

# CUERDA ESCALADA

CM 66 RD



## DESCRIPCIÓN:

- Elemento que forma parte de la colección "Circuito de obstáculos" y como su propio nombre indica es un conjunto de elementos ideales para trabajar la resistencia anaeróbica (con cambios de ritmo y una intensidad de trabajo alta).
- Indicado para realizar principalmente ejercicio de fuerza y coordinación de brazos y del tren superior en general, pero tampoco se deja de lado la fuerza con las piernas.
- Altura de caída 4 m.
- Indicado para 4 usuarios
- Estatura mínima recomendada de uso: 140 cm.

## FORMA DE USO:

- El ejercicio consiste en colgarse con las manos de la cuerda e ir trepando de la forma más rápida posible, sin soltarse y sin tocar el suelo, también se puede ejercitar el abdomen haciendo abdominales colgado, o mantener la postura arriba para poner a prueba diversos músculos del cuerpo a una altura considerable.
- Colóquese de manera correcta en cada caso y realice los ejercicios en base a sus capacidades.

## MATERIALES:

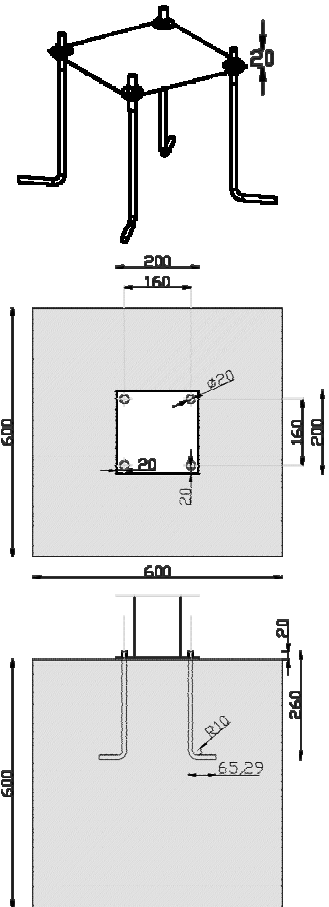
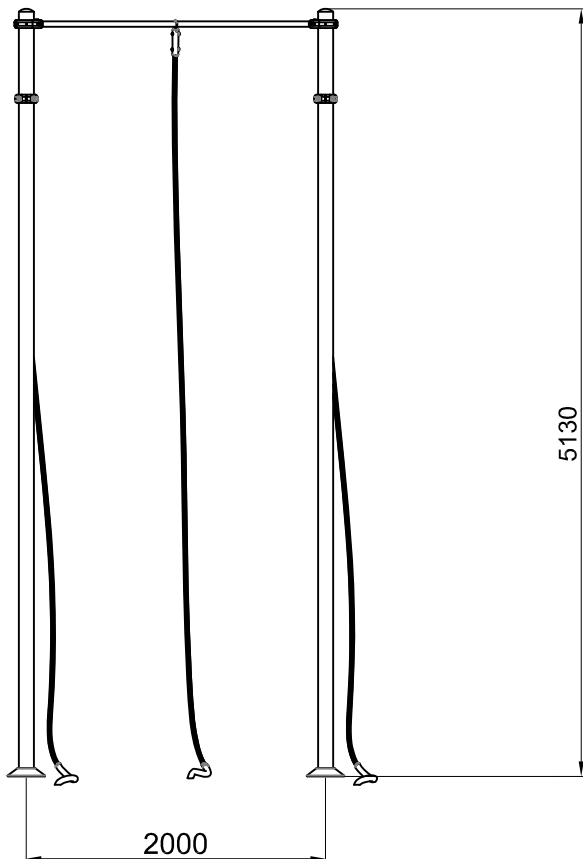
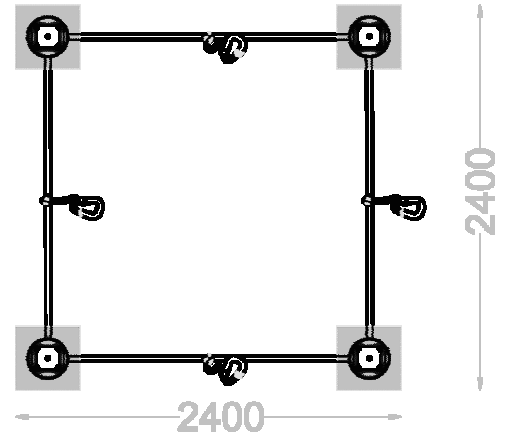
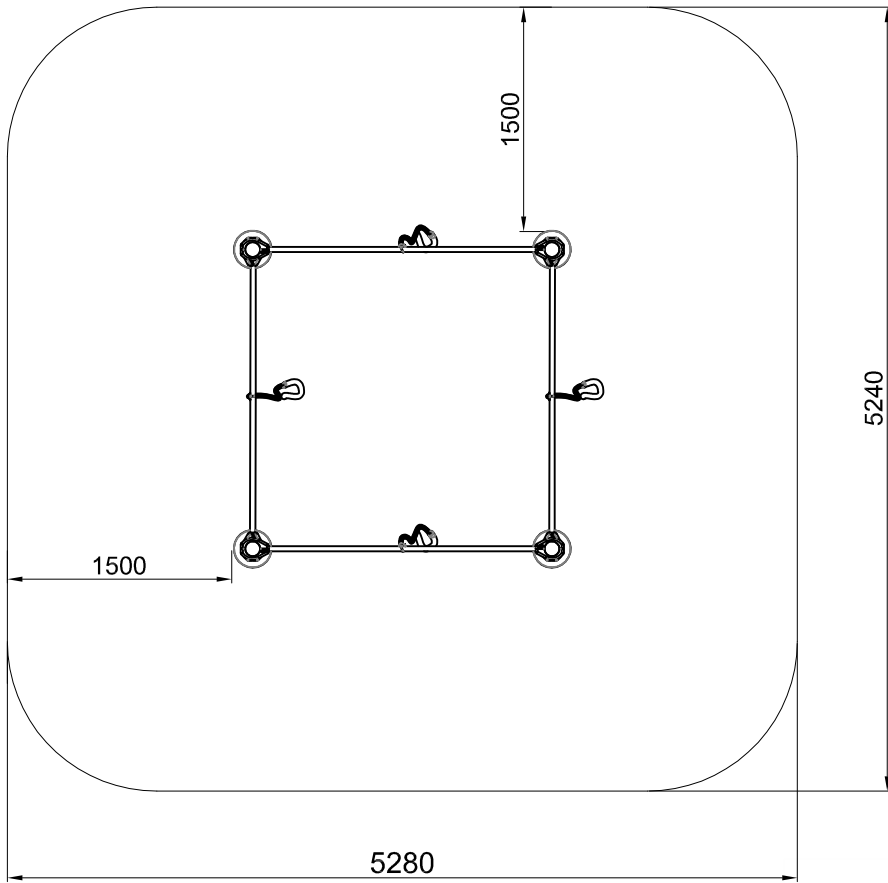
- Tubo principal de sección circular Ø100mm. de 3mm. de espesor lacado al horno.
- Tubo de sección circular de Ø42mm. y Ø35mm
- Los paneles de banco de abdominales y de salto están fabricados en polietileno de alta densidad.

## DIMENSIONES:

- Estructura: 2,2x2,3x5,1 m.
- Área de seguridad: 5,3x5,2 m, es decir, 27 m<sup>2</sup>.

## ANCLAJES:

- El sistema de fijación al terreno se realizará mediante pernos de anclaje con taco químico de diámetro 12mm, longitud 260mm y métrica M12.



CUERDA DE ESCALADA

Cotas en mm.

22/02/2022



myparque®  
mobiliario urbano y parques de castilla, s.l.u.