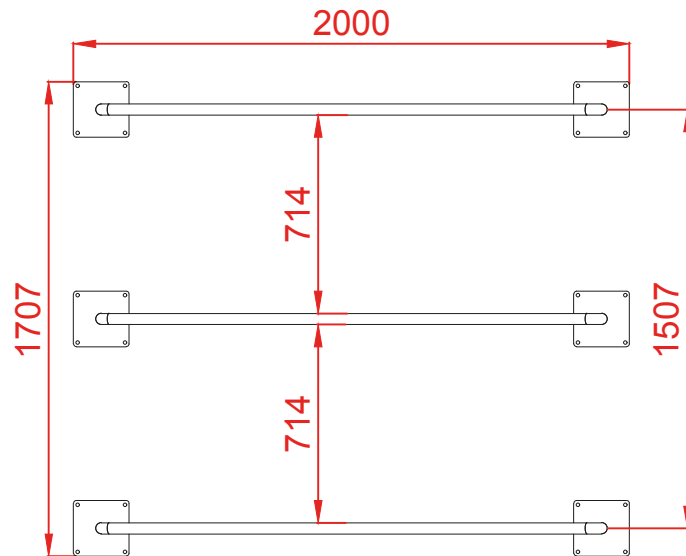
ALZADO




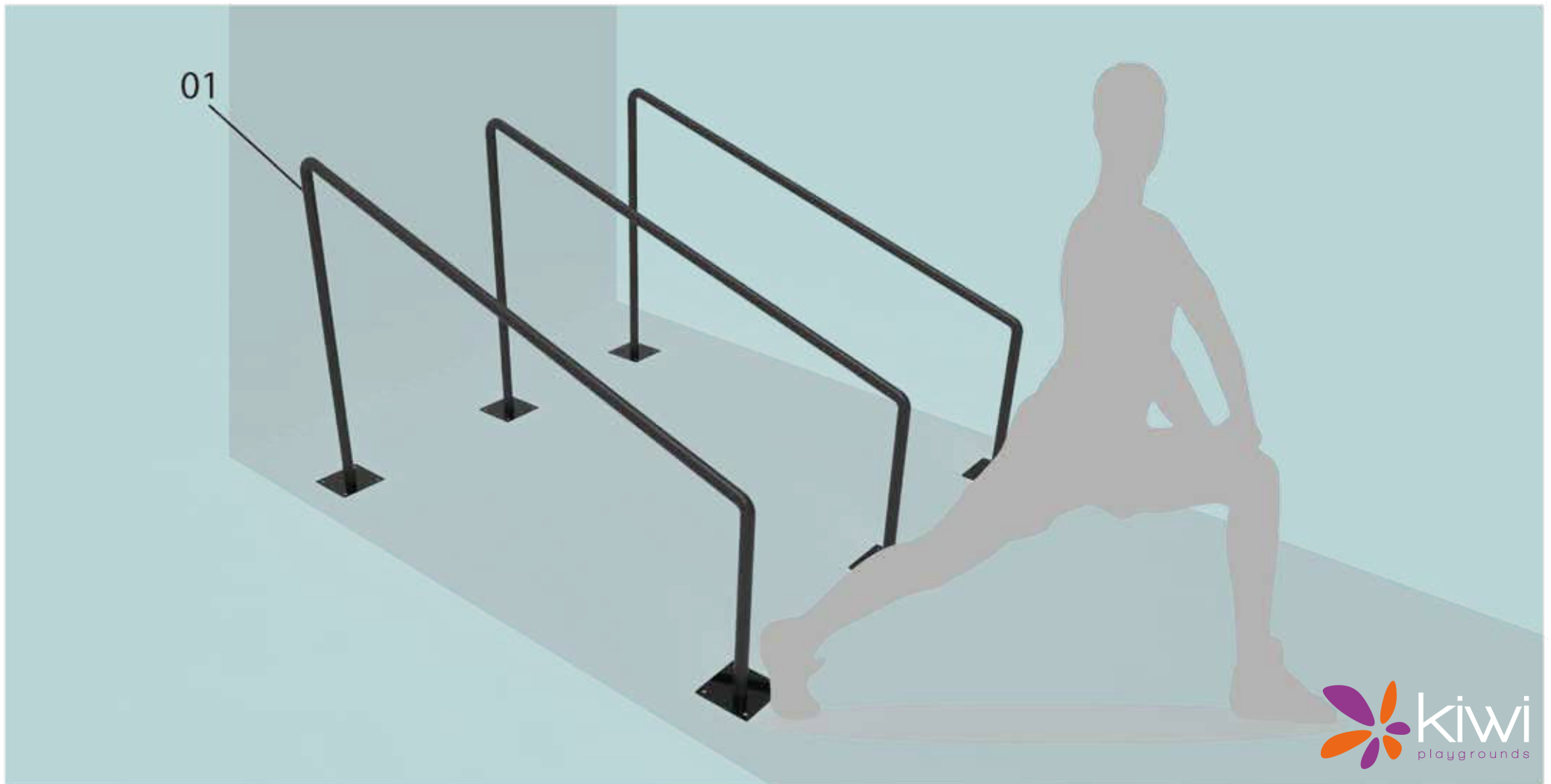
PERFIL



PLANTA



Dibujado		PLANO 3 VISTAS DE DETALLE	Ref:	MC11T
Revisado				
Aprobado				
Descripción:		BARRAS TORCIDAS TRIPLES	Escala:	Hoja: 4/5
			Fecha:	10/07/2019



BARRAS TORCIDAS

01



FUNCIÓN: Ejercicios de fondo, de abdominales y flexiones.

USO: Para el primer ejercicio, mantenerse boca abajo, con los pies en el suelo y apoyando las manos en las barras, realizar flexión y extensión de los brazos. En el segundo ejercicio, realizar flexión y extensión de los brazos, con el cuerpo elevado y suspendido del suelo. Posibles combinaciones con la tercera barra.