

## SET 8

ST WO 24



### DESCRIPCIÓN:

- Indicado para realizar gran variedad de ejercicios y desarrollar la fuerza, el equilibrio, la coordinación, mejorar la flexibilidad, tonificar grupos musculares y aumentar la capacidad cardiopulmonar.
- Altura de caída 1,9m.
- Estructura pensada para poder ser utilizada por 18 usuarios simultáneamente.

### FORMA DE USO:

- Tras varios ejercicios de calentamiento se realizan una serie de ejercicios con un alto número de repeticiones poniendo énfasis en los brazos, el abdomen, los glúteos y piernas. Se acentúa, no el trabajo, sino en la forma de realizarlo, pensando en cada movimiento, en los músculos que se están trabajando y si la postura es la correcta.
- Colóquese de manera correcta en cada caso y realice los ejercicios en base a sus capacidades.

### MATERIALES:

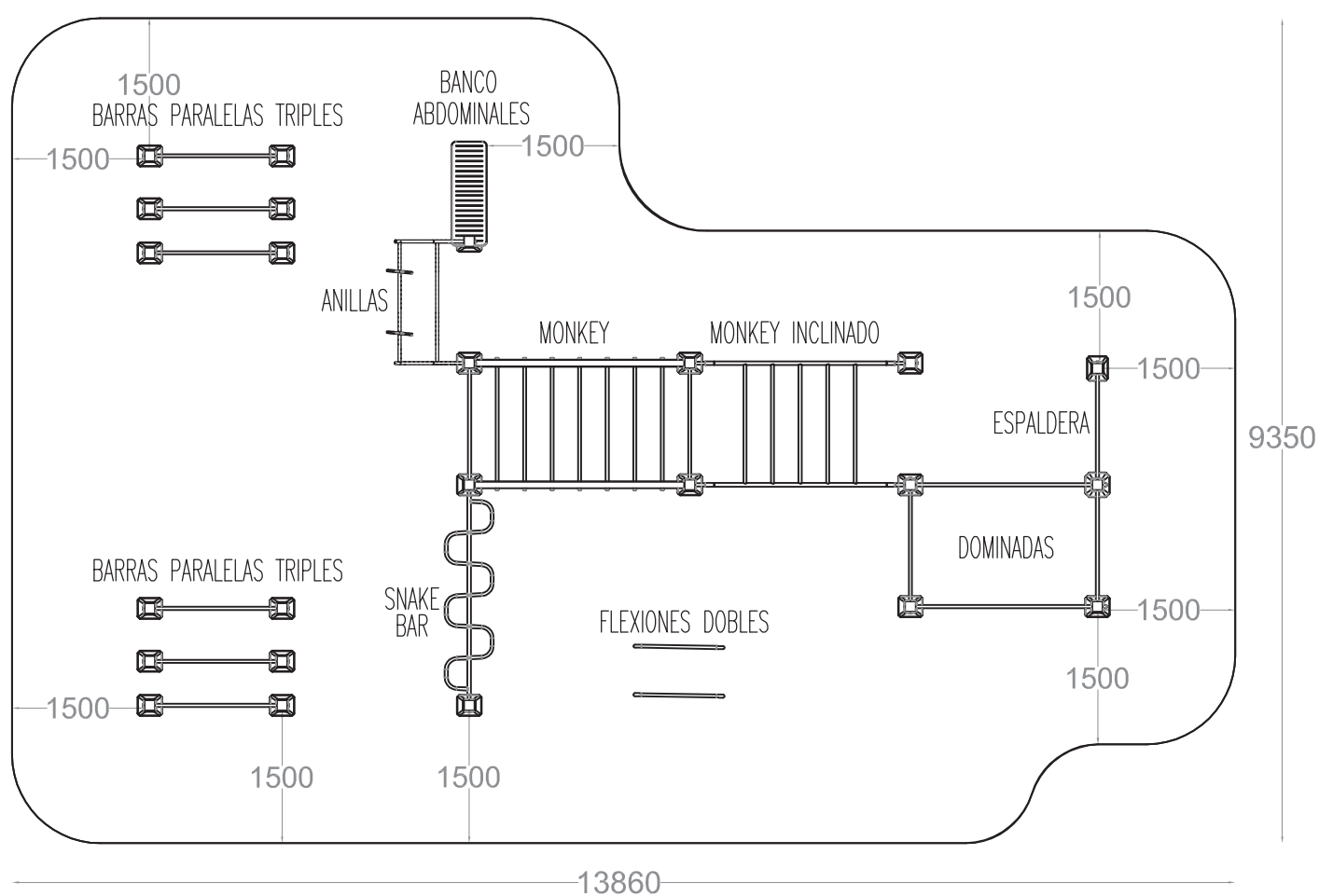
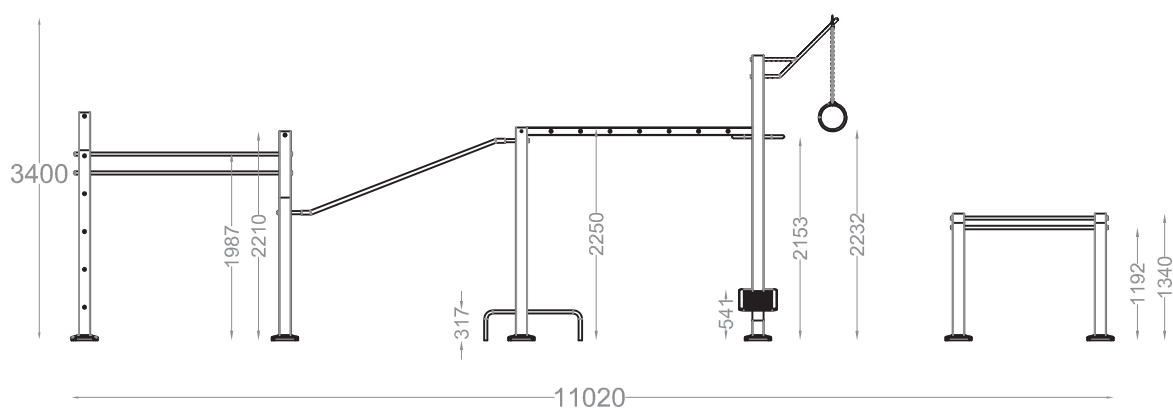
- Tubo principal de sección cuadrada 120x120mm. de 3mm. de espesor lacado al horno.
- Tubo de sección circular de Ø42mm.
- Tornillería de acero inoxidable.

