

ST WO 23 RD



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 1,3m.
- Indicado para 6 usuarios de estatura mínima 140cm.

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:

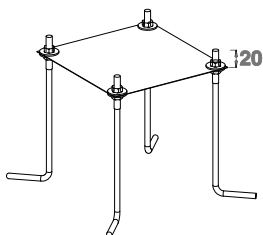
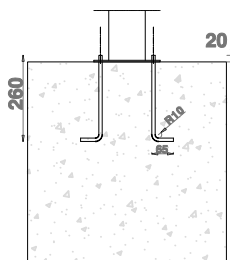
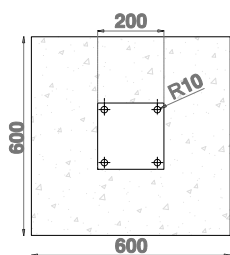
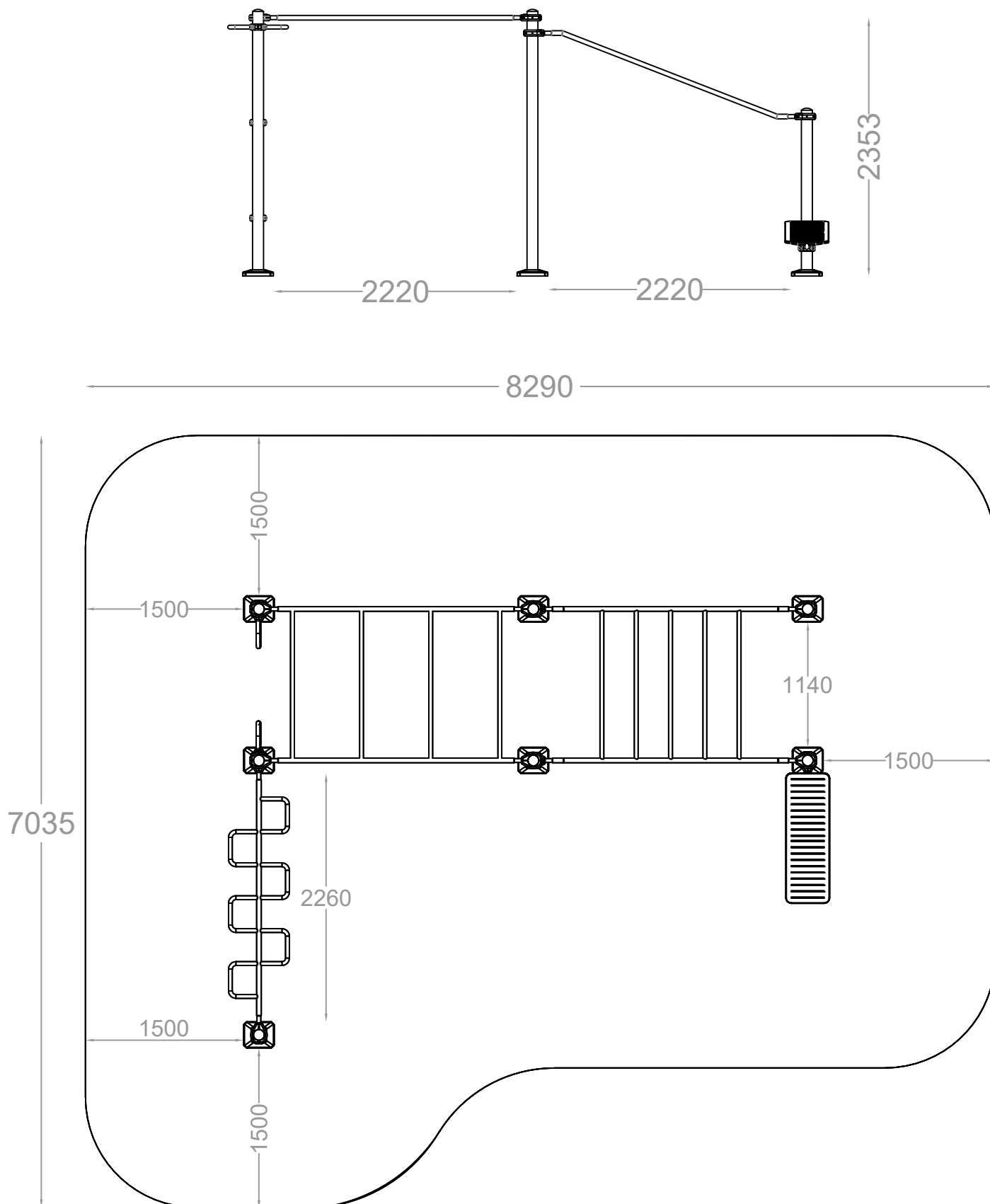
- Tubo principal de sección circular Ø100mm. de 3mm. de espesor lacado al horno.
- Tubo de sección circular de Ø42mm. y Ø35mm
- Los paneles de banco de abdominales y de salto están fabricados en polietileno de alta densidad.

DIMENSIONES:

- Estructura: 4,1x5,3x2,4m.
- Área de seguridad: 700x750mm: 51m².

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)