

Tolerância Geral: ± 5%



63,00 m²



1,25 m



12-99



6



Parques Desportivos
Multisport areas

Parques deportivos
Aires de sport

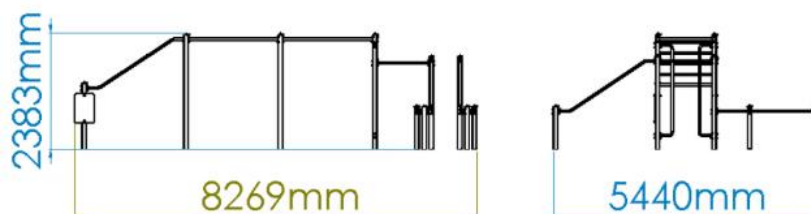
ESPAÑA
www.bricantel.com
info@bricantel.com

PORTUGAL
www.bricantel.pt
info@bricantel.pt

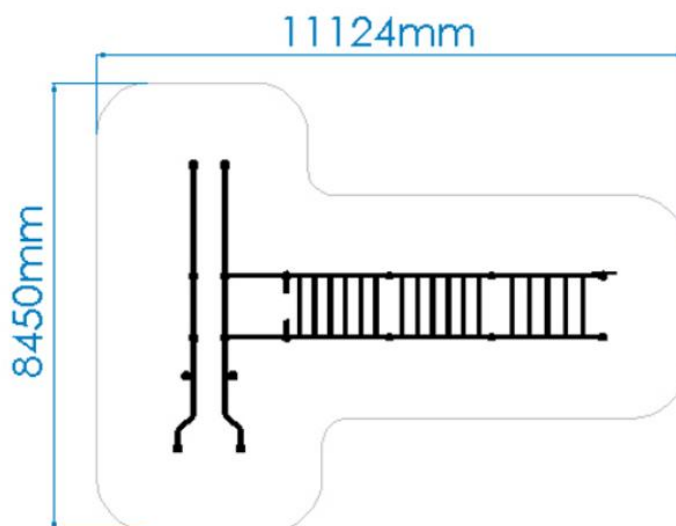
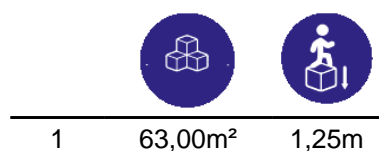


 @bricantel
 bricantelpt
 @bricantel

MEDIDAS GERAIS / MEDIDAS GENERALES / GENERAL MEASURES / MESURES GÉNÉRALES



INSTALAÇÃO / INSTALACIÓN / INSTALLATION / INSTALLATION



1,70m³



13:30h



2x



20,00kg



393,00kg



Parques Desportivos
Multisport areas

Parques deportivos
Aires de sport

Informação sujeita a alterações sem aviso prévio.

ESPAÑA
www.bricantel.com
info@bricantel.com

PORTUGAL
www.bricantel.pt
info@bricantel.pt

Data de exportação: 23/03/2024



@bricantel
bricantelpt
@bricantel



DESCRIÇÃO

Equipamento BragSPORT, STREET WORKOUT 9, (ALQ - 1.25) para fortalecimento muscular composto por prumos de 90x90mm decapados com tratamento primário à base de zinco C5 e acabamento lacado ao RAL cinza forja 600 deep blue, à temperatura de 230°.

Estruturas superior em tubo Ø40mm de aço Inox 304.

Com os seguintes módulos desportivos:

- Barras macaco;
- Barras de elevação;
- Banco de abdominais inclinados;
- Barra para bandeira humana;
- Barras paralelas fixas;
- Barras paralelas inclinadas;
- Barras macaco adaptadas;
- Barras paralelas adaptadas;
- Barras de escalada adaptadas.

Ferragens em aço eletrozincado.

Fixação ao solo tipo Y (através de base metálica chumbada ao solo para facilitar futuras manutenções).

Medidas gerais (CxLxA): 8269x5440x2383mm

Área de segurança: 63m² | Área livre: 8450x11124mm

Faixa etária: +12 anos

Nº de utilizadores: 6

CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS



PRUMO METÁLICO

Prumo de perfil quadrado de 90x90x2.5mm em aço galvanizado para garantir a longevidade e robustez dos equipamentos; Este é fornecido com acabamento galvanizado; Tacos em BragPO aparafusados ao perfil.

Garantia: 15 anos



FERRAGENS EM AÇO ELETROZINCADO

Ferragens em aço eletrozincado, protegidas por cápsulas em polipropileno PP.



TUBO AÇO INOX AISI 304

Tubo em aço inoxidável AISI 304, de acordo com a norma EN 14301, com acabamento 2B.

Garantia: 15 anos.



