

# Biosaludables

## Ficha Técnica Calistenia

### CAL-09 DOMINADAS

#### 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:

##### Dominadas:

Debes colgarte de la barra fija con las manos un poco más abiertas que la separación entre tus hombros. Las manos deben mirar hacia el frente, eleva el cuerpo flexionando los brazos y vuelva a estirarlos.

Realice este ejercicio en series de 10 repeticiones.

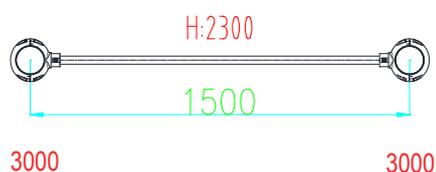


#### CIMENTACIÓN SEGÚN SUELO: (más información en anexo cimentación y anclajes)

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

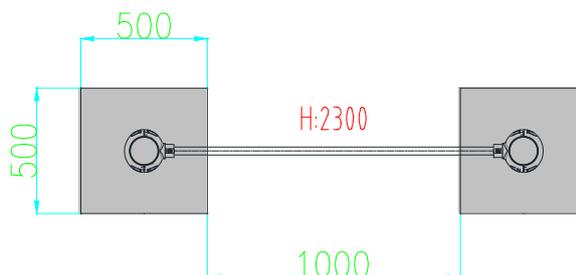


#### VISTAS Y MEDIDAS (mm):



#### CIMENTACIÓN (mm):

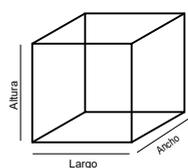
2 dados de 500 x 500 x 500



# Biosaludables

## Ficha Técnica Calistenia

### CAL-09 DOMINADAS



#### Medidas:

Largo: 165cm  
Ancho: 17cm  
Altura: 3000cm



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



HIC  
(Altura de Caída Crítica)  
1300mm

> 1,40m

Altura mínimo de los usuarios: 1,40m



Máx. nº de usuarios: 1

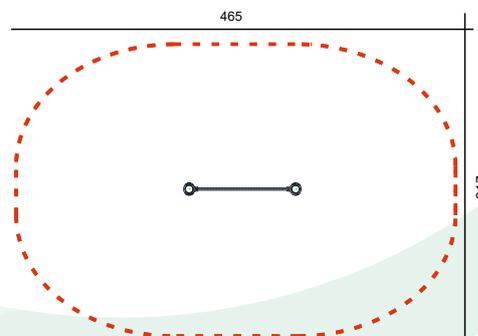


Garantía:  
5 años \*



Disponibilidad de repuestos:  
10 años

Área de Seguridad  
465cm x 317cm



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. Grosor poste: 4mm. Grosor barra: 6mm.

#### 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)

