



Ficha Técnica
Technical Sheet
Ficha Técnica

Ref.8017

CIRCUITO CALISTENIA CALISTHENICS CIRCUIT CIRCUITO DE CALISTENIA

INTRODUCCIÓN

Este elemento de calistenia antivandálico está diseñado para entornos urbanos de exteriores, para favorecer el ejercicio físico, desarrollar la agilidad, la flexibilidad y la fuerza física, esta indicados principalmente a deportistas que quieren modelar un cuerpo atlético y al mismo tiempo disfrutar al aire libre.

INTRODUCTION

This vandal-resistant calisthenics unit is designed for outdoor urban environments to promote physical exercise, developing agility, flexibility, and physical strength. It is mainly indicated for athletes looking to build an athletic body while enjoying the outdoors.

INTRODUÇÃO

Designed for outdoor urban spaces, this vandal-proof calisthenics unit promotes physical exercise, enhancing agility, flexibility, and strength. Ideal for athletes seeking to build an athletic physique outdoors.



FUNCIONES

- MONKEY BAR : Ejercicios para el fortalecimiento de los músculos del tronco y brazos.
- PARED SUECA : Ejercicios para el fortalecimiento de numerosos músculos: triceps, cuadriceps, trapecio, deltoides, lumbares, abdominales y femorales.
- BARRA SIMPLE: Ejercicios para el fortalecimiento de los músculos del tronco y brazos.
- BANCO ABDOMINALES: Ejercicios para el fortalecimiento de los músculos abdominales.

FUNCTIONS

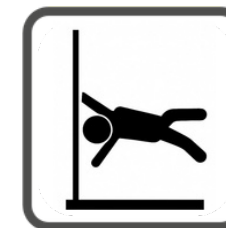
- MONKEY BAR: Exercises for strengthening the muscles of the trunk and arms.
- SWEDISH WALL: Exercises for strengthening numerous muscles: triceps, quadriceps, trapezius, deltoids, lower back (lumbar), abdominals, and hamstrings (femoral).
- SIMPLE BAR: Exercises for strengthening the muscles of the trunk and arms.
- ABDOMINAL BENCH: Exercises for strengthening the abdominal muscles.

INTRODUÇÃO

- MONKEY BAR: Exercícios para o fortalecimento dos músculos do tronco e braços.
- PAREDE SUECA (Espaldar): Exercícios para o fortalecimento de numerosos músculos: tríceps, quadríceps, trapézio, deltoides, lombares, abdominais e isquiotibiais (femorais).
- BARRA SIMPLES: Exercícios para o fortalecimento dos músculos do tronco e braços.
- BANCO ABDOMINAL: Exercícios para o fortalecimento dos músculos abdominais.



 MONKEY BAR
 MONKEY BAR
 MONKEY BAR



 BARRA VERTICAL
 VERTICAL BAR
 BARRA VERTICAL



 BARRA SIMPLE
 SIMPLE BAR
 BARRA SIMPLES



 PARED SUECA
 SWEDISH WALL
 PAREDE SUECA



 BANCO ABDOMINALES
 ABDOMINAL BENCH
 BANCO ABDOMINAL

DESCRIPCIÓN TÉCNICA

MATERIALES

- Barra y postes: Acero acabado con imprimación por inmersión, aplicando 3 capas de pintura de poliuretano.
- Tornillería: Antivandálica de acero inoxidable. Puede instalarse sobre arena, césped, una combinación de césped y arena, pavimento amortiguador de caucho u otros según la normativa EN 16630.
- Ideal para gimnasios, parques públicos, espacios verdes y playas.

- Cartel explicativo en HPL (incluido).
- Si el equipo está sujeto a un uso severo, se aconseja incrementar el plan de mantenimiento.
- Todo el material es 100% reciclable.

TECHNICAL DESCRIPTION

MATERIALS

- Bars and Posts: Steel finished with immersion primer, applying 3 coats of polyurethane paint.
- Screws/Fasteners: Anti-vandal stainless steel.
- It can be installed on sand, grass, a combination of grass and sand, rubber shock-absorbing pavement, or others according to the EN 16630 standard.
- Ideal for gyms, public parks, green spaces, and beaches.

- Explanatory sign in HPL (included).
- If the equipment is subject to severe use, it is advisable to increase the maintenance plan.
- All material is 100% recyclable.