SISTEMA DE FIXAÇÃO

Tipo Y - Sistema de fixação composto por base metálica embutida ou por prumos aplicado diretamente no solo e chumbada com betão.

A base metálica embutida é fabricada em chapa de aço carbono, com tratamento anticorrosivo de galvanização por imersão a quente com espessura entre 120 a 140µm de acordo com a norma EN ISO 1461, que permite a sua colocação sem que o prumo entre em contacto direto com o solo. A sua fixação ao prumo é feita por um sistema de aperto rápido aumentando a longevidade do prumo e a sua fácil e rápida substituição em caso de necessidade.



Parques Desportivos
Multisport areas

Parques deportivos
Aires de sport

Informação sujeita a alterações sem aviso prévio.

ESPAÑA
www.bricantel.com
info@bricantel.com

PORTUGAL
www.bricantel.pt
info@bricantel.pt



@bricantel
bricantelpt
@bricantel

Data de exportação: 23/03/2024

FUNÇÕES LÚDICAS



EFEITOS BENÉFICOS DO EXERCÍCIO

Praticar exercício permite nutrir o espírito de equipa e de resiliência, bem como desenvolver os efeitos benéficos seguintes: **FÍSICOS:** limita os riscos de obesidade, de osteoporose, de hipertensão e de doenças cardíacas. Reduz o risco de desenvolver dores lombares, tensão muscular e alivia a dor crónica. Ajuda no crescimento e a manutenção de ossos, músculos e articulações saudáveis. O ato de desgastar e reforçar o seu corpo com exercícios fortalece o sistema imunitário.

MENTAIS: relaxar permita a libertação de endorfinas neurotransmissores, que proporcionam o bem-estar psicológico. Exercitar-se com regularidade evita o aparecimento de sintomas de stress, reduz a ansiedade e a depressão. Estimula a autoestima e melhora consideravelmente as condições de sono. Ajuda o cérebro a recuperar a energia necessária para trabalhar corretamente, ajudando a desenvolver uma boa memória e pensamentos mais nítidos.



BARRAS MACACO

MODO DE EXECUÇÃO

O grau de dificuldade desta atividade é alto, o praticante agarra com um dos braços a primeira barra e movimenta-se para a segunda trocando de braço. Quando for trocar, sacode aquele que já estiver mais cansado, para o músculo descontraír. O objetivo é ir e vir nas barras mais vezes possíveis sem falhar.

MÚSCULOS ENVOLVIDOS

Na prática deste desporto, os músculos desenvolvidos são: os bíceps, os tríceps, os deltoides e trapézio, o que melhora a postura, o equilíbrio e a respiração dos praticantes.



BARRAS MACACO ADAPTADAS

MODO DE EXECUÇÃO

Acessível a pessoas com mobilidade reduzida. O grau de dificuldade desta atividade é alto, o praticante agarra com um dos braços a primeira barra e movimenta-se para a segunda trocando de braço. Quando for trocar, sacode aquele que já estiver mais cansado, para o músculo descontraír. O objetivo é ir e vir nas barras mais vezes possíveis sem falhar.

MÚSCULOS ENVOLVIDOS

Na prática deste desporto, os músculos desenvolvidos são: os bíceps, os tríceps, os deltoides e trapézio, o que melhora a postura, o equilíbrio e a respiração dos praticantes.



BARRA DE ELEVAÇÃO

MODO DE EXECUÇÃO

Esta atividade oferece várias opções de exercícios, com grau de dificuldade intermédio, tais como:

Flexões simples, com pegada pronada: o praticante agarra a barra à sua frente com pegada pronada, com distância curta entre as mãos, flexiona os braços e impulsiona o corpo para cima. O objetivo é finalizar a série estabelecida sem soltar a barra.

Flexões largas, com pegada pronada: o praticante agarra a barra à sua frente com pegada pronada, com distância larga entre as mãos, flexiona os braços e impulsiona o corpo para cima. O objetivo é finalizar a série estabelecida sem soltar a barra.

Flexões simples, com pegada supinada: o praticante agarra a barra à sua frente com pegada supinada, com distância larga entre as mãos, flexiona os braços e impulsiona o seu corpo para cima. O objetivo é finalizar a série estabelecida sem soltar a barra.

MÚSCULOS IMPLICADOS

Na prática deste desporto, os músculos desenvolvidos são: os bíceps e os tríceps, o que amplifica a força, a resistência muscular, a flexibilidade e a amplitude dos movimentos dos braços dos praticantes.



BARRAS PARALELAS INCLINADAS

MODO DE EXECUÇÃO

O grau de dificuldade desta atividade é intermédio e é usado como apoio para as flexões. O praticante coloca as mãos no topo das barras e os pés no solo. O objetivo é flexionar os braços e finalizar a série estabelecida.

