

DOCUMENTACIÓN TÉCNICA



Ref.: CC27

“CONJUNTO 27”

EN-UNE 16630



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

Altura libre de caída 2,80 m

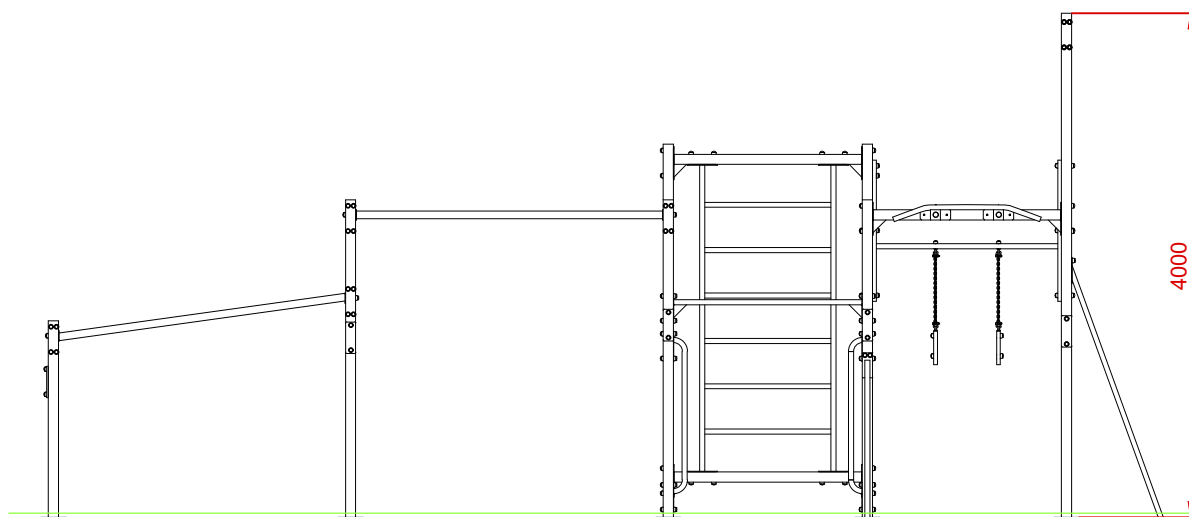
Componentes de acero carbono

Tratamiento galvanizado y pintado al horno

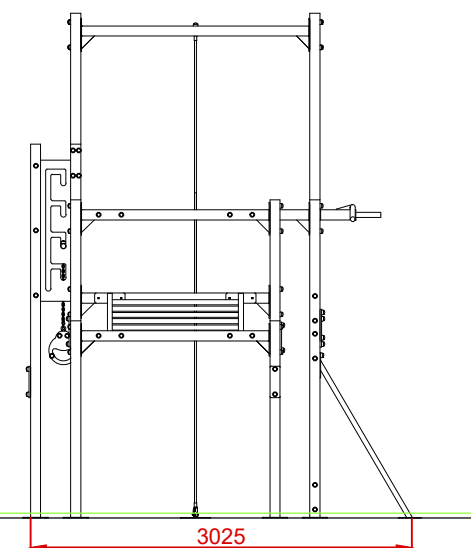
Tornillería protegida con tapones de polipropileno

