

# Biosaludables

## Ficha Técnica Calistenia

### CAL-01 ABDOMINALES

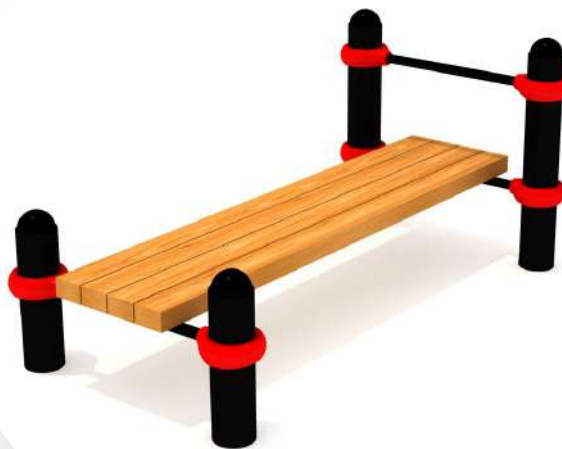
#### Funciones:

La gama Calistenia son aparatos que ofrecen múltiples ejercicios para desarrollar la fuerza. Se pueden ejercitar diversos grupos musculares dependiendo de su utilización.

#### Instrucciones:

##### Abdominales:

Túmbate boca arriba con las rodillas dobladas y los pies apoyados en la barra. Eleva el torso hacia las rodillas sin levantar la espalda completamente del suelo ni levantar los Pies. Desciende con suavidad y repite. Realice este ejercicio en series de 10 repeticiones.

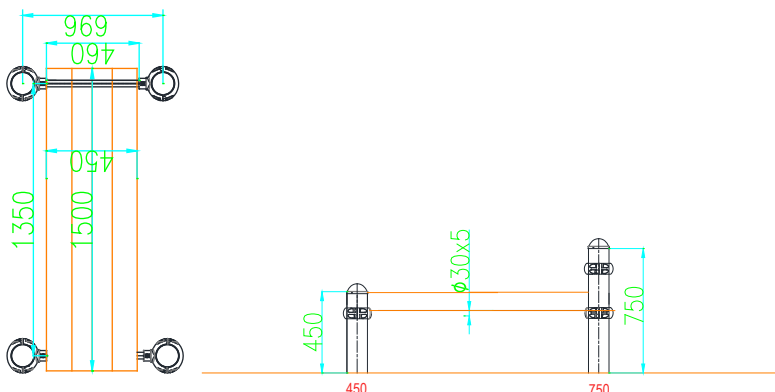


#### CIMENTACIÓN SEGÚN SUELO: (más información en anexo cimentación y anclajes)

1. Sobre solera de hormigón
2. Enterrado en material compactado (caucho, césped artificial...).
3. Enterrado en material no compactado (arena, cortezas ...).

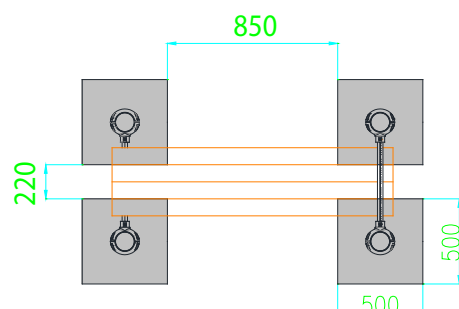


#### VISTAS Y MEDIDAS (mm):



#### CIMENTACIÓN (mm):

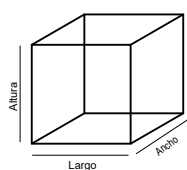
4 dados de 500 x 500 x 500



# Biosaludables

## Ficha Técnica Calistenia

### CAL-01 ABDOMINALES



#### Medidas:

Largo: 150cm  
Ancho: 86cm  
Altoza: 85cm



Instalación:  
2 personas / 1 hora  
Nº de piezas: 1



HIC  
(Altoza de Caída Crítica)  
450mm

> 1,40m

Altoza mínimo de los usuarios: 1,40m



Máx. nº de usuarios: 1

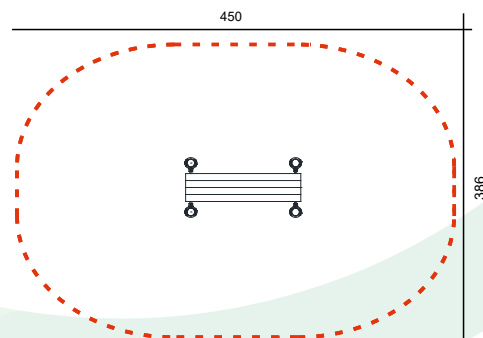


Garantía:  
5 años \*



Disponibilidad de repuestos:  
10 años

Área de Seguridad  
450cm x 386



Colores de los aparatos  
Rojo: RAL 3000 Negro

\* Para mayor detalle, ver garantía completa de cada pieza

### MATERIALES:

#### Postes y piezas metálicas:

Tubos de acero galvanizado con recubrimiento en polvo anti corrosión y un segundo recubrimiento en polvo basado en resina poliéster.

#### Tapones:

Fabricado en aleaciones de zinc de alta resistencia, acabado con revestimiento en polvo electro-estática para evitar la oxidación.

#### Elementos de Madera:

Madera WPC

#### Tornillería:

Acero inox AISI-304.

Placa informativa:  
tamaño 180x230mm  
(ejemplo)