MÚSCULOS ENVOLVIDOS

Na prática deste desporto, os músculos desenvolvidos são: os bíceps, os tríceps e os deltoides, o que amplifica a força e a resistência muscular dos praticantes.



**BARRAS PARALELAS
MODO DE EXECUÇÃO**

O grau de dificuldade desta atividade é intermédio, o praticante agarra as barras com os braços esticados, mantém o corpo suspenso e realiza uma flexão. Volta a posição inicial e repete o movimento. O objetivo é finalizar a série estabelecida sem soltar as barras.

MÚSCULOS ENVOLVIDOS

Na prática deste desporto, os músculos desenvolvidos são: os bíceps, os tríceps e os deltoides, o que amplifica a força e a resistência muscular dos praticantes.

**BARRAS PARALELAS ADAPTADAS
MODO DE EXECUÇÃO**

Acessível a pessoas com mobilidade reduzida, o grau de dificuldade desta atividade é intermédio, o praticante agarra as barras com os braços esticados, mantém o corpo suspenso e realiza uma flexão. Volta a posição inicial e repete o movimento. O objetivo é finalizar a série estabelecida sem soltar as barras.

MÚSCULOS ENVOLVIDOS

Na prática deste desporto, os músculos desenvolvidos são: os bíceps, os tríceps e os deltoides, o que amplifica a força e a resistência muscular dos praticantes.

**BARRAS DE ESCALADA ADAPTADAS
MODO DE EXECUÇÃO**

Acessível a pessoas com mobilidade reduzida, o grau de dificuldade desta atividade é alto. O praticante agarra com as duas mãos as barras e movimenta os braços, impulsionando o seu corpo para cima. O objetivo é ir e vir nas barras mais vezes possíveis sem falhar ou finalizar a série estabelecida sem soltar as barras.

MÚSCULOS ENVOLVIDOS

Na prática deste desporto, os músculos desenvolvidos são: os bíceps e os tríceps, o que amplifica a força, a resistência muscular, a flexibilidade e a amplitude dos movimentos dos braços dos praticantes.

NORMAS

EN 16630
Equipamentos de fitness fixos instalados no exterior
Requisitos gerais de segurança e métodos de ensaio

CONFIDENCIALIDADE E PROPRIEDADE INTELECTUAL

A informação contida neste documento é confidencial, não podendo o destinatário do mesmo reproduzi-la ou permitir a terceiros que a obtenham, utilizem ou divulguem sem a prévia e expressa autorização da BRICANTEL.

Todos os direitos de propriedade intelectual sobre os desenhos e modelos apresentados são da titularidade exclusiva da BRICANTEL, sendo expressamente proibida a prática de qualquer ato de exploração dos mesmos sem o consentimento desta, nos termos do código da propriedade industrial e do código do direito de autor e dos direitos conexos. A violação da obrigação de confidencialidade e/ou dos direitos de propriedade intelectual da BRICANTEL, pode dar origem a responsabilidade civil e criminal.



Parques Desportivos
Multisport areas

Parques deportivos
Aires de sport

Informação sujeita a alterações sem aviso prévio.

ESPAÑA
www.bricantel.com
info@bricantel.com

PORTUGAL
www.bricantel.pt
info@bricantel.pt



@bricantel
bricantelpt
@bricantel

Data de exportação: 23/03/2024



DESCRIPCIÓN

Equipamiento BragSPORT "STREET WORKOUT 9" (HIC - 1.25m) para fortalecimiento muscular, compuesto por postes de 90x90mm decapados con tratamiento primario a base de zinc C5 y acabado lacado a RAL gris forja 600 deep blue, a una temperatura de 230°C. Estructura superior en tubo de Ø40mm en acero Inox 304.

Compuesto por los siguientes módulos deportivos:

- Escalera horizontal;
- Barras de elevación;
- Tabla de abdominales inclinada;
- Barra vertical;
- Barras paralelas fijas;
- Barras paralelas inclinadas;
- Escalera horizontal adaptada;
- Barras paralelas adaptadas;
- Barras de escalada, adaptadas.

Herrajes de acero electrocincado.

Fijación al suelo Tipo Y (hormigonado al suelo para facilitar futuros mantenimientos).

Medidas generales (LxAxA): 8269x5440x2383mm

Área de seguridad: 63m² | Área libre: 8450x11124mm

Rango de edad: +12 años

Nº de usuarios: 6 personas

CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS



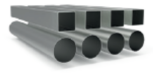
POSTE METÁLICO

Poste de perfil cuadrado de 90x90x2.5mm en acero galvanizado para garantizar la longevidad y robustez del equipo; se suministra con acabado galvanizado. Tapas en BragPO atornilladas al perfil. Garantía: 15 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.



SISTEMA DE FIJACIÓN

Tipo Y - Sistema de fijación estándar compuesto por una base metálica 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.



