

# DOCUMENTACIÓN TÉCNICA

Ref.: CC18

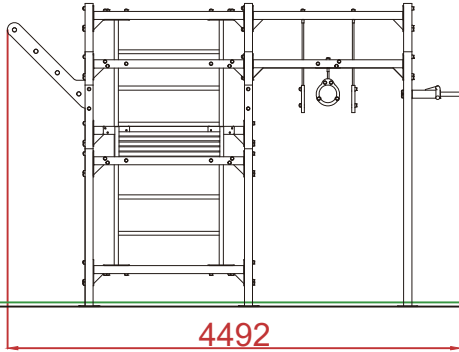
CONJUNTO 18

EN-UNE 16630

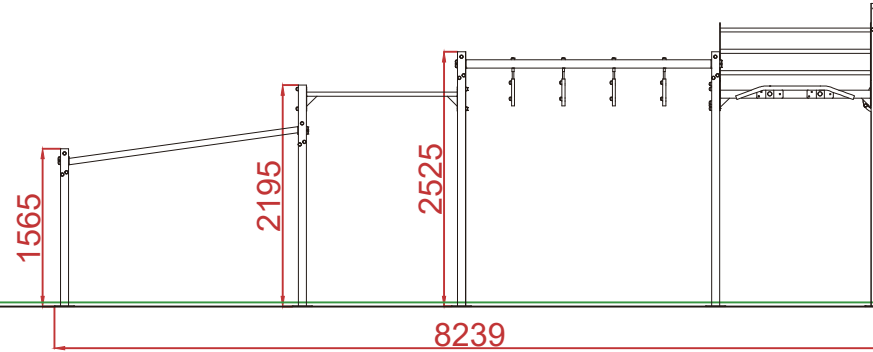


Edad recomendada jóvenes y adultos  
que midan más de 1,50 m de estatura  
Altura libre de caída 1,84 m  
Componentes de acero carbono  
Tratamiento galvanizado y pintado al horno  
Tornillería protegida con tapones de polipropileno  
8 usuarios, 1 por estación

