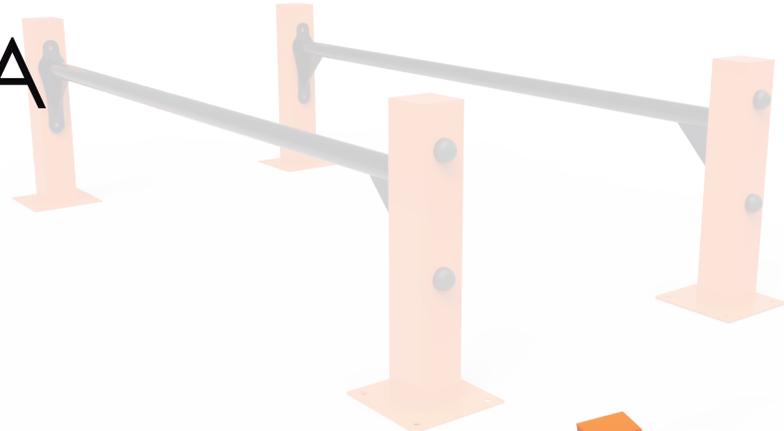


# DOCUMENTACIÓN TÉCNICA



Ref.: MC04P

Barras 350 Paralelas

EN-UNE 16630



Edad recomendada jóvenes y adultos  
que midan más de 1,40 m de estatura

Altura libre de caída 0,35 m

Componentes de acero carbono

Tratamiento galvanizado y pintado al horno

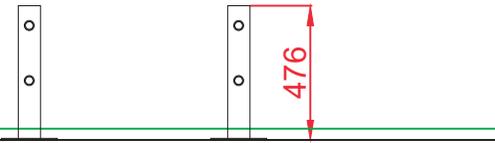
Tornillería protegida con tapones de polipropileno

1 usuario

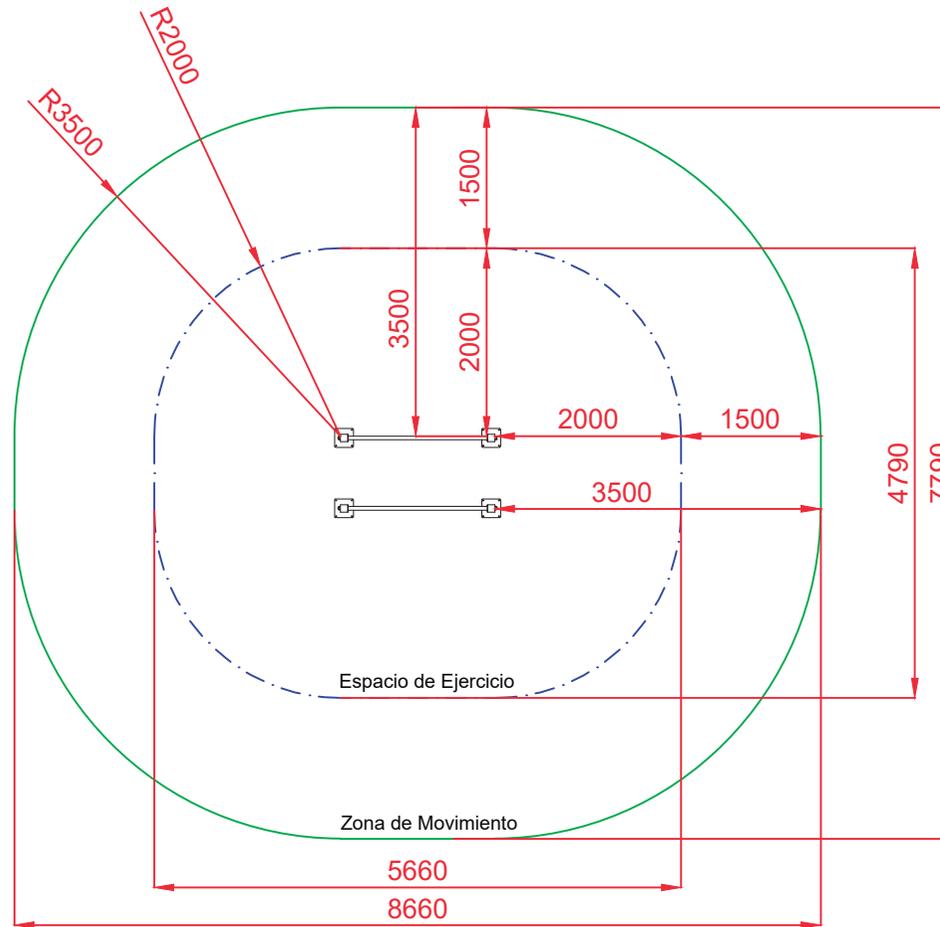
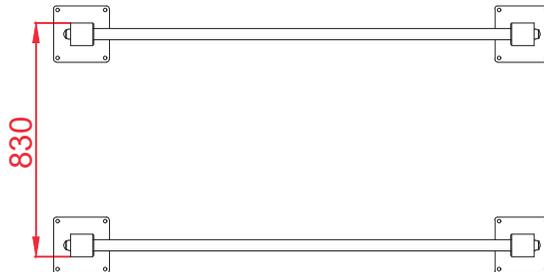
ALZADO