Parques Desportivos
Multisport areas

Parques deportivos
Aires de sport

Informação sujeita a alterações sem aviso prévio.

ESPAÑA
www.bricantel.com
info@bricantel.com

PORTUGAL
www.bricantel.pt
info@bricantel.pt



@bricantel
bricantelpt
@bricantel

Data de exportação: 23/03/2024

FUNCIONES DE JUEGO

EFFECTOS 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.

BARRAS MONO

MÉTODO DE EJECUCIÓN



El grado de dificultad de esta actividad es alto. El usuario agarra con uno de los brazos la primera barra y se mueve hacia la segunda cambiando de brazo. Cuando vayas a cambiarte, relaja el más pesado. El objetivo es deslizarse entre las barras lo más posible.

MÚSCULOS IMPLICADOS

En la práctica de este deporte, los músculos desarrollados son: bíceps, tríceps, deltoides y trapecio, lo que mejora la postura, el equilibrio y la respiración de los practicantes.

BARRAS MONO ADAPTADAS

MÉTODO DE EJECUCIÓN



Accesible para personas con movilidad reducida. El grado de dificultad de esta actividad es alto. El usuario agarra con uno de los brazos la primera barra y se mueve hacia la segunda cambiando de brazo. Cuando vayas a cambiarte, relaje el más pesado. El objetivo es deslizarse en las barras lo más posible.

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.

BARRA DE ELEVACIÓN

MÉTODO DE EJECUCIÓN

Este ejercicio ofrece múltiples funciones, con un grado de dificultad intermedia, tales como:

Flexiones simples: el usuario debe sujetarse con las manos en la barra, con poca distancia entre ambas, flexionar los brazos e impulsar el cuerpo hacia arriba. El objetivo es finalizar la serie sin soltar nunca la barra.

Flexiones compuestas con agarre prono: el usuario agarra la barra con sus manos con agarre prono, manteniendo una distancia mayor entre ambas manos. Flexiona los brazos e impulsa tu cuerpo hacia arriba. El objetivo del ejercicio es finalizar la serie establecida sin soltar la barra.

Flexiones simples con agarre supino: el usuario agarra la barra con las manos en posición de agarre supino manteniendo una distancia mayor entre ambas manos, flexiona los brazos e impulsa su cuerpo hacia arriba. El objetivo del ejercicio es finalizar la serie establecida sin soltar la barra.

MÚSCULOS IMPLICADOS

En la práctica de este deporte, los músculos desarrollados son: los bíceps y los tríceps, lo que aumenta la fuerza, la resistencia muscular, la flexibilidad y la amplitud de los movimientos de los brazos de los practicantes.

BARRAS PARALELAS INCLINADAS

MÉTODO DE EJECUCIÓN



El grado de dificultad de esta actividad es intermedio y se utiliza como soporte para las flexiones. El practicante coloca las manos en la parte superior de las barras y los pies en el suelo. El objetivo es flexionar los brazos y finalizar la serie establecida.

MÚSCULOS IMPLICADOS

En la práctica de este deporte, los músculos desarrollados son: los bíceps, los tríceps y los deltoides, lo que aumenta la fuerza y la resistencia muscular de los practicantes.



**BARRAS PARALELAS
MÉTODO DE EJECUCIÓN**

El grado de dificultad de esta actividad es intermedio, el usuario sujeta las barras con los brazos estirados, mantiene el cuerpo suspendido y realiza una flexión. Vuelve a la posición inicial y repite el movimiento. El objetivo es finalizar la serie establecida sin soltar las barras.

MÚSCULOS IMPLICADOS

En la práctica de este deporte, los músculos desarrollados son: bíceps, tríceps y deltoides, lo que aumenta la fuerza y la resistencia muscular de los practicantes.

**BARRAS PARALELAS ADAPTADAS
MÉTODO DE EJECUCIÓN**

Accesible a personas con movilidad reducida, el grado de dificultad de esta actividad es intermedio, el practicante agarra las barras con los brazos estirados, mantienen el cuerpo suspendido y realiza una flexión. Vuelve a la posición inicial y repite el movimiento. El objetivo es finalizar la serie establecida sin soltar las barras.

MÚSCULOS IMPLICADOS

En la práctica de este deporte, los músculos desarrollados son: los bíceps, los tríceps y los deltoides, lo que aumenta la fuerza y la resistencia muscular de los practicantes.

**BARRAS DE ESCALADA ADAPTADAS
MÉTODO DE EJECUCIÓN**

Accesible a personas con movilidad reducida, el grado de dificultad de esta actividad es alto. El usuario agarra con las dos manos las barras y mueve los brazos, impulsando su cuerpo hacia arriba. El objetivo es de pasar de una barra a otra la mayoría de veces posibles sin fallar o finalizar la serie establecida sin soltar las barras.