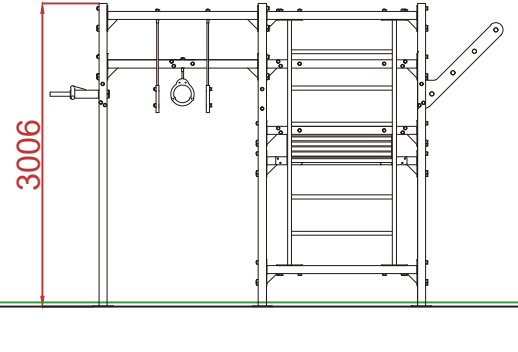
PERFIL IZQUIERDO



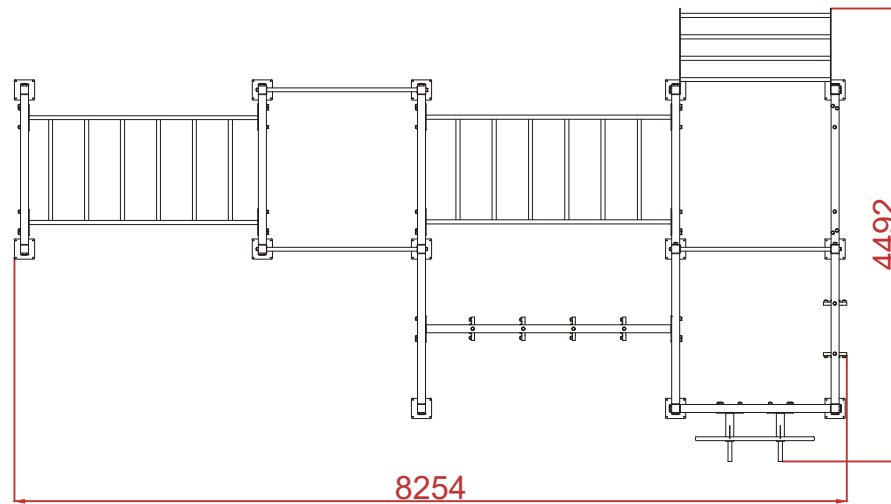
ALZADO



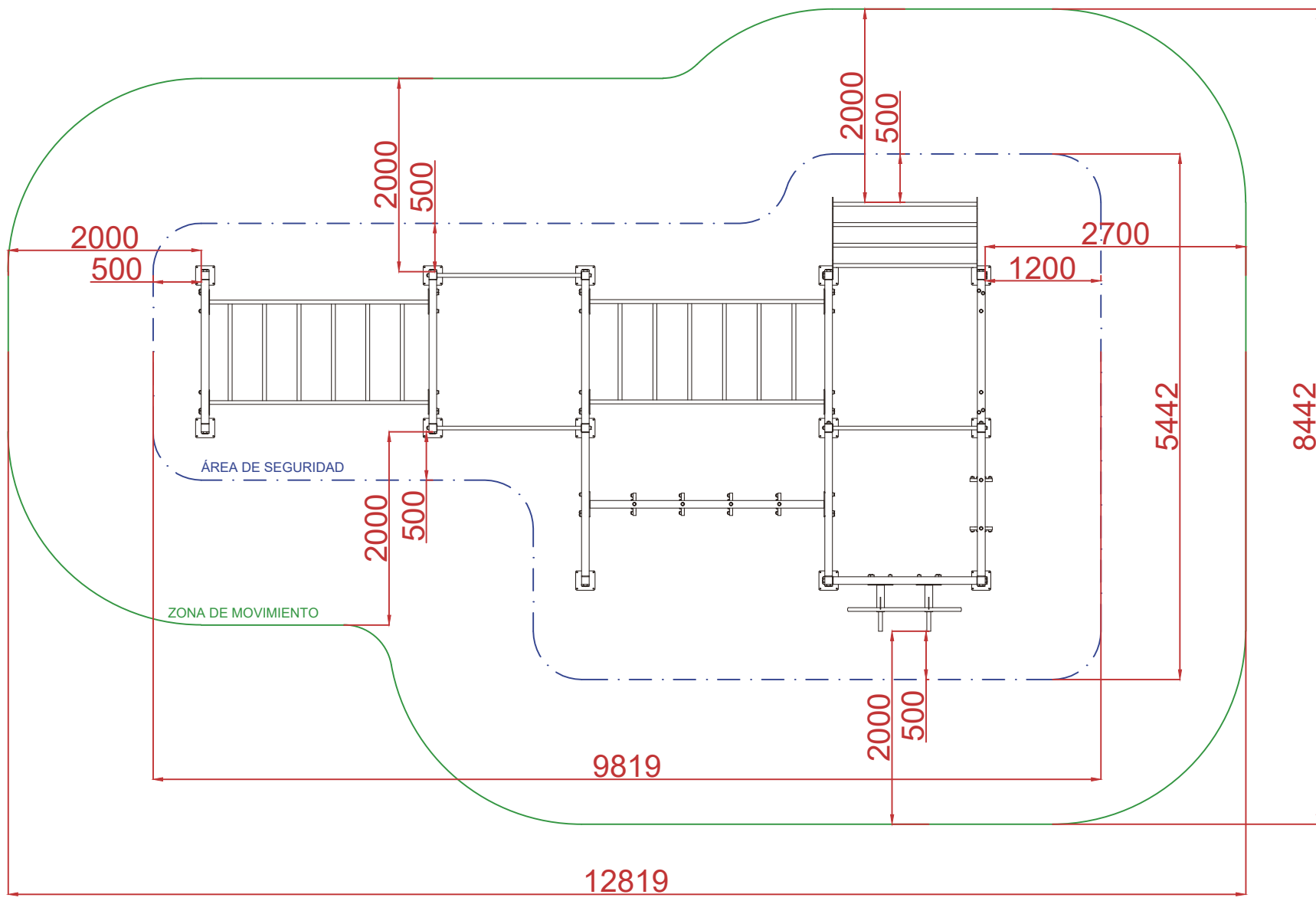
PERFIL DERECHO



PLANTA



Dibujado		PLANO 1 VISTAS GENERALES		Ref: CC18
Revisado				
Aprobado				
Descripción:	CONJUNTO 18		Escala: N° Hoja 2/7	
			Fecha: 15/07/2019	