PERFIL



PLANTA

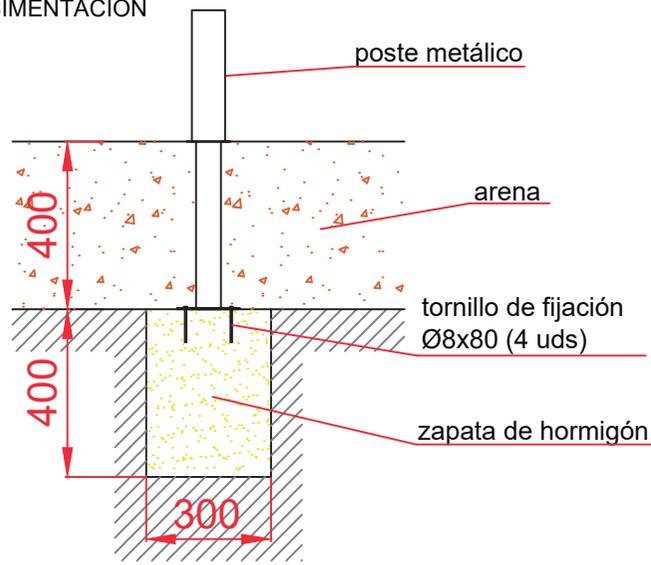


Área Movimiento: 60 m<sup>2</sup>  
 Área Ejercicio: 23,6 m<sup>2</sup>  
 Escala 1:3

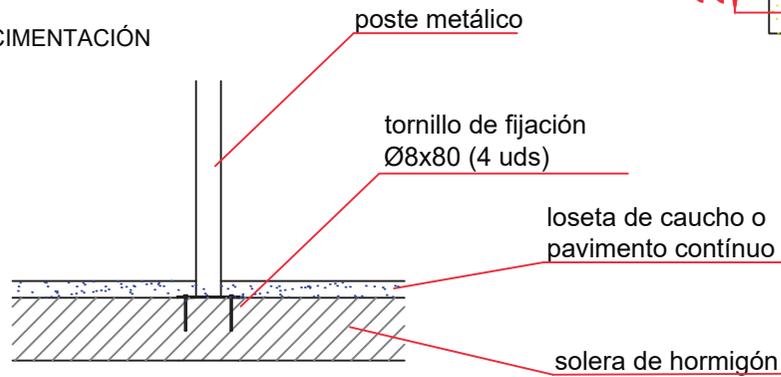
Dibujado		PLANO 1		Ref: MC04P
Revisado		VISTAS GENERALES		
Aprobado				
Descripción:		Escala:	Hoja:	
BARRAS 350 PARALELAS			2/5	
		Fecha:	09/07/2019	