7 usuarios, 1 por estación

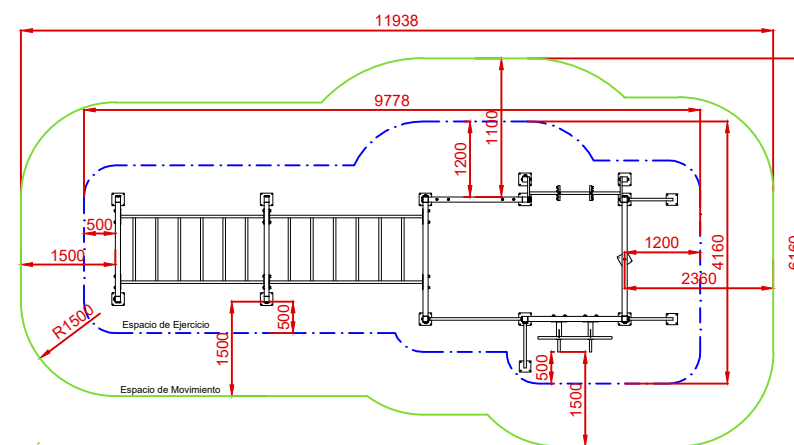
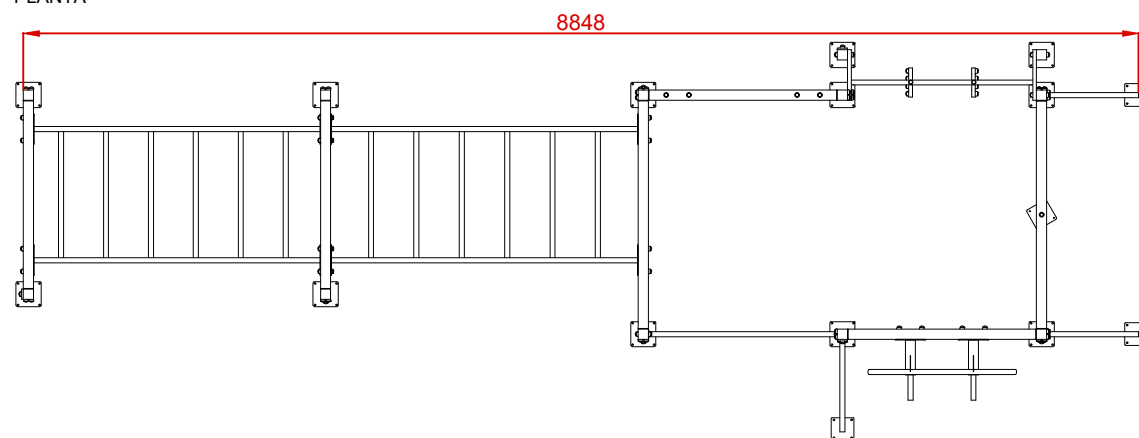
ALZADO



