



MÚSCULOS EJERCITADOS  
TRAINED MUSCLES  
MUSCLES ENTRAÎNÉS



EJECUCIÓN  
EXECUTION  
EXÉCUTION



Certificado EN-16630:2015  
EN-16630:2015 Certificate  
Certifié EN-16630:2015

\* **Estructura** Acero cincado y doble capa de pintura electroestática al horno  
*Structure Steel, zinc-plated and double layer of powder-coating, oven cured*  
*Structure Acier zingué et double revêtement par poudre, séché au four*

\* **Asiento y respaldo** Acero cincado y pintado en polvo  
*Seat and backrest Steel, zinc-plated and powder-coated*  
*Siège et dossier Acier zingué et peint en poudre*


\* **Asideros** PVC para exterior  
*Handles PVC for outdoor use*  
*Poignées PVC pour l'extérieur*

\* **Embellecedor base** Aluminio  
*Anchor coverage Aluminium*  
*Couverture d'ancrage Aluminium*

\* **Tornillería** Acero inoxidable y galvanizado  
*Screws Stainless and galvanised steel*  
*Visserie Acier inoxydable et galvanisé*



Uso recomendado para jóvenes y adultos o usuarios a partir de una estatura de 1400mm.  
*Use recommended for youths and adults or users with stature over 1400mm.*  
*Utilisation recommandée pour jeunes et adults ou usagers avec taille supérieure de 1400mm.*

  
258 x 74 x 189 cm.

  
43 cm.

  
19 m<sup>2</sup>

es

Elemento de entrenamiento al aire libre, fabricado con estructura en acero cincado con acabado de doble capa de pintura electrostática al horno. Poste principal de tubo de acero Ø140x3mm. Partes móviles de tubo de acero Ø42x2,5mm. Aparato con topes para limitar el rango de movimiento de caucho.

Elemento para instalación hormigonada conforme a la norma EN16630, ideal para gimnasios urbanos en parques públicos.

**FUNCIÓN:** Ejercicios de tracción que fortalecen los músculos de brazos, antebrazos, hombros y espalda y mejoran la agilidad de las articulaciones de hombro y codo.

**USO:** Sentado en el asiento con la espalda apoyada en el respaldo, coja los mangos con las dos manos. Mediante flexión de los brazos, estire con fuerza pero lentamente hacia abajo. Haga el movimiento de regreso lentamente extendiendo de nuevo los brazos. Realice varias repeticiones.

**PRECAUCIÓN:** Consulte a su médico antes de realizar este ejercicio. Evite el esfuerzo excesivo durante el uso del equipo.

en

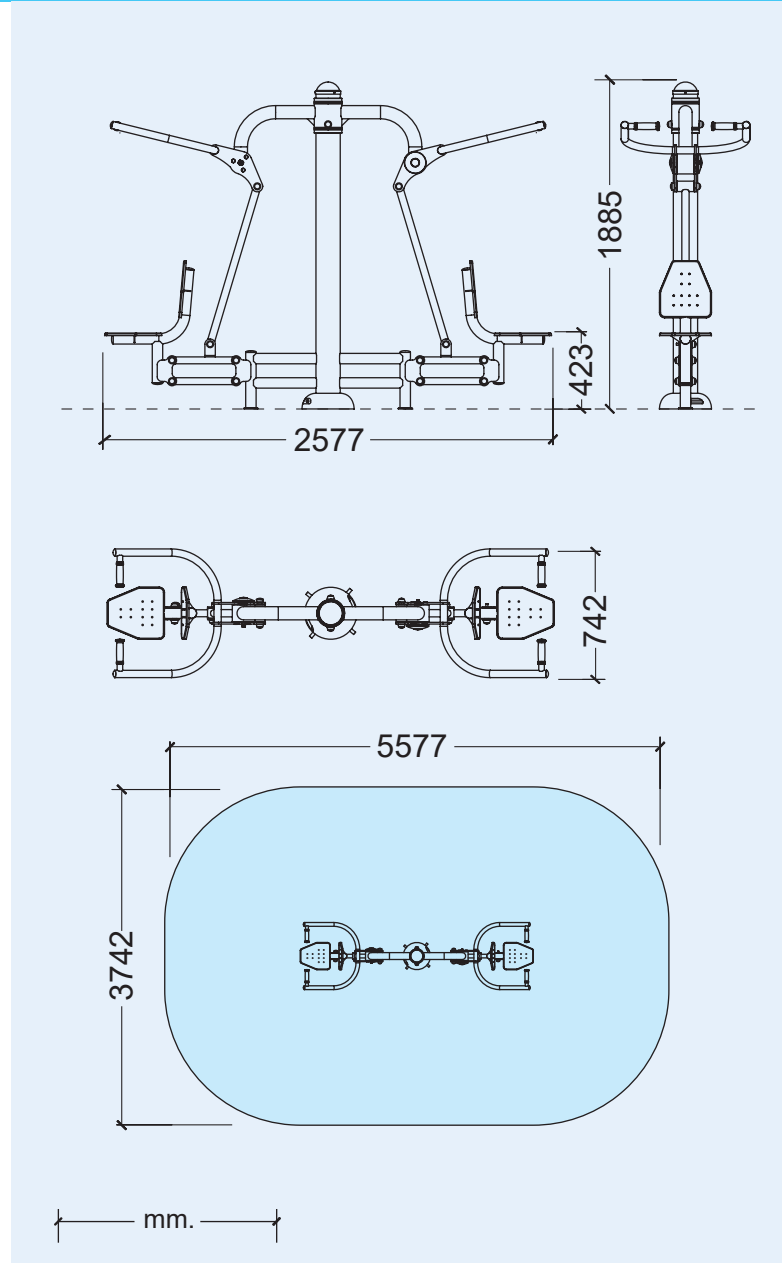
Outdoor training element made of structure of zinc-plated steel with double layer of powder-coating oven-cured. Central post of steel tube Ø140x3mm. Movable parts of steel tube Ø42x2,5mm.

Equipped with elastic stoppers to delimit the movement's amplitude. Element for concrete installation according to EN16630. Perfect for urban gyms at public parks.

**FUNCTION:** Pull-up exercises which strengthen the muscles of upper arms, forearms, shoulder and the upper part of the back and improve the mobility of shoulder and elbow joint.

**USE:** Sit down on the seat with the back supported by the backrest and take the handles with both hands. Flex your arms and pull down the bars slowly but with force. Return slowly by extending again your arms. Realise various repetitions.

**PRECAUTION:** Consult your doctor before realising this exercise. Avoid excessive force when using this equipment.



ASCENSOR  
LIFT  
ASCENSEUR