

## NP-104

CERTIFICADO  
EN 16630  
SEGURIDAD**Calistenia**

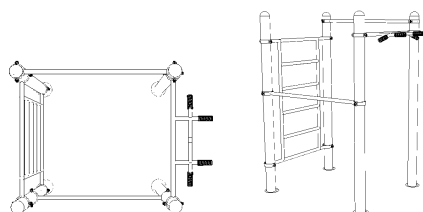
Los parques de **Calistenia** o Street Workout son cada vez más habituales y son utilizados por jóvenes. En ellos se pueden realizar ejercicios a partir de elementos estáticos que ayudan a desarrollar la fuerza y fortalecer los músculos.

**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 avellanada y tuercas ciegas o autoblocantes de acero inoxidable, con cubretornillos de nylon.
3. Las soldaduras cumplen con la normativa vigente. 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.

**Cimentación**

Dados de hormigón de 40cm x 40cm x 40cm para cada poste. Una vez seco el hormigón, se fijarán los postes con tacos metálicos de expansión.



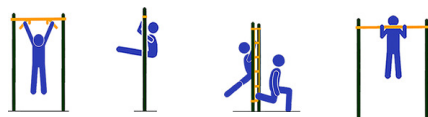
**Área de Seguridad:** 5, 2 m x 5,0 m

**Beneficios Saludables**

Los equipos y parques son adecuados para realizar entrenamiento al aire libre permitiendo mejorar capacidades como: la coordinación y el equilibrio, la fuerza y la destreza, la agilidad y la flexibilidad, y sobre todo la potencia y resistencia muscular.

**Usuarios:** Mínimo 4.

Favorece musculatura brazo, pecho y espalda. Mejora flexibilidad y agilidad articulaciones superiores.

**Elementos**

**BP100:** Barra Pórtico (100 cm longitud/ diam. 33-38 mm).

**B120:** Barra Corta (120 cm longitud/ diam. 33 mm).

**EV100:** Escalera Vertical (100 cm amplitud /30 cm separación / diam. 33-38 mm).

**P215:** Postes redondos (diam. 114 mm) de acero galvanizado 215 cm de altura con tapa superior de aluminio y placa de anclaje.

NT-104	
BP100	1
B120	2
EV100	1
P215	4
Área Seg.	5,2 x 5,0 m