DESCRIÇÃO TÉCNICA

MATERIAIS

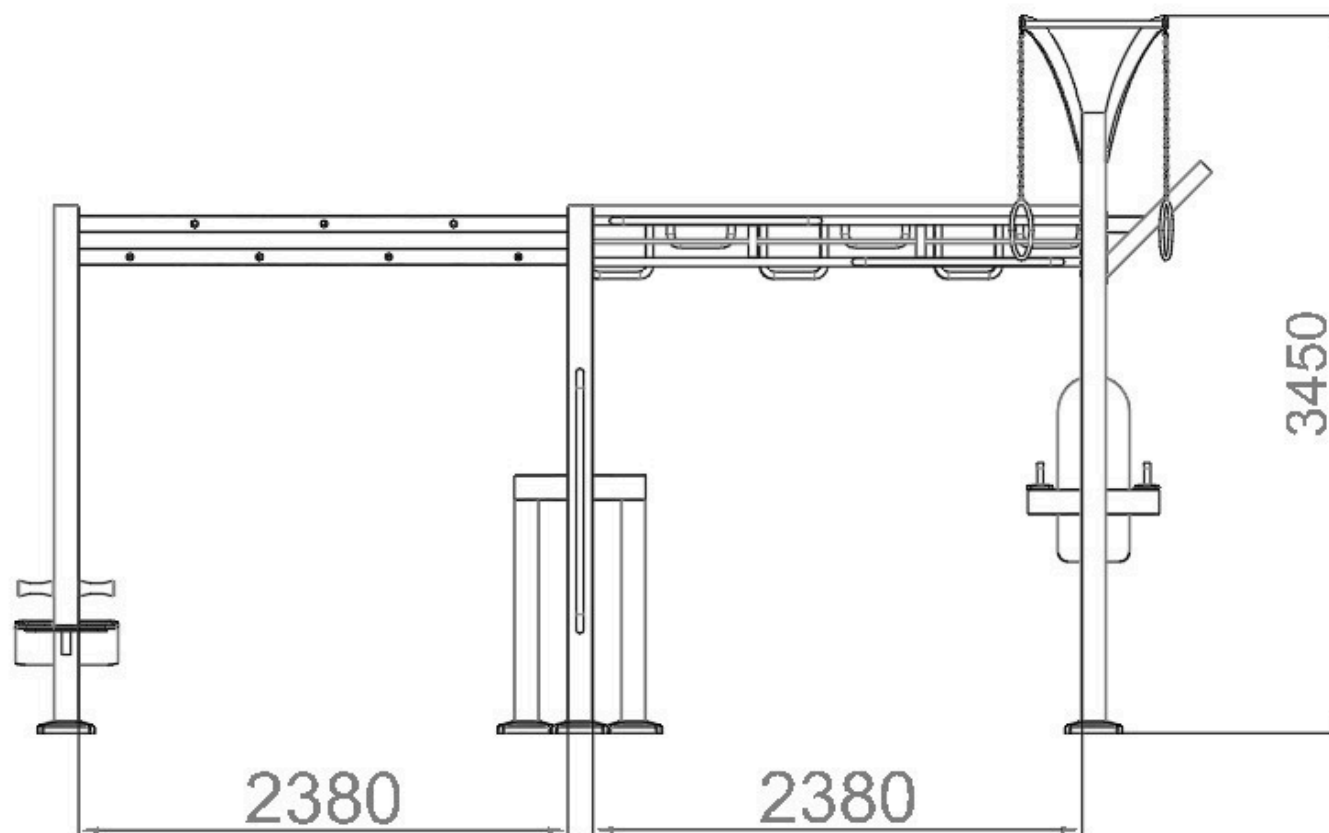
- Barra e Postes: Aço com acabamento de primário por imersão, com aplicação de 3 camadas de tinta de poliuretano.
- Parafusos/Ferragens: Antivandalismo de aço inoxidável.
- Pode ser instalado sobre areia, relva (grama), uma combinação de relva e areia, pavimento amortecedor de borracha ou outros, de acordo com a norma EN 16630.
- Ideal para ginásios, parques públicos, espaços verdes e praias.

- Painel explicativo em HPL (incluído).
- Se o equipamento estiver sujeito a um uso severo, aconselha-se aumentar o plano de manutenção.
- Todo o material é 100% reciclável.

 DIMENSIONES

 DIMENSIONS

 DIMENSÕES



*Cotas expresadas en mm.