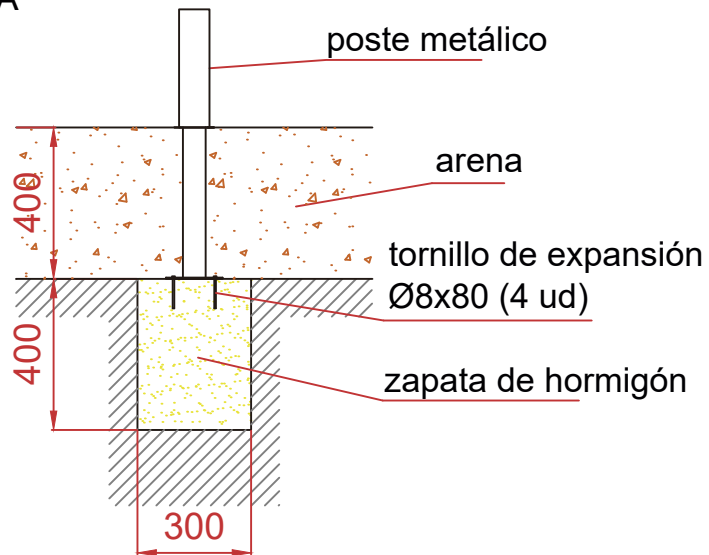


Área Movimiento: 90,47 m<sup>2</sup>  
 Área Ejercicio: 40,38 m<sup>2</sup>

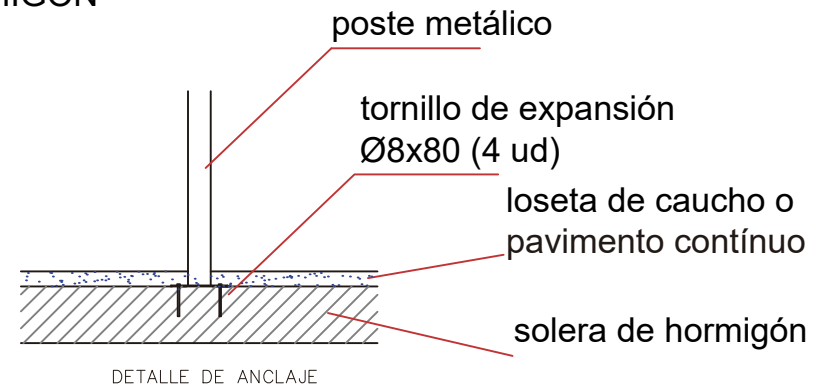
Dibujado		PLANO 2		Ref: CC18
Revisado		VISTAS GENERALES		
Aprobado				
Descripción:	CONJUNTO 18		Escala:	Nº Hoja
				3/7
			Fecha:	15/07/2019



DETALLES CIMENTACIÓN  
ESQUEMA DE CIMENTACIÓN  
EN ARENA

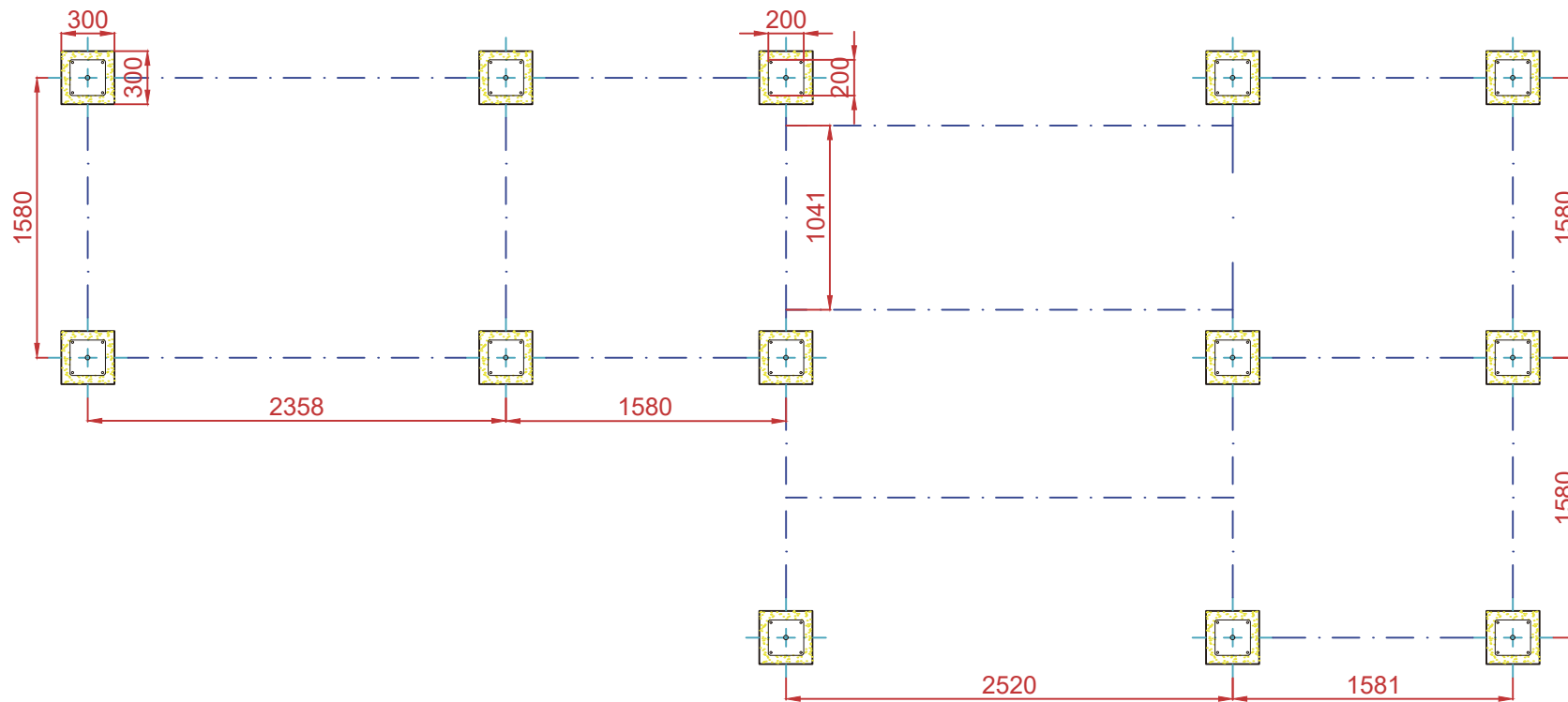


ESQUEMA DE CIMENTACIÓN  
EN HORMIGÓN



Dibujado		PLANO 3 CIMENTACIÓN		Ref: CC18
Revisado				
Aprobado				
Descripción:	CONJUNTO 18	Escala:	Nº Hoja 4/7	
		Fecha:	15/07/2019	

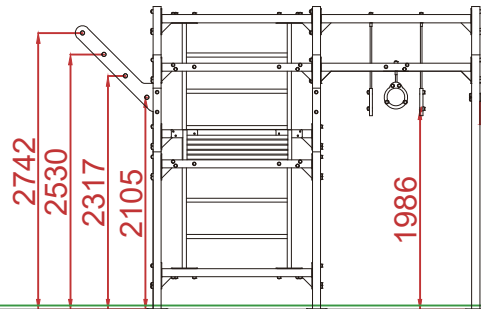
# PLANTA



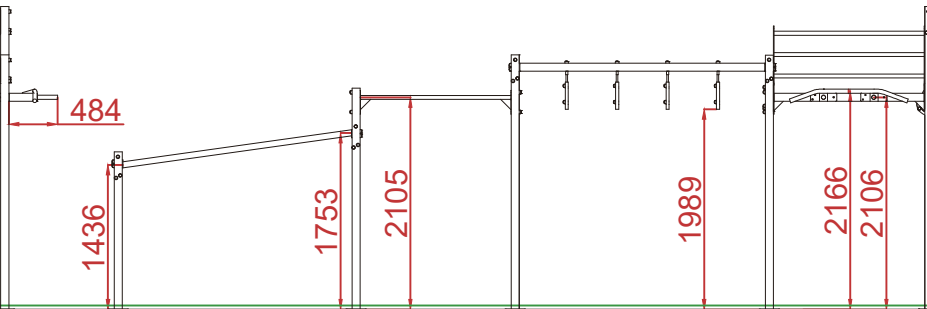
Dibujado		PLANO 4		Ref: CC18
Revisado		CIMENTACIÓN		
Aprobado				
Descripción:	CONJUNTO 18		Escala:	Nº Hoja
				5/7
			Fecha:	15/07/2019



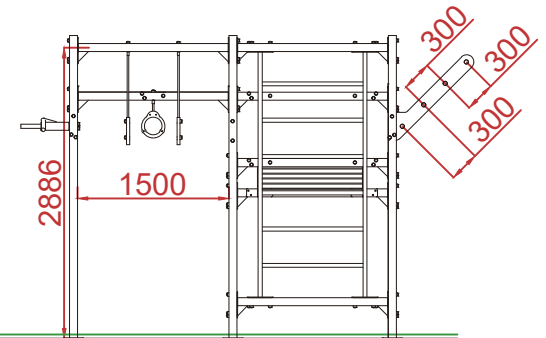
PERFIL IZQUIERDO



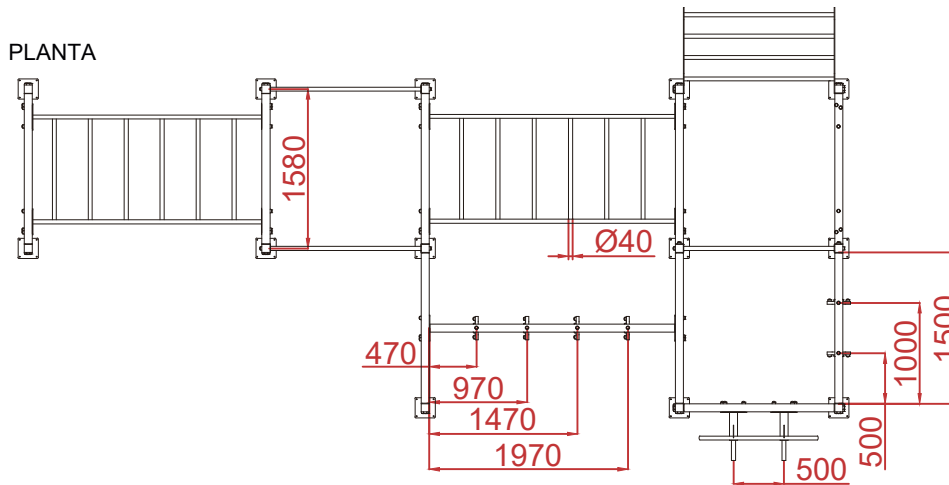
ALZADO



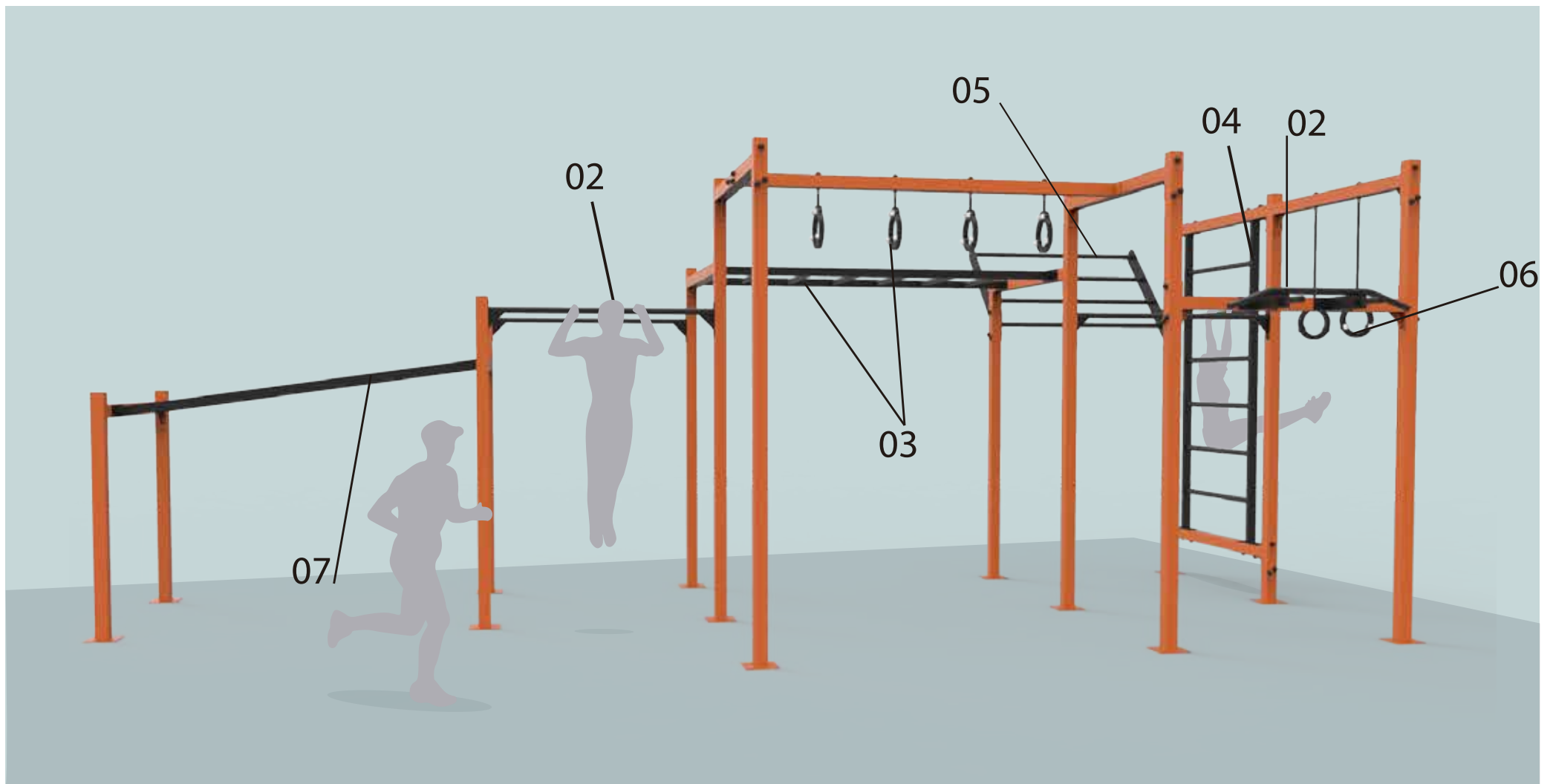
PERFIL DERECHO






PLANTA



Dibujado		PLANO 5 VISTAS DE DETALLE		Ref: CC18
Revisado				
Aprobado				
Descripción:	CONJUNTO 18		Escala: N° Hoja: 6/7	
			Fecha: 15/07/2019	



<p>ESPALDERA</p> <p><b>01</b></p> 	<p><b>FUNCIÓN:</b> Ejercicios de zona abdominal y lumbar, flexores de cadera y cuádriceps. También se pueden realizar todo tipo de ejercicios de flexibilidad.</p> <p><b>USO:</b> Colocar los brazos totalmente estirados y agarrar la barra superior con las dos manos, con el torso erguido extienda las piernas y eleve los pies hacia arriba, formando con el cuerpo y las piernas una "L" paralela al suelo.</p>	<p>BARRA SIMPLE</p> <p><b>02</b></p> 	<p>ESCALERA HORIZONTAL</p> <p><b>03</b></p> 	<p><b>FUNCIÓN:</b> Ejercicios de fuerza y coordinación. Fortalece los músculos del tronco, brazos y antebrazos</p> <p><b>USO:</b> Agárrese con las manos en una de las barras y con la ayuda del balanceo corporal, extienda uno de sus brazos hasta agarrar la siguiente barra de la escalera. Repita el movimiento alternando los brazos y completando el recorrido.</p>	<p>BARRAS DE DOMINADAS</p> <p><b>04</b></p> 	<p><b>FUNCIÓN:</b> Ejercicios de progresiva dificultad que fortalecen los músculos de la espalda, el tronco los brazos y los hombros.</p> <p><b>USO:</b> Con los brazos totalmente estirados, agarre la barra con las dos manos. Cuanto mayor sea la apertura mayor será la dificultad. Eleve su cuerpo mediante la flexión de los brazos. Finalice con un descenso controlado extendiendo los brazos de nuevo.</p>	<p>ESCALERA DE ASCENSO 45°</p> <p><b>05</b></p> 	<p><b>FUNCIÓN:</b> Ejercicios exigentes de fuerza y coordinación que favorece los músculos del tronco superior</p> <p><b>USO:</b> Agarre con ambas manos la primera barra del recorrido y, balanceándose alcance la segunda barra con una de las manos, después agarre la siguiente con la otra mano. Una vez alcanzada la barra más alta realice el recorrido inverso.</p>	<p>PÓRTICO DE ANILLAS</p> <p><b>06</b></p> 	<p>ESCALERA INCLINADA</p> <p><b>07</b></p>  <p><b>FUNCIÓN:</b> Ejercicios de fuerza y coordinación. Fortalece los músculos del tronco, brazos y antebrazos</p> <p><b>USO:</b> Agárrese con las manos en una de las barras y con la ayuda del balanceo corporal, extienda uno de sus brazos hasta agarrar la siguiente barra de la escalera. Repita el movimiento alternando los brazos y completando el recorrido.</p>
---	---	--	---	--	--	---	---	---	--	---