# DETALLES CIMENTACIÓN

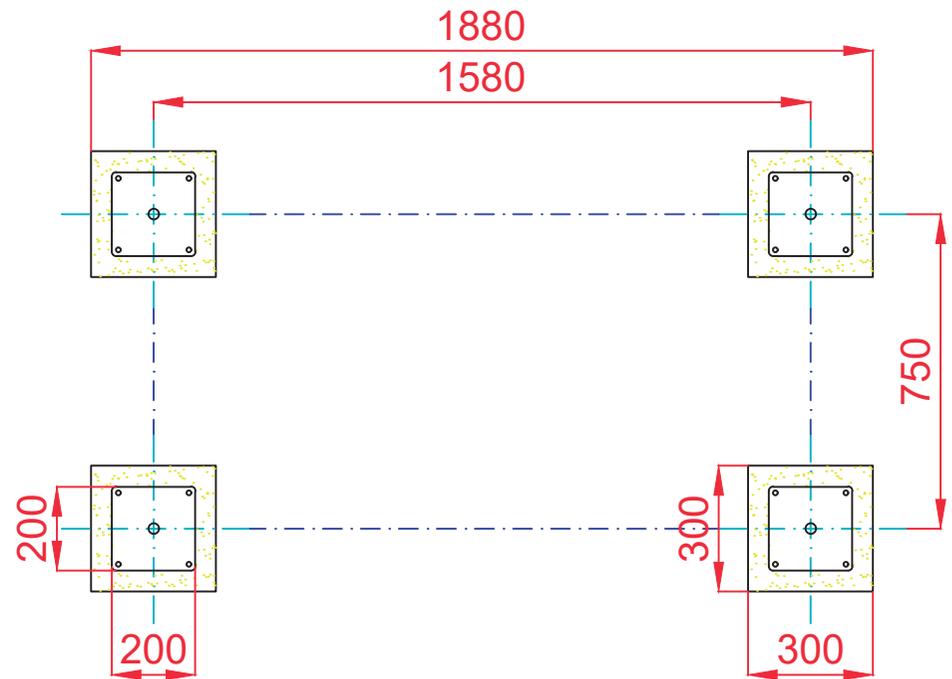
ESQUEMA DE CIMENTACIÓN EN ARENA



ESQUEMA DE CIMENTACIÓN EN HORMIGÓN

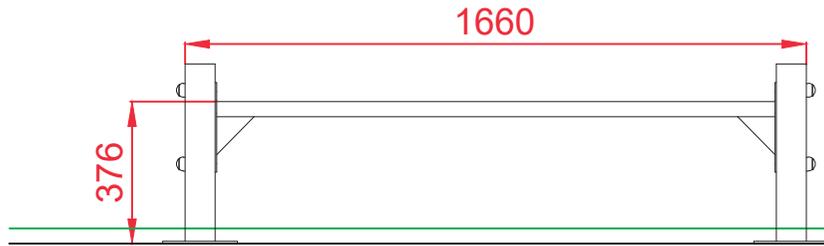


PLANTA

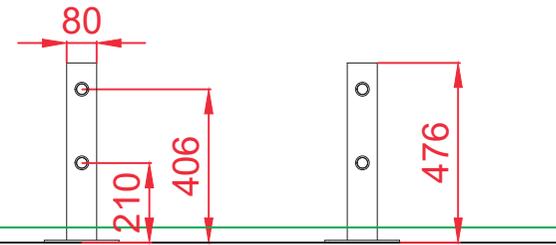


Dibujado		PLANO 2 CIMENTACIÓN		Ref: MC04P
Revisado				
Aprobado				
Descripción:		Escala:	Hoja:	
BARRAS 350 PARALELAS			3/5	
		Fecha:	09/07/2019	