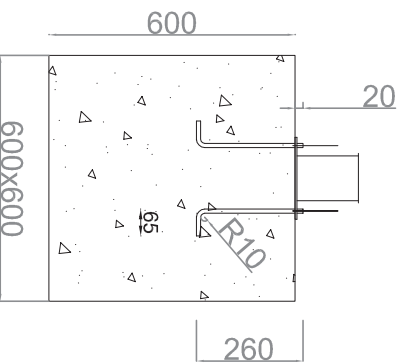
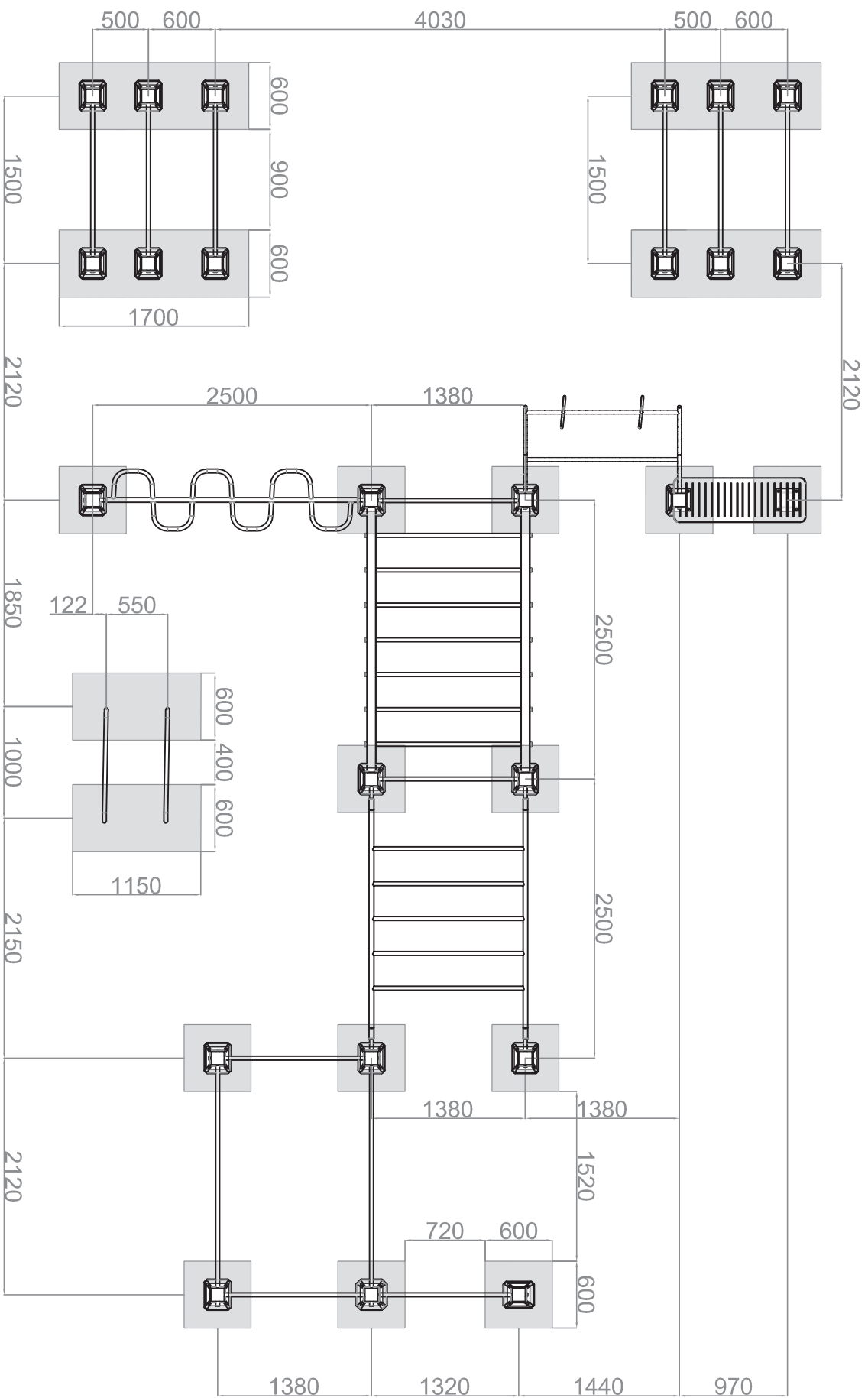
### DIMENSIONES:

- Estructura: 11,0x6,5x3,4m.
- Área de seguridad: 13,9x9,4m, es decir, 110m<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.





- Componentes de anclaje:
- \* 4 pernos Ø12mm.
  - \* 2 tuercas M12 (por cada perno)
  - \* 2 arandelas M12 (por cada perno)
  - \* 1 chapa 3mm (para nivelar)

STREET WORKOUT - ST WO 24 - SET 8

Cotas en mm.

22/02/2022

