BCM028-Y

24,00 m²

1,85 m

6-99

3

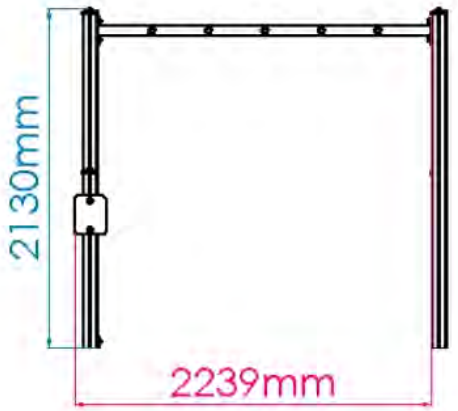


Mongar Urban S.L. Calle Arroyo de Valmores nº2 Posterior Nave 2.32 Quer Guadalajara 19209 Telf./Fax: 949297688
www.mongarurban.com info@mongarurban.com

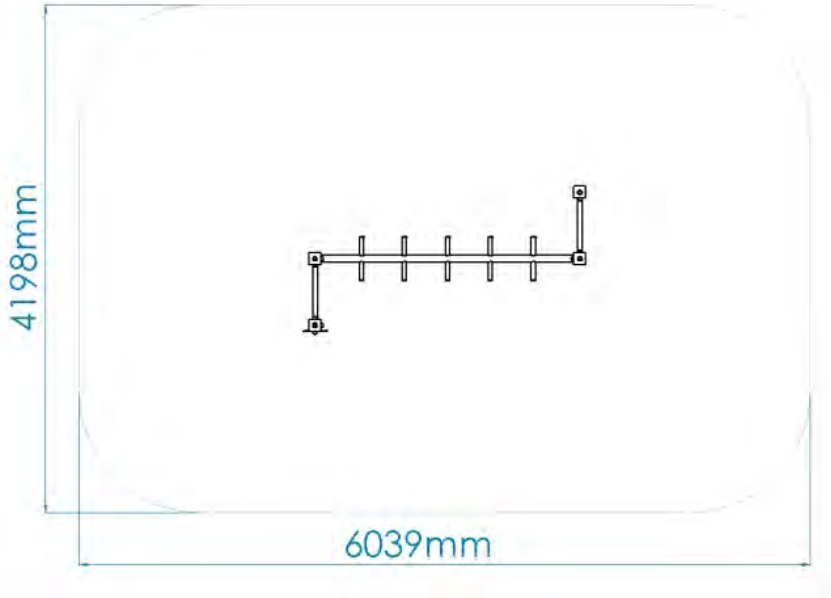
Mongar Urban S.L. se reserva el derecho a modificar sin previo aviso la información de este documento.

BCM028-Y

MEDIDAS GERAIS / MEDIDAS GENERALES / GENERAL MEASURES /MESURES GÉNÉRALES







0,40m³	03:00h	2x	12,00kg	44,00kg

Mongar Urban S.L. Calle Arroyo de Valmores nº2 Posterior Nave 2.32 Quer Guadalajara 19209 Telf./Fax: 949297688
www.mongarurban.com info@mongarurban.com

Mongar Urban S.L. se reserva el derecho a modificar sin previo aviso la información de este documento.

BCM028-Y

DESCRIPCIÓN

Equipo BragSPORT, ESPALDAR (ACL 1.85), para fortalecimiento muscular, compuesto por postes en madera de 90x90mm color cerezo, travesía de 2099x349x170mm y escaleras de alargamiento, ambos en tubo de acero inoxidable. Placas informativas en HPL grabadas con láser y herrajes en acero electrozincado. Fijación al suelo Y (hormigonado).
Con los siguientes módulos deportivos:
- Escalera de estiramiento;
- Derivado de la barra mono.

Medidas generales (LxAxA): 2730x2339x1224mm
Área de seguridad: 24m2 | Área libre: 4198x6039mm
Grupo de edad: +6 años
Número de usuarios: 3

CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS



POSTE MADERA
Perfil tipo trébol de 90x90mm con cuatro frisos de pino laminado, con tratamiento en autoclave y acabado en pintura al agua, color cerezo, especialmente desarrollado para proteger la madera de la humedad, condiciones climáticas adversas, rayos U.V. y la aparición de hongos y mohos. Tapas en BragPO atornilladas.
Garantía: 10 años.



HERRAJES EN ACERO ELECTROCHAPADO
Herrajes en acero electrochapado, protegidos por cápsulas en polipropileno PP.



TUBO ACERO INOX AISI 304
Tubo en acero inoxidable AISI 304, según la norma EN 14301, con refinamiento 2B.
Garantía: 15 años.

Mongar Urban S.L. Calle Arroyo de Valmores nº2 Posterior Nave 2.32 Quer Guadalajara 19209 Telf./Fax: 949297688
www.mongarurban.com info@mongarurban.com
Mongar Urban S.L. se reserva el derecho a modificar sin previo aviso la información de este documento.