🇪🇸 ÁREA DE SEGURIDAD

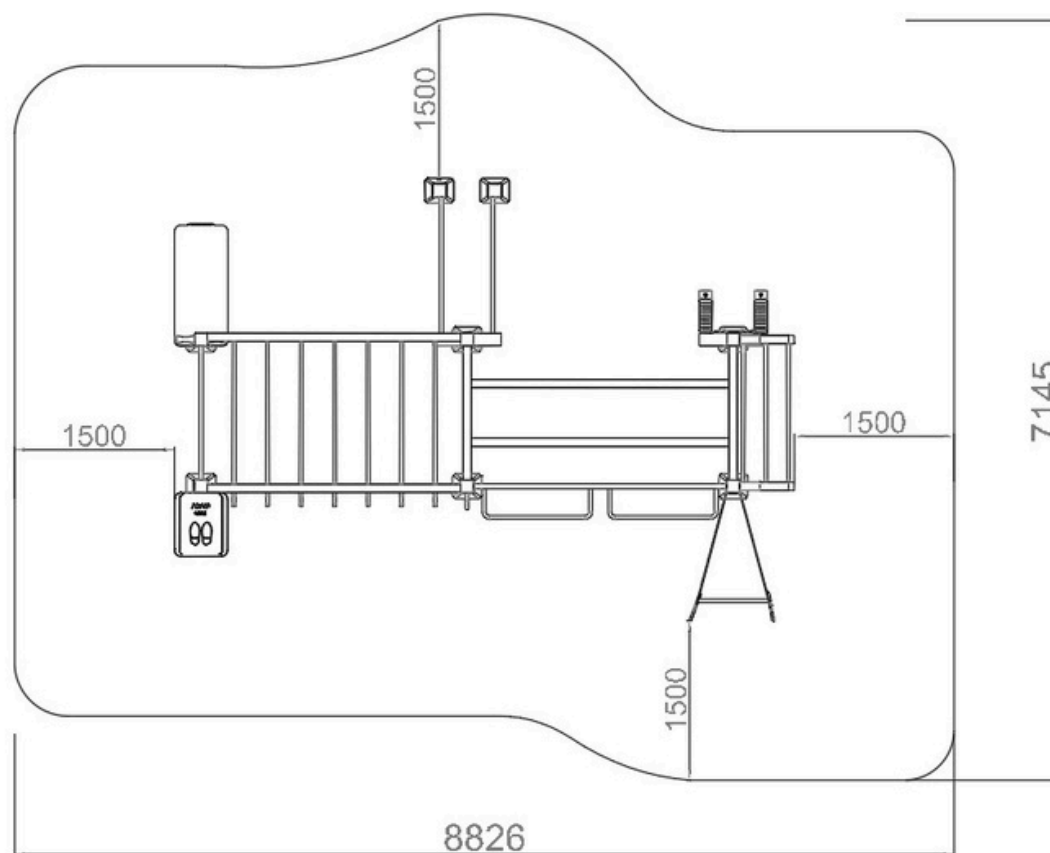
Dentro del área de seguridad no puede haber obstáculos. (Farolas, bancos, bordillos, árboles, etc.)
Las áreas de seguridad de los elementos de parques infantiles NO se pueden solapar.

🇬🇧 SECURITY AREA

Within the safety area there can be no obstacles. (Lamp posts, benches, curbs, trees, etc.)
Playground element safety areas CANNOT overlap.

🇵🇹 ÁREA DE SEGURANÇA

Não pode haver obstáculos dentro da área de segurança. (Postes de luz, bancos, lancis, árvores, etc.) As áreas de segurança dos elementos de parques infantis NÃO podem se sobrepor.



INSTALACIÓN

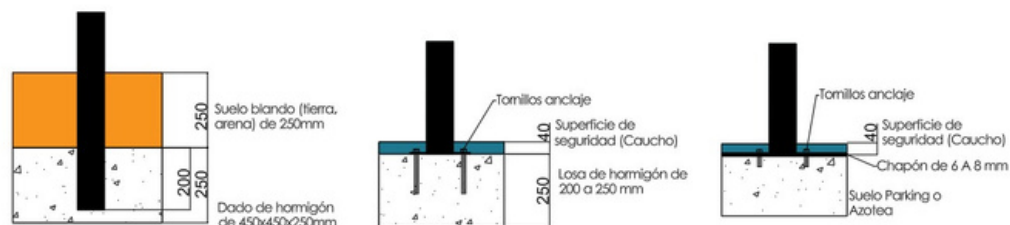
El equipo puede ser instalado en suelo de tierra, en suelo de hormigón o sobre una azotea o parking, pero siempre utilizando un material amortiguador de impactos según las especificaciones mostradas en los dibujos.

INSTALLATION

The equipment can be installed on a dirt floor, on a concrete floor or on a roof or parking lot, but always using an impact-absorbing material according to the specifications shown in the drawings.

INSTALAÇÃO

O equipamento pode ser instalado em solo de terra, em solo de betão ou sobre um terraço ou parque de estacionamento, mas sempre utilizando um material amortecedor de impactos de acordo com as especificações mostradas nos desenhos.



 **SUELO BLANDO**
 **SOFT GROUND**
 **SOLO MACIO**

 **SOLERA DE HORMIGÓN**
 **CONCRETE SLAB**
 **LAJE DE CONCRETO**

 **PARKING O AZOTEA**
 **PARKING OR ROOFTOP**
 **ESTACIONAMENTO OU TERRAÇO**