PERFIL



PLANTA

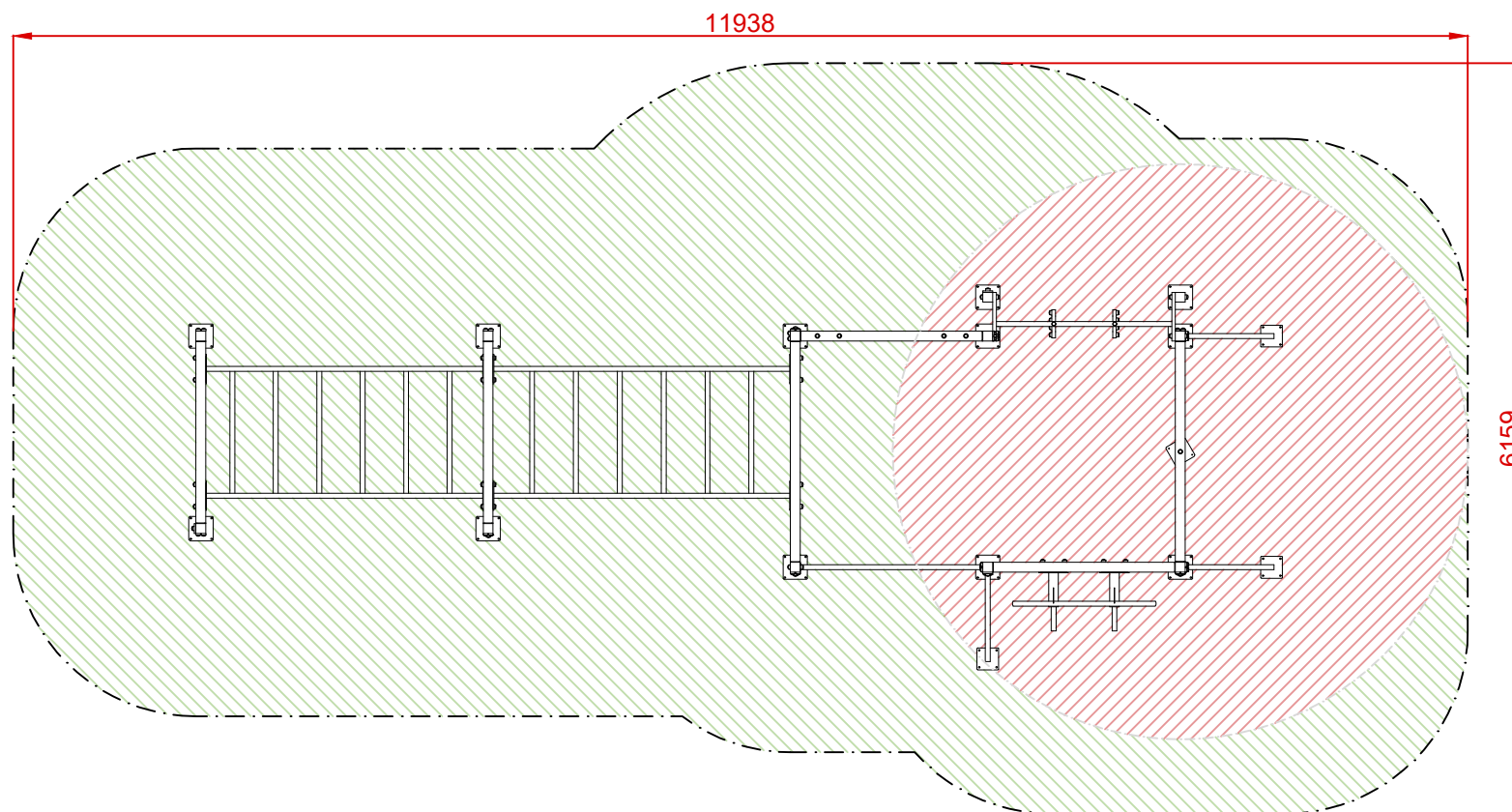


Área Movimiento: 60,54 m²

Área Ejercicio: 31,08 m²

E: 1/2

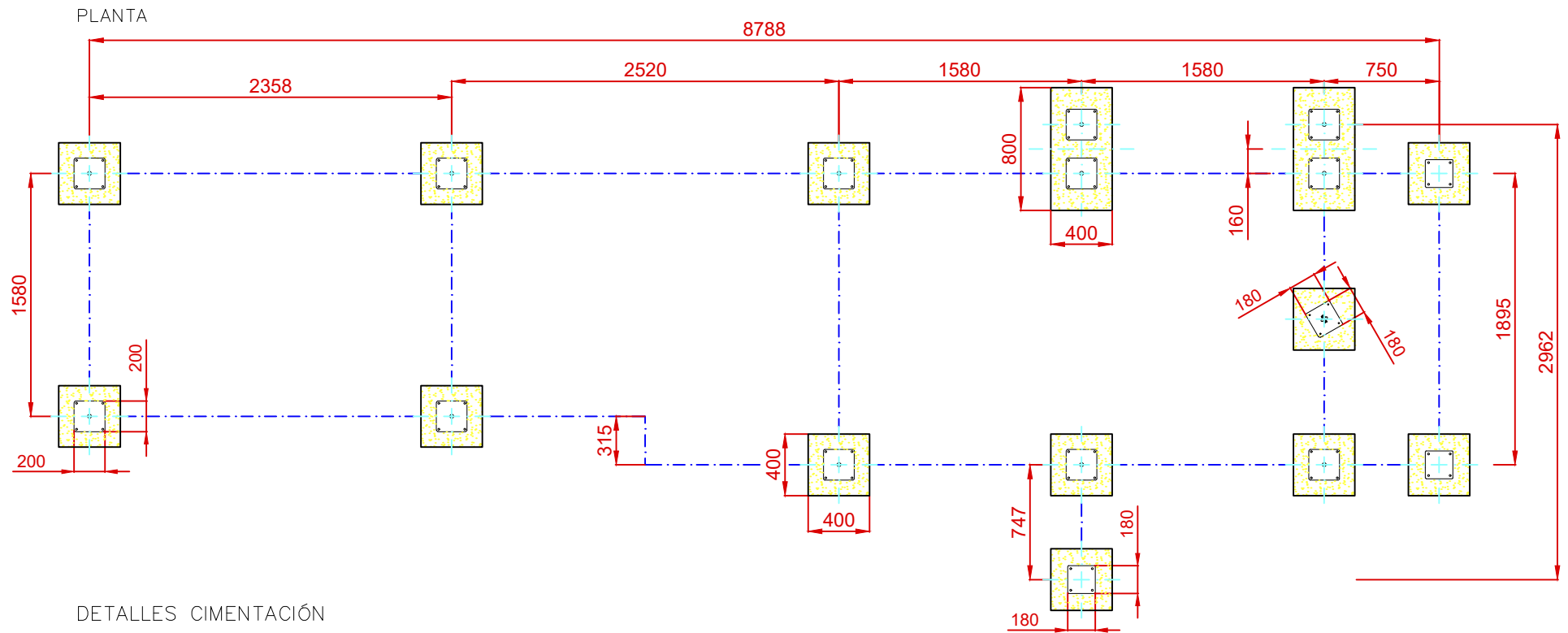
Dibujado		PLANO 1 VISTAS GENERALES		Ref: CC27	
Revisado					
Aprobado					
Descripción:		"CONJUNTO 27"		Escala:	Nº Hoja
				Fecha:	02/05
				17/02/2022	



