

Índice de la Ficha Técnica

• Descripción, funciones y limitaciones del producto.....	2
• Ejercicios propuestos.....	3
• Especificaciones del equipo y pautas UNE-EN 16630.....	4
○ Suelo Duro.....	4
○ Suelo Blando.....	5
○ Zona de seguridad y altura de caída.....	6
• Bulto.....	6



euronix
sport

Fabricamos deporte

Debido a la mejora continua en la calidad de nuestros productos, Euronix reserve el derecho de modificaciones de las características del producto

- **Descripción, funciones y limitaciones del producto.**

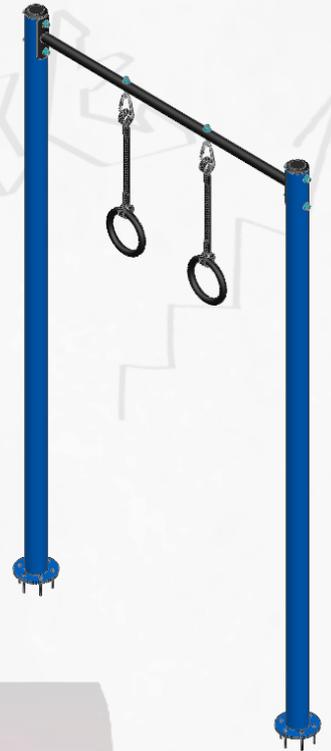
El equipo se ha diseñado de tal manera que es un punto de encuentro entre los requisitos de la **UNE EN 913 y UNE EN 16.630 ó UNE EN 20.957. Certificado según la UNE EN 16.630.**

Está formado por dos postes y una barra transversal en la cual están fijadas dos anillas ajustables, suspendidas por correas resistentes. Las anillas permiten una amplia gama de ejercicios que trabajan diversos grupos musculares. Algunos ejercicios comunes incluyen dominadas en anillas, fondos, flexiones, abdominales y variaciones de ejercicios de equilibrio y suspensión.

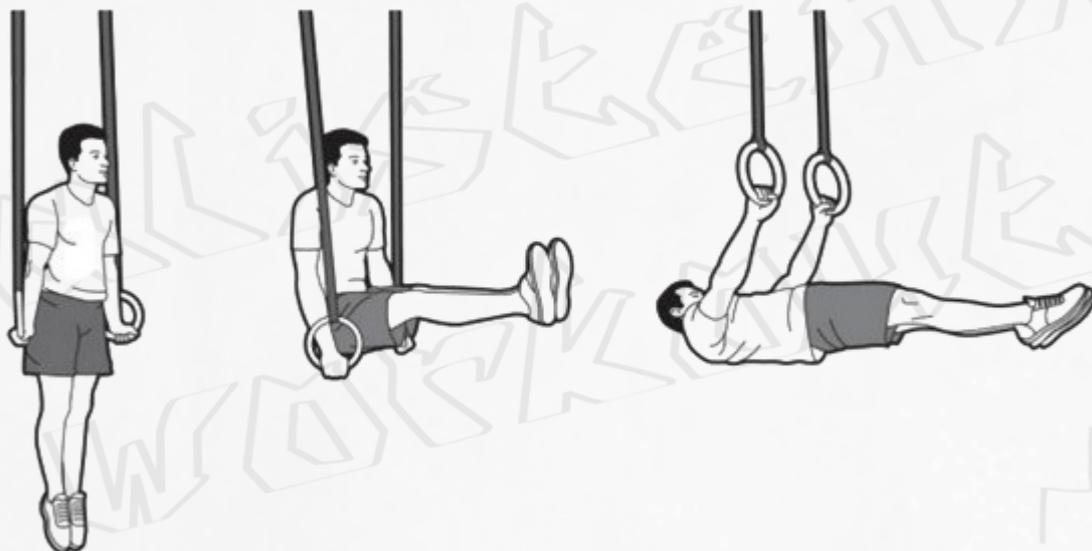
Las limitaciones que tiene son: el uso exclusivo de personas jóvenes o adultas que midan más de 1'40 metros, una posición centrada en el momento de realizar el ejercicio, no más de un usuario a la vez y mantenerse siempre a la distancia marcada en el punto 3 cuando otro usuario lo esté utilizando. No sería de aplicación la UNE EN 20.957 para un uso en exteriores sin supervisor; de libre acceso.

Las barras son de acero galvanizado con posibilidad de pintarse, y los postes de acero galvanizado; con longitud variable en función de si el equipo va a instalarse en una superficie dura o blanda. Ver punto 3. Como orientación, puede considerarse un suelo como duro si es de roca, hormigón o zahorra compactada, y blando en el resto de los casos.

Respetar las indicaciones del punto 4 en cuanto a montaje.



- Ejercicios propuestos.



1. **Ejercicio 1:** Consiste, básicamente, en colocarnos en suspensión agarrados a las anillas, con los brazos extendidos. Intenta aguantar en la posición el máximo tiempo posible. También, puedes trabajarlo con series de un tiempo marcado sin necesidad de llegar al fallo.

- **Músculos destacados:**
- Hombros
- Triceps
- Abdomen
- Mejorar la estabilidad en la posición

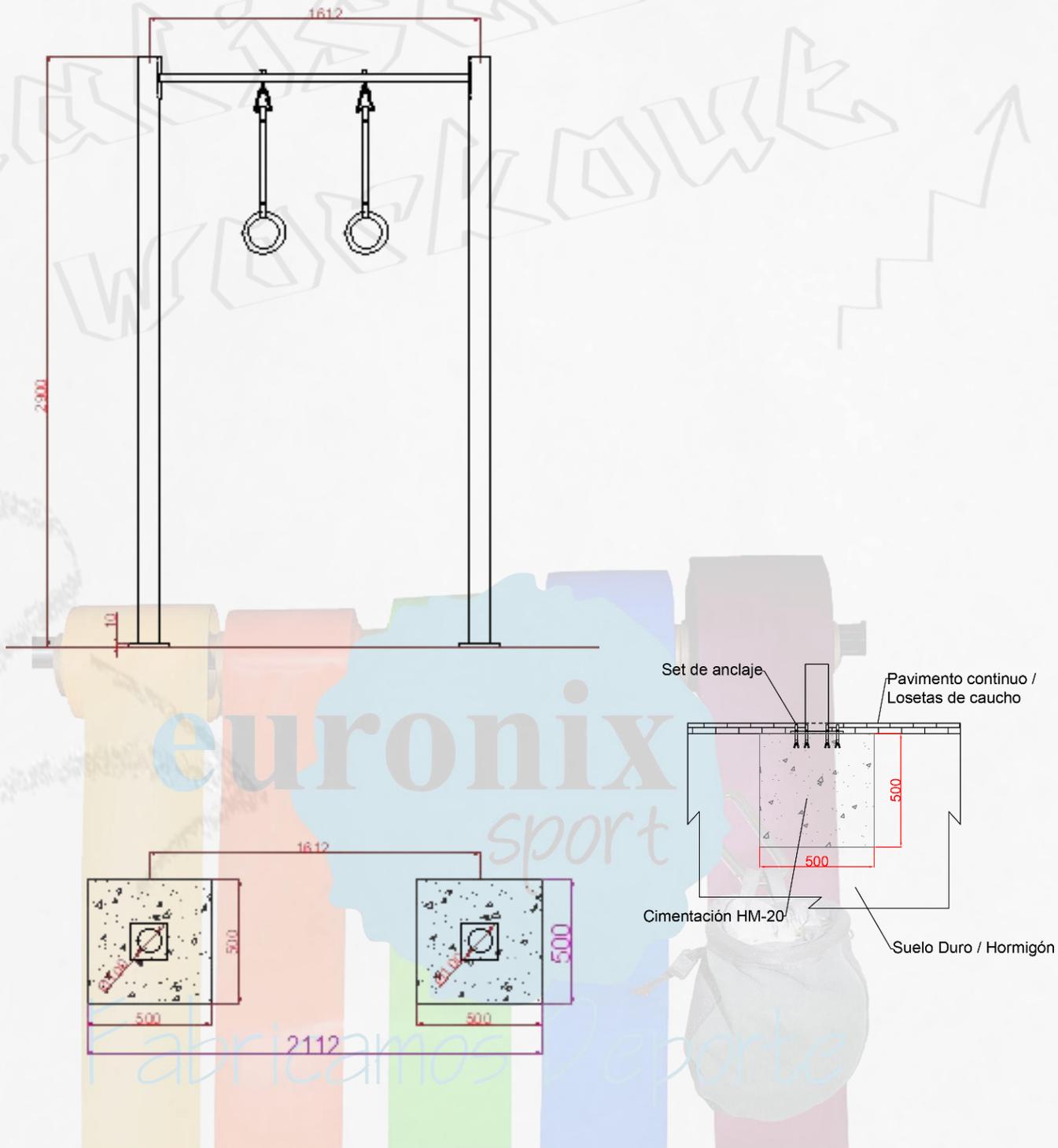
Fabricamos deporte

Debido a la mejora continua en la calidad de nuestros productos, Euronix reserve el derecho de modificaciones de las características del producto

- **Especificaciones del equipo y pautas UNE-EN 16630.**

*Todas las cotas en milímetros.

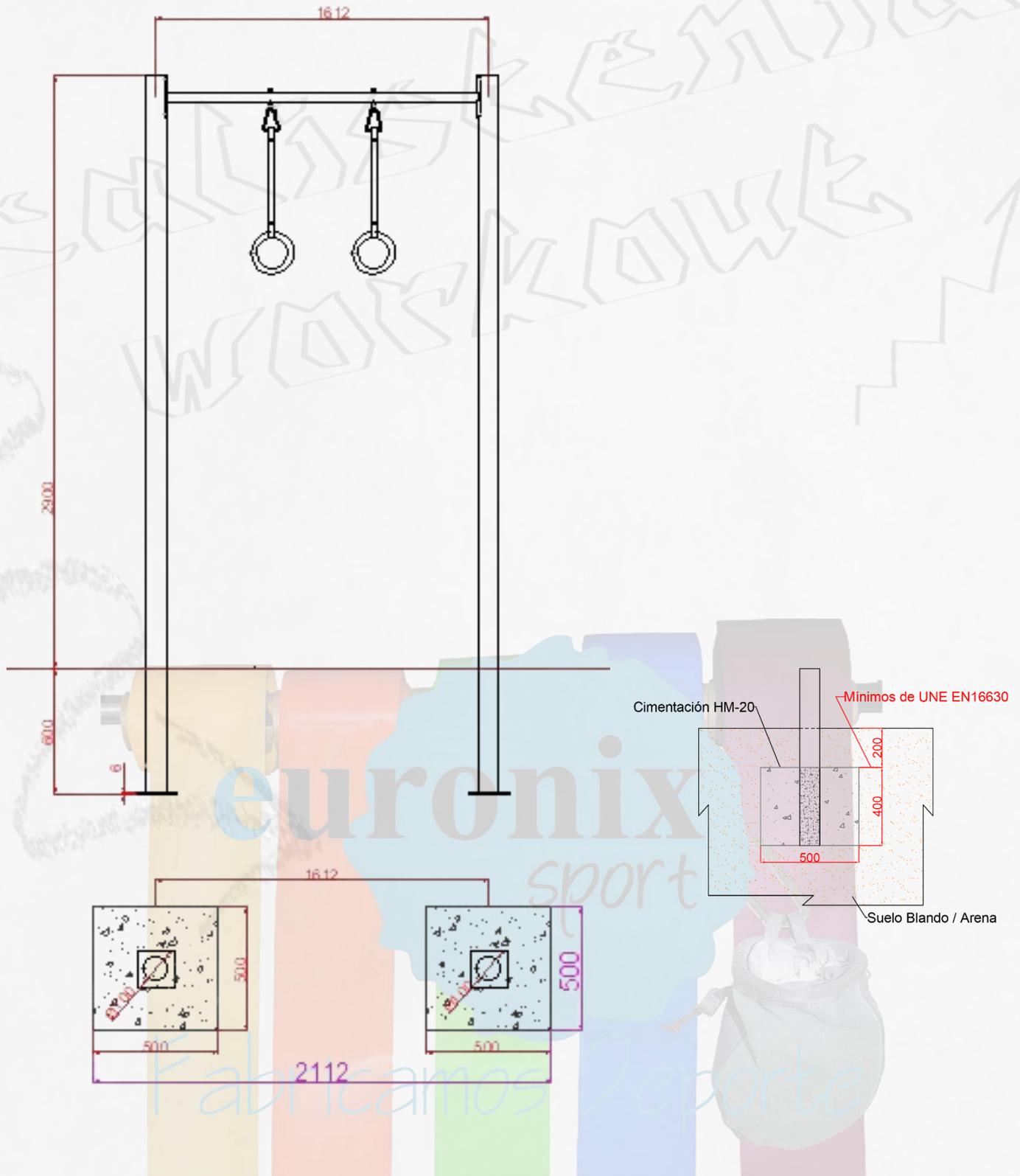
- **Suelo Duro.**



Debido a la mejora continua en la calidad de nuestros productos, Euronix reserve el derecho de modificaciones de las características del producto

○ Suelo Blando.

Según marca la normativa estará empotrado (200+400) mm tal como se indica en el detalle.



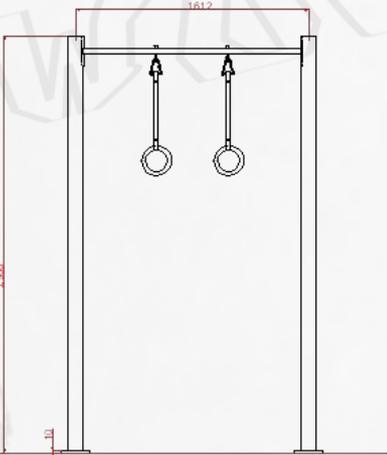
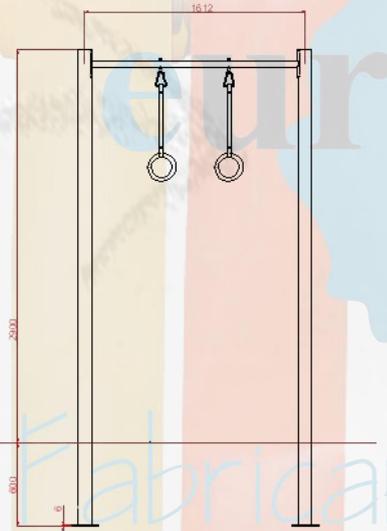
Debido a la mejora continua en la calidad de nuestros productos, Euronix reserve el derecho de modificaciones de las características del producto

- Zona de seguridad y altura de caída.

La zona de seguridad es de 14.3 m², así que deberá dejarse una distancia de 1.5 m alrededor del equipo.

La altura máxima de caída acorde a los ejercicios propuestos se estima de 1 m.

- Bulto.

Ref.	Dimensiones (base x altura x profundidad)	Peso (Kg)	
ECAL22		*Duro 3 bultos 2.9x0,25x1,62	52.5
		*Blando 3 bultos 3.5x0,25x1,62	59
<i>*Según modelo terreno: blando o duro</i>			

Debido a la mejora continua en la calidad de nuestros productos, Euronix reserve el derecho de modificaciones de las características del producto