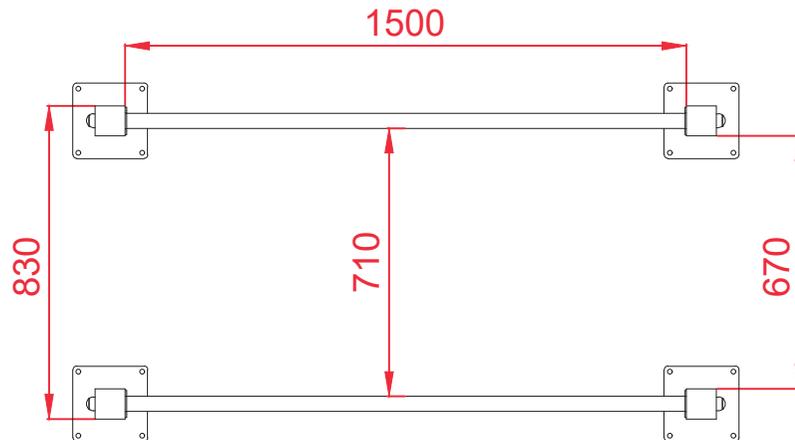
### ALZADO



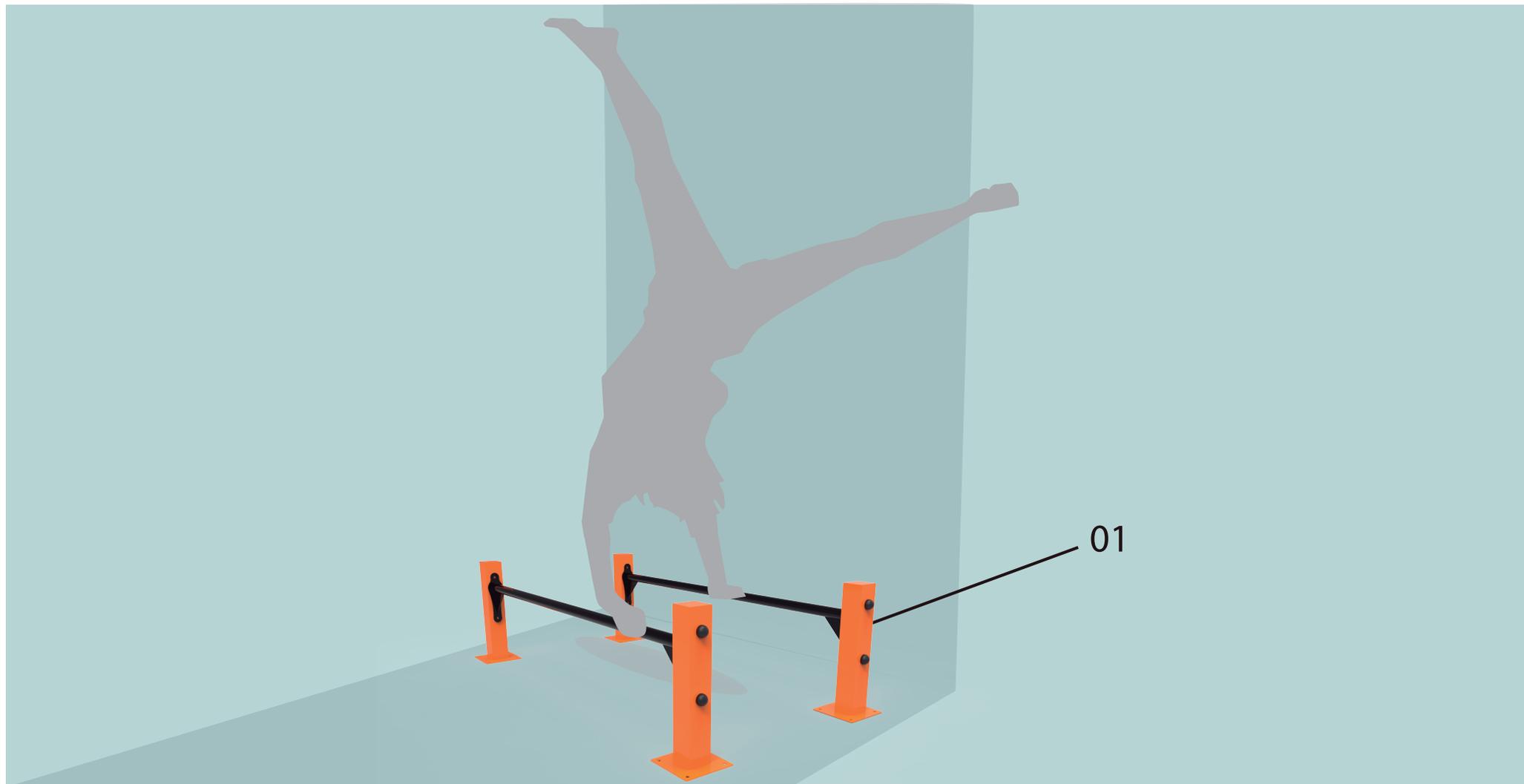
### PERFIL



### PLANTA



Dibujado		PLANO 3 VISTAS DE DETALLE	Ref:	MC04P
Revisado				
Aprobado				
Descripción:		Escala:	Hoja:	
BARRAS 350 PARALELAS			4/5	
		Fecha:		09/07/2019



#### BARRAS 350 PARALELAS

01



**FUNCIÓN:** Ejercicios de fuerza, equilibrio y estabilidad. Fortalecimiento de los músculos de tronco, pecho, espalda y brazos.

**USO:** En la primera posición, colocados boca abajo agarrando las barras con las manos y los brazos extendidos, elevar los pies del suelo hasta conseguir el equilibrio en posición horizontal. En la segunda posición, agarrando las barras con las manos, intentar elevar el cuerpo hasta el equilibrio en posición vertical.