ÁREA TOTAL: 60,54 m²

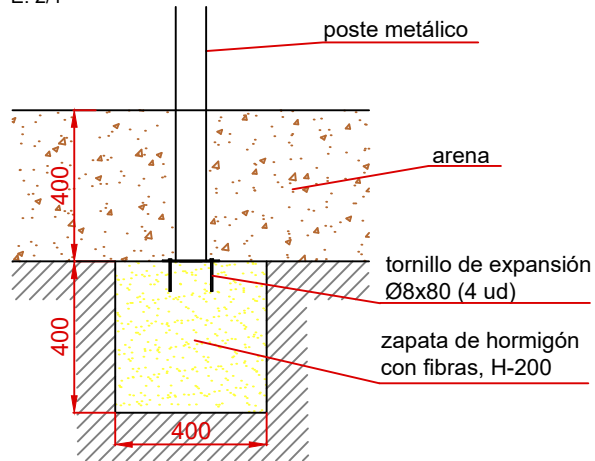
-  Altura caída 2,80 m: 17,50 m²
-  Altura caída <1,5M: 43,04 m²

Dibujado		PLANO 2 AMORTIGUACIÓN		Ref: CC27	
Revisado					
Aprobado					
Descripción: "CONJUNTO 27"			Escala:	Nº Hoja 03/05	
			Fecha:	17/02/2022	

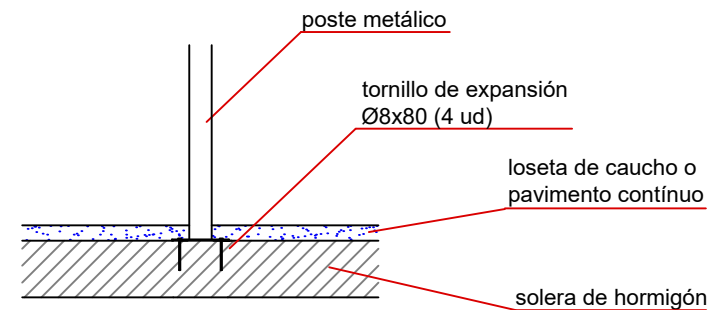


DETALLES CIMENTACIÓN

ESQUEMA DE CIMENTACIÓN EN ARENA
E: 2/1

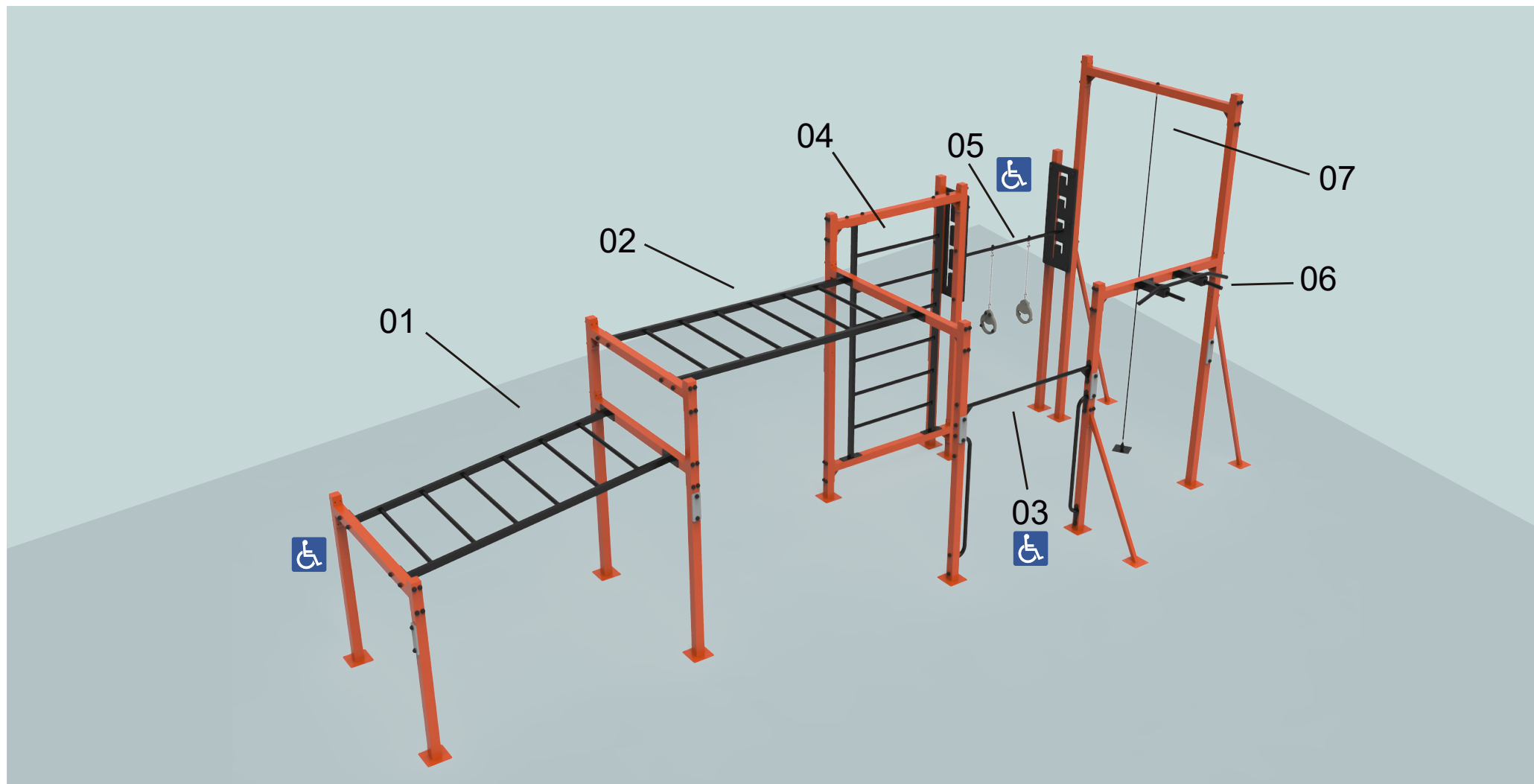


ESQUEMA DE CIMENTACIÓN EN HORMIGÓN
E: 2/1



DETALLE DE ANCLAJE

Dibujado		PLANO 3 CIMENTACIÓN Y ANCLAJES	Ref: CC27
Revisado			
Aprobado			
Descripción:		Escala:	Nº Hoja
"CONJUNTO 27"			04/05
		Fecha:	17/02/2022



ESCALERA INCLINADA

01



FUNCIÓN: Ejercicios de fuerza y coordinación. Fortalece los músculos del tronco, brazos y antebrazos.

USO: Agárrese con las manos en una de las barras y con la ayuda del balanceo corporal, extienda uno de sus brazos hasta agarrar la siguiente barra de la escalera. Repita el movimiento alternando los brazos y completando el recorrido.

ESCALERA HORIZONTAL

02



FUNCIÓN: Ejercicios de fuerza y coordinación. Fortalece los músculos del tronco, brazos y antebrazos.

USO: Agárrese con las manos en una de las barras y con la ayuda del balanceo corporal, extienda uno de sus brazos hasta agarrar la siguiente barra de la escalera. Repita el movimiento alternando los brazos y completando el recorrido.

BARRA SIMPLE

03



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.

ESPALDERA

04



FUNCIÓN: Ejercicios de zona abdominal y lumbar, flexores de cadera y cuádriceps. También se pueden realizar 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.

PÓRTICO ANILLAS

05



FUNCIÓN: Ejercicios de fuerza y coordinación que favorecen la musculación de hombros, brazos, antebrazos y espalda.

USO: Agarre una anilla con cada mano y elévese hasta colocar las manos a la altura de la cintura. Mantenga la posición con un brazo mientras extiende el otro hasta formar un ángulo recto con el cuerpo. Alterne el ejercicio para realizarlo con ambos brazos.

BARRA DOMINADAS

06



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.

CUERDA DE ESCALADA

07



FUNCIÓN: Ejercicios de escalada que fortalecen las piernas y los músculos del tren superior, favoreciendo la coordinación.

USO: Agárrese a la cuerda con ambas manos y reténgala cruzando los pies. Tire con las manos y vuelva a retener la cuerda con los pies. Continúe hasta llegar al objetivo.