MÚSCULOS IMPLICADOS

En la práctica de este deporte, los músculos desarrollados son: los bíceps y los tríceps, lo que amplifica la fuerza, la resistencia muscular, la flexibilidad y la amplitud de los movimientos de los brazos de los usuarios.

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 BRICANTEL.

Todos los derechos de propiedad intelectual sobre los diseños y modelos presentados son de titularidad exclusiva de BRICANTEL, 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 BRICANTEL, puede dar origen a responsabilidad civil y criminal.



Parques Desportivos
Multisport areas

Parques deportivos
Aires de sport

Informação sujeita a alterações sem aviso prévio.

ESPAÑA
www.bricantel.com
info@bricantel.com

PORTUGAL
www.bricantel.pt
info@bricantel.pt

Data de exportação: 23/03/2024



@bricantel
bricantelpt
@bricantel



DESCRIPTION

BragSPORT equipment, STREET WORKOUT 9 Station, (FFH - 1.25) for muscle strengthening consisting of 90x90mm props pickled with a C5 zinc-based primer treatment and a RAL 600 Forge Grey / Deep Blue powder-coated finish, at a temperature of 230°. Upper structure in Ø40mm 304 stainless steel tube.

With the following sports modules:

- Monkey bridge;
- Pull-up bars;
- Inclined abdominal bench;
- Pole bar;
- Fixed parallel bars;
- Inclined parallel bars;
- Adapted monkey bridge;
- Adapted parallel bars;
- Adapted climbing bars.

Electro-zinc-plated steel hardware.

Y-type ground fixing (using a metal base anchored to the ground to facilitate future maintenance).

Dimensions (LxWxH): 8269x5440x2383mm

Safety area: 63m² | Free area: 8450x11124mm

Age range: +12 years

Number of users: 6

TECHNICAL FEATURES



METALLIC BEAM

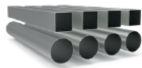
Square profile beam of 90x90x2.5mm in galvanized steel to guarantee the longevity and robustness of the equipment, this is supplied with a galvanized finish. BragPO cover fixed to the profile.

Guarantee: 15 years.



STEEL ELECTROPLATED HARDWARE

Steel electroplated hardware, protected by polypropylene PP capsules.



STAINLESS STEEL TUBE AISI 304

Tube in stainless steel AISI 304, according to EN 14301, with finish 2B.

Guarantee: 15 years.



FIXATION SYSTEM

Type Y - Fixation system composed of built-in metal base or plumbing applied directly to the ground and concrete sinker. The built-in metal base is made of carbon steel sheet, with corrosion-resistant hot-dip galvanisation treatment of between 120 and 140µm thickness according to EN ISO 1461, which allows its placement without the plumb in direct contact with the ground. Its attachment to the plumb line is made by a quick clamping system increasing the longevity of the plumb line and its easy and fast replacement in case of need.



Parques Desportivos
Multisport areas

Parques deportivos
Aires de sport

Informação sujeita a alterações sem aviso prévio.

ESPAÑA
www.bricantel.com
info@bricantel.com

PORTUGAL
www.bricantel.pt
info@bricantel.pt



@bricantel
bricantelpt
@bricantel

Data de exportação: 23/03/2024

PLAY FUNCTIONS**BENEFICIAL EFFECTS OF EXERCISE**

Practicing exercise allows you to nurture team spirit and resilience, as well as develop the following beneficial effects:

PHYSICS: it limits the risks of obesity, osteoporosis, hypertension and heart disease. It reduces the risk of developing back pain, muscle tension and relieves chronic pain. Helps in the growth and maintenance of healthy bones, muscles and joints. The act of wearing and strengthening your body with exercises strengthens the immune system.

MENTAL: relax allow the release of endorphins neurotransmitters, which provide psychological well-being. Regular exercise prevents the onset of stress symptoms, reduces anxiety and depression. It stimulates self-esteem and considerably improves sleep conditions. Helps the brain recover the energy needed to work properly, helping to develop a good memory and sharper thoughts.

**MONKEY BARS****MODE OF IMPLEMENTATION**

The degree of difficulty of this activity is high, the practitioner grabs with one of the arms the first bar and moves to the second arm changing. When you switch, shake the one that's the most tired, so the muscle relaxes. The goal is to come and go as many bars as possible without fail.

MUSCLES INVOLVED

In the practice of this sport, the developed muscles are: biceps, triceps, deltoids and trapezius, which improves posture, balance and breathing of the practitioners.

**ADAPTED MONKEY BARS****MODE OF IMPLEMENTATION**

Accessible to persons with reduced mobility. The degree of difficulty of this activity is high, the practitioner grabs with one of the arms the first bar and moves to the second arm changing. When you switch, shake the one that's the most tired, so the muscle relaxes. The goal is to come and go as many bars as possible without fail.

MUSCLES INVOLVED

In the practice of this sport, the developed muscles are: biceps, triceps, deltoids and trapezius, which improves posture, balance and breathing of the practitioners.

**PULL-UP BARS****MODE OF IMPLEMENTATION**

This activity offers several options of exercises, with intermediate degree of difficulty, such as:

Simple push-ups with pronated footprint: the practitioner grabs the bar in front of him with pronated footprint, with short distance between his hands, flexes his arms and pushes his body upwards. The goal is to finish the established series without releasing the bar.

Wide push-ups, with pronated footprint: the practitioner grabs the bar in front of him with pronated footprint, with wide distance between the hands, flexes the arms and pushes the body up. The goal is to finish the established series without releasing the bar.

Wide push-ups, with pronated footprint: the practitioner grabs the bar in front of him with pronated footprint, with wide distance between the hands, flexes the arms and pushes the body up. The goal is to finish the established series without releasing the bar.

Simple push-ups with a supine grip: the practitioner grabs the bar in front of him with a supine grip, with wide distance between his hands, flexes his arms and pushes his body upwards. The goal is to finish the established series without releasing the bar.

MUSCLES INVOLVED

In the practice of this sport, the developed muscles are: biceps and triceps, which amplifies the strength, muscular endurance, flexibility and the range of movements of the practitioners' arms.

**INCLINED PARALLEL BARS****MODE OF IMPLEMENTATION**

The degree of difficulty of this activity is intermediate and is used as a support for flexions. The practitioner puts his hands on top of the bars and his feet on the ground. The goal is to flex his arms and finish the established series.

MUSCLES INVOLVED

In the practice of this sport, the developed muscles are: biceps, triceps and deltoids, which amplifies the strength and muscular endurance of the practitioners.



**PARALLEL BARS
MODE OF IMPLEMENTATION**

The degree of difficulty of this activity is intermediate, the practitioner grabs the bars with his arms stretched, keeps the body suspended and performs a flexion. Return to the starting position and repeat the movement. The goal is to finish the established series without releasing the bars.

MUSCLES INVOLVED

In the practice of this sport, the developed muscles are: biceps, triceps and deltoids, which amplifies the strength and muscular endurance of the practitioners.

**ADAPTED PARALLEL BARS
MODE OF IMPLEMENTATION**

Accessible to people with reduced mobility, the degree of difficulty of this activity is intermediate, the practitioner grabs the bars with his arms stretched, keeps the body suspended and performs a flexion. Return to the starting position and repeat the movement. The goal is to finish the established series without releasing the bars.

MUSCLES INVOLVED

In the practice of this sport, the developed muscles are: biceps, triceps and deltoids, which amplifies the strength and muscular endurance of the practitioners.

**ESCALATOR BARS ADAPTED
MODE OF IMPLEMENTATION**

Accessible to people with reduced mobility, the level of difficulty of this activity is high. The practitioner grabs the bars with both hands and moves his arms, pushing his body upwards. The goal is to come and go as often as possible without crashing or finishing the established series without dropping the bars.

MUSCLES INVOLVED

In the practice of this sport, the developed muscles are: biceps and triceps, which amplifies the strength, muscular endurance, flexibility and the range of movements of the practitioners' arms.

STANDARTS

EN 16630
Permanently installed outdoor fitness equipment
Safety requirements and test methods

CONFIDENTIALITY AND INTELLECTUAL PROPERTY

The information contained in this document is confidential, and the recipient cannot reproduce it or allow third parties to obtain, use or disclose it without the prior and express authorization of BRICANTEL. All intellectual property rights over the designs and models presented are the exclusive property of BRICANTEL, and the practice of any act of exploitation thereof without the consent of the latter, under the terms of the industrial property code and the copyright code and related rights. Violation of BRICANTEL's obligation of confidentiality and / or intellectual property rights may give rise to civil and criminal liability.



Parques Desportivos
Multisport areas

Parques deportivos
Aires de sport

Informação sujeita a alterações sem aviso prévio.

ESPAÑA
www.bricantel.com
info@bricantel.com

PORTUGAL
www.bricantel.pt
info@bricantel.pt

Data de exportação: 23/03/2024



@bricantel
bricantelpt
@bricantel



DESCRIPTION

Équipement BragSPORT, station STREET WORKOUT 9, (HCL – 1,25) pour le renforcement musculaire comprenant des poteaux de 90x90mm décapés avec un traitement d'apprêt zinc C5 et une finition peinture thermolaquée en RAL 600 Gris forgé / Deep Blue, à une température de 230°. Structure supérieure en tube de Ø40mm en acier inoxydable 304.

