

Tolerância Geral: ± 5%



49,00 m<sup>2</sup>



2,27 m



12-99



5



PORTUGAL  
[www.bragmaia.com](http://www.bragmaia.com)  
[geral@bragmaia.com](mailto:geral@bragmaia.com)

brag  
PLAY

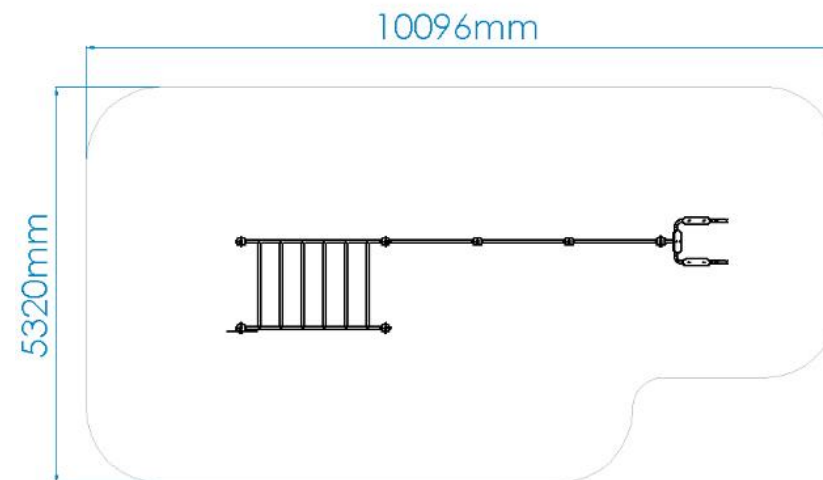
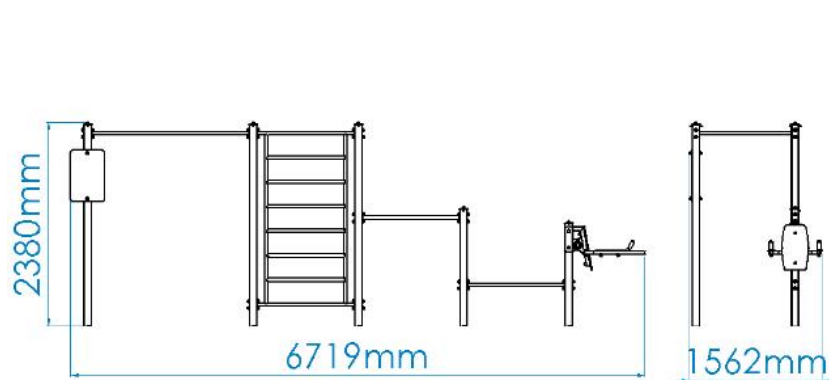
brag  
URBAN

brag  
SPORT

brag  
SIGN

brag  
LIGHT

**MEDIDAS GERAIS / MEDIDAS GENERALES / GENERAL MEASURES / MESURES GÉNÉRALES**



0,70m<sup>3</sup>



05:30h



2x



20,00kg



200,00kg



PORTUGAL  
www.bragmaia.com  
geral@bragmaia.com

brag PLAY    brag URBAN    brag SPORT    brag SIGN    brag LIGHT

Informação sujeita a alterações sem aviso prévio.

Data de exportação: 28/11/2023

## DESCRIÇÃO



Equipamento BragSPORT , STREET WORKOUT 5 (AQL - 2.27m), composto por 7 prumos metálicos 90x90mm em aço galvanizado. Estruturas para fortalecimento muscular compostas por chapa de 4mm e tubo Ø40mm em inox 304.

Com os seguintes módulos desportivos:

- Espaldar Vertical;
- Barra de Elevação;
- Espaldar Horizontal;
- Barras de Flexões;
- Equipamento de abdominais.

Ferragens em aço inox.

Fixação ao solo tipo Y (chumbar).

Medidas gerais (CxLxA): 6719x1562x2380mm

Área de segurança: 49m<sup>2</sup> | Área livre: 10096x5320mm

Faixa etária: +12 anos

Nº de utilizadores: 5

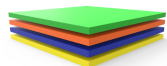
## CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS



### 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



### BRAGPO

BragPO HDPE de alta densidade monocolor ou bicolor, livre de HPA. Caracterizado pela sua extrema leveza e elasticidade, resistência a produtos químicos, corrosão, raios UV (UNE EN ISO 4892), alta resistência à inflamabilidade (UNE-EN ISO 11925-2) e resistência a impactos (ISO 527-1). Não necessita de qualquer manutenção.

Garantia: 15 anos



### FERRAGENS EM AÇO ELETROZINCADO

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



PORTUGAL  
[www.bragmaia.com](http://www.bragmaia.com)  
[geral@bragmaia.com](mailto:geral@bragmaia.com)

brag  
PLAY

brag  
URBAN

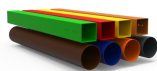
brag  
SPORT

brag  
SIGN

brag  
LIGHT

Informação sujeita a alterações sem aviso prévio.

Data de exportação: 28/11/2023



#### TUBO AÇO LACADO

Tube (EN 10305-3), laminado a quente (EN 10027-1 e CR 10260), em aço carbono S235JR - S275JR, de acordo com a norma EN 10025-2. (Tubo até 2mm de espessura).

Tube de perