

PARALELAS NT73 P



Calistenia

CERTIFICADO
EN 16630
SEGURIDAD

Los parques de **Calistenia** son cada vez más habituales y son utilizados por jóvenes. En ellos se pueden realizar ejercicios a partir de elementos estáticos que ayudan a desarrollar la fuerza y fortalecer los músculos.

Beneficios Saludables

Favorece la musculatura de pecho, brazos y abdomen. Mejora la flexibilidad y agilidad de hombros y codos.

SQUATS (Sentadillas)
DIPS (Fondos)

Uso

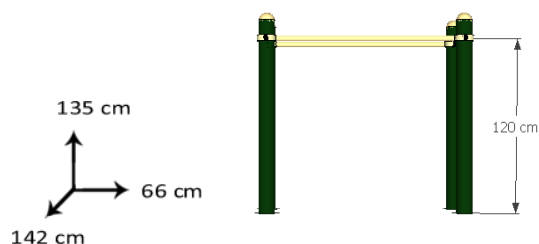
Coger las barras con las manos y mover el cuerpo hacia adelante y hacia atrás o flexionar los brazos arriba y abajo.



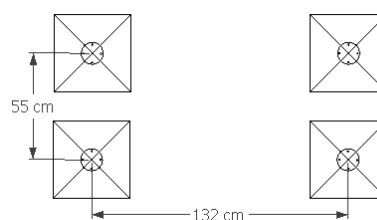
Materiales y Procesos

1. Postes de tubos redondos de acero galvanizado de 114 mm de diámetro con base de anclaje El resto de tubos, también redondos, en diferentes diámetros 33/38/48/60 mm.
2. Las fijaciones se realizan con abrazadera, tornillería M10X45 y tuercas autoblocantes de acero inoxidable, con cubretornillos de nylon. El anclaje al suelo se realizará con tacos metálicos de expansión M12X100.
3. Para el pintado, se aplica un tratamiento previo de fosfatado, con posterior recubrimiento en polvo electrostático anticorrosión basada en resina de poliéster. Finalmente secado al horno a altas temperaturas.

Dimensiones



Cimentación



Dados de hormigón: 50 cm x 50 cm x 50 cm.

- **2 x B120:** Barra Larga (120 cm longitud/ diam. 33 mm).
- **4 x P135:** Postes redondos (diam. 114 mm) de acero galvanizado 135 cm de altura con tapa superior de aluminio.

- Altura de instalación: **120 cm.**
- Área de Seguridad: 366 cm x 442 cm.
- **ALC:** 20 cm.