Avec les modules sportifs suivants:

- Pont de singe;
- Barres de traction;
- Banc incliné à abdominaux;
- Barre de pôle;
- Barres parallèles fixes;
- Barres parallèles inclinées;
- Pont de singe adapté;
- Barres parallèles adaptées;
- Barres d'escalade adaptées.

Visserie en acier électrozingué.

Fixation au sol de type Y (à l'aide d'une base métallique scellée dans le sol pour faciliter l'entretien ultérieur).

Dimensions (LxIxh): 8269x5440x2383mm

Zone de sécurité: 63m² | Zone libre: 8450x11124mm

Tranche d'âge: +12 ans

Nombre d'utilisateurs: 6

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES



POUTRE MÉTALLIQUE

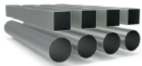
Poutre à profil carré 90x90x2.5mm en acier galvanisé pour garantir la longévité et la robustesse des équipements, à finition galvanisée. Embout en BragPO fixés sur le profil.

Garantie: 15 ans.



FERRURES EN ACIER ELECTROZINGÉ

Ferrures en acier électrozingué, protégé par des capsules en polypropylène PP.



TUBE EN ACIER INOXYDABLE AISI 304

Tube en acier inoxydable AISI 304, en accord avec la norme EN 14301, avec finition 2B.

Garantie: 15 ans.



SISTÈME DE FIXATION

Type Y - Système de fixation composé d'une base métallique encastrée ou d'une poutre appliquée directement au sol et bétonnée.

La base métallique encastrée est fabriquée en tôle d'acier carbone, avec un traitement anticorrosion par galvanisation par immersion à chaud d'une épaisseur comprise entre 120 et 140µm selon la norme EN ISO 1461, qui permet sa pose sans que la poutre rentre en contact direct avec le sol. Sa fixation à la poutre est réalisée par un système de serrage rapide augmentant sa longévité et facilitant son remplacement, qui sera rapide en cas de besoin.



Parques Desportivos
Multisport areas

Parques deportivos
Aires de sport

Informação sujeita a alterações sem aviso prévio.

ESPAÑA
www.bricantel.com
info@bricantel.com

PORTUGAL
www.bricantel.pt
info@bricantel.pt



@bricantel
bricantelpt
@bricantel

Data de exportação: 23/03/2024

FONCTIONS LUDIQUES**EFFETS BÉNÉFIQUES DE L'EXERCICE**

Pratiquer l'exercice permet de nourrir l'esprit d'équipe et de résilience, ainsi que de développer les effets bénéfiques suivants:



PHYSIQUES: elle limite les risques d'obésité, d'ostéoporose, d'hypertension et de maladies cardiaques. Réduit le risque de développer des douleurs lombaires, la tension musculaire et soulage la douleur chronique. Aide à la croissance et le maintien des os, des muscles et des articulations sains. L'usure et le renforcement de votre corps avec des exercices renforce le système immunitaire.

MENTAUX: la relaxation permet la libération d'endorphines neurotransmetteurs, qui fournissent le bien-être psychologique. L'exercice régulier évite l'apparition de symptômes de stress, réduit l'anxiété et la dépression. Stimule l'estime de soi et améliore considérablement les conditions de sommeil. Aide le cerveau à récupérer l'énergie nécessaire pour travailler correctement, aidant à développer une bonne mémoire et des pensées plus claires.

BARRES SINGE**MODE D'EXÉCUTION**

Le degré de difficulté de cette activité est élevé, le praticien saisit avec un des bras la première barre et se déplace vers la seconde en changeant de bras. Quand vous changerez, secouez celui qui est déjà le plus fatigué pour que le muscle se détende. Le but est d'aller et venir sur les barres le plus souvent possible sans échec.

MUSCLES IMPLIQUÉS

Dans la pratique de ce sport, les muscles développés sont les biceps, les triceps, les deltoïdes et le trapèze, ce qui améliore la posture, l'équilibre et la respiration des pratiquants.

BARRES SIGNE ADAPTÉE**MODE D'EXÉCUTION**

Accessible aux personnes à mobilité réduite. Le degré de difficulté de cette activité est élevé, le praticien saisit avec un des bras la première barre et se déplace vers la seconde en changeant de bras. Quand vous changerez, secouez celui qui est déjà le plus fatigué pour que ses muscles se détendent. Le but est d'aller et venir sur les barres le plus souvent possible sans échec.

MUSCLES IMPLIQUÉS

Dans la pratique de ce sport, les muscles développés sont les biceps, les triceps, les deltoïdes et le trapèze, ce qui améliore la posture, l'équilibre et la respiration des pratiquants.