BCM028-Y



HPL
Plancha laminada a alta presión (HPL) de gran formato, con núcleo ignífugo, según norma 438, tipo EDF, cuyo proceso de producción se realiza en prensas de alta presión y a altas temperaturas. Resinas acrílicas-poliuretánicas de doble endurecimiento extremadamente eficaces contra agentes externos (EN ISSO 4892-2), corrosión, condiciones atmosféricas adversas (DMTA-OFI 300.128), impacto y flexión (EN ISSO 178), fuego (EN 13501), con una superficie de alta resistencia a la luz y los rayos UV (EN ISO 4892-2).
Garantía: 10 años



SISTEMA DE FIJACIÓN
Tipo Y - Sistema de fijación estándar compuesto por una base metàlica o poste embutido al suelo y con relleno de hormigón.
La base metálica incorporada está fabricada en chapa de acero de carbono, con tratamiento anticorrosivo por inmersión en caliente de 120 a 140µm de espesor según EN ISO 1461, que permite su colocación sin que el poste entre en contacto directo con el suelo. Su fijación a al poste se realiza por un sistema de sujeción rápido aumentando la longevidad del poste y su fácil y rápida sustitución en caso de necesidad.

Mongar Urban S.L. se reserva el derecho a modificar sin previo aviso la información de este documento.

BCM028-Y

FUNCIONES DEPORTIVAS



EFECTOS BENEFICIOSOS DEL EJERCICIO
Practicar ejercicio permite alimentar el espíritu de equipo, así como desarrollar los siguientes niveles:
FÍSICOS: limita los riesgos de obesidad, osteoporosis, hipertensión y enfermedades cardíacas. Reduce el riesgo de desarrollar dolor lumbar, tensión muscular y alivia el dolor crónico. Ayuda en el crecimiento y al aturdimiento de huesos, músculos y articulaciones saludables. Fortalece el sistema inmunológico.
MENTALES: relajar permite la liberación de endorfinas neurotransmisoras, que proporcionan el bienestar psicológico. Hacer ejercicio con regularidad evita la aparición de síntomas de estrés, reduce la ansiedad y la depresión. Estimula la autoestima y mejora considerablemente las condiciones de sueño. Ayuda al cerebro a recuperar la energía necesaria para trabajar correctamente, ayudando a desarrollar una buena memoria y pensamientos más nítidos.



ESCALERA DE ESTIRAMIENTO
MÉTODO DE EJECUCIÓN
Estiramientos: el practicante se coloca delante de las escaleras, agarra una barra, más alta o más baja (dependiendo de su flexibilidad) y tira del cuerpo hacia atrás manteniendo la espalda siempre recta. Utilizado para la corrección postural, alargamiento del tronco, extremidades superiores e inferiores y para el fortalecimiento de los músculos superiores. El objetivo es trabajar los músculos de la espalda y las piernas.
MÚSCULOS IMPLICADOS
En la práctica de este deporte, los músculos desarrollados son: los dorsales, lo que amplifica los movimientos, la fuerza y la flexibilidad de los practicantes y los abdominales que mejoran la fuerza y estabilidad física.



COMPLEMENTO DE LA BARRA MONO
MÉTODO DE EJECUCIÓN
El grado de dificultad de esta actividad es alto, el practicante agarra con uno de los brazos la primera barra y se mueve hacia la segunda cambiando de brazo. Cuando vayas a cambiarte, relaja al que esté más cansado para que el músculo se relaje. El objetivo es pasar de una barra hacia la otra.
MÚSCULOS IMPLICADOS
En la práctica de este deporte, los músculos desarrollados son: los bíceps, los tríceps, los deltoides y trapecio, lo que mejora la postura, el equilibrio y la respiración de los practicantes.

Mongar Urban S.L. Calle Arroyo de Valmores nº2 Posterior Nave 2.32 Quer Guadalajara 19209 Telf./Fax: 949297688
www.mongarurban.com info@mongarurban.com
Mongar Urban S.L. se reserva el derecho a modificar sin previo aviso la información de este documento.

NORMAS

EN 16630
Equipos fijos de entrenamiento físico instalados al aire libre
Requisitos de seguridad y métodos de ensayo

CONFIDENCIALIDAD Y PROPIEDAD INTELECTUAL

La información contenida en este documento es estrictamente confidencial, no pudiendo el destinatario reproducirla o permitir a terceros que la adquieran, utilicen o divulguen sin la previa y expresa autorización de BRAGMAIA.
Todos los derechos de propiedad intelectual sobre los diseños y modelos presentados son de titularidad exclusiva de BRAGMAIA, estando expresamente prohibida la práctica de cualquier acto de usurpación de los mismos sin el previo consentimiento de la empresa, dentro de los términos del código de propiedad industrial y del código de derechos de autor y derechos análogos. La violación de la obligación de confidencialidad y/o de los derechos de propiedad intelectual de BRAGMAIA, puede dar origen a responsabilidad civil y criminal.