BARRES D'ÉLÉVATION**MODE D'EXÉCUTION**

Cette activité offre plusieurs options d'exercices, avec un degré de difficulté intermédiaire, tels que:

Flexions simples, avec empreinte de pied pronotée : le praticien saisit la barre devant lui avec une empreinte de pied pronotée, à courte distance entre les mains, fléchit les bras et propulse le corps vers le haut. Le but est de terminer la série établie sans relâcher la barre.

Flexions larges, empreinte de pied pointue : le praticien saisit la barre devant lui avec une empreinte de pas, avec une large distance entre les mains, fléchit les bras et propulse le corps vers le haut. Le but est de terminer la série établie sans relâcher la barre.

Flexions larges, empreinte de pied pointue : le praticien saisit la barre devant lui avec une empreinte de pas, avec une large distance entre les mains, fléchit les bras et propulse le corps vers le haut. Le but est de terminer la série établie sans relâcher la barre.

Flexions simples, avec empreinte de pas supplantée : le praticien saisit la barre devant lui avec une empreinte de pas, avec une distance large entre les mains, fléchit les bras et propulse son corps vers le haut. Le but est de terminer la série établie sans relâcher la barre.

MUSCLES IMPLIQUÉS

Dans la pratique de ce sport, les muscles développés sont les biceps et les triceps, ce qui amplifie la force, la résistance musculaire, la flexibilité et l'amplitude des mouvements des bras des pratiquants.

BARRES PARALLÈLES INCLINÉES**MODE D'EXÉCUTION**

Le degré de difficulté de cette activité est intermédiaire et est utilisé comme support pour les flexions. Le praticien met les mains en haut des barres et les pieds sur le sol. L'objectif est de fléchir les bras et de terminer la série établie.

MUSCLES IMPLIQUÉS

Dans la pratique de ce sport, les muscles développés sont les biceps, les triceps et les deltoïdes, ce qui amplifie la force et la résistance musculaire des pratiquants.



**BARRES PARALLÈLES
MODE D'EXÉCUTION**

Le degré de difficulté de cette activité est intermédiaire, le praticien saisit les barres avec les bras tendus, maintient le corps suspendu et effectue une flexion. Retourne la position initiale et répète le mouvement. Le but est de terminer la série établie sans desserrer les barres.

MUSCLES IMPLIQUÉS

Dans la pratique de ce sport, les muscles développés sont les biceps, les triceps et les deltoïdes, ce qui amplifie la force et la résistance musculaire des pratiquants.

**BARRES PARALLÈLES ADAPTÉS
MODE D'EXÉCUTION**

Accessible aux personnes à mobilité réduite, le degré de difficulté de cette activité est intermédiaire, le praticien saisit les barres avec les bras tendus, maintient le corps suspendu et effectue une flexion. Retourne la position initiale et répète le mouvement. Le but est de terminer la série établie sans desserrer les barres.

MUSCLES IMPLIQUÉS

Dans la pratique de ce sport, les muscles développés sont les biceps, les triceps et les deltoïdes, ce qui amplifie la force et la résistance musculaire des pratiquants.

**BARRES D'ESCALADE ADAPTÉE
MODE D'EXÉCUTION**

Accessible aux personnes à mobilité réduite, le degré de difficulté de cette activité est élevé. Le praticien saisit des deux mains les barres et déplace les bras, propulsant son corps vers le haut. Le but est d'aller et venir sur les barres le plus souvent possible sans échouer ou terminer la série établie sans desserrer les barres.

MUSCLES IMPLIQUÉS

Dans la pratique de ce sport, les muscles développés sont les biceps et les triceps, ce qui amplifie la force, la résistance musculaire, la flexibilité et l'amplitude des mouvements des bras des pratiquants.

NORMES

EN 16630

Modules fixes d'entraînement physique de plein air
Exigences de sécurité et méthodes d'essai**CONFIDENTIALITÉ ET PROPRIÉTÉ INTELLECTUELLE**

Les informations contenues dans ce document sont confidentielles et le destinataire ne peut pas les reproduire ni permettre à des tiers de les obtenir, de les utiliser ou de les divulguer sans l'autorisation préalable et expresse de BRICANTEL.

Tous les droits de propriété intellectuelle sur les dessins et modèles présentés sont propriété exclusive de BRICANTEL, et la pratique d'un acte d'exploitation de ceux-ci sans le consentement de cette dernière, selon les termes du code de la propriété industrielle et du code du droit d'auteur et des droits voisins. La violation de l'obligation de confidentialité et / ou des droits de propriété intellectuelle de BRICANTEL peut engager à la responsabilité civile et pénale.

**Parques Desportivos
Multisport areas****Parques deportivos
Aires de sport**

Informação sujeita a alterações sem aviso prévio.

ESPAÑA
www.bricantel.com
info@bricantel.comPORTUGAL
www.bricantel.pt
info@bricantel.pt

Data de exportação: 23/03/2024

 @bricantel
 bricantelpt
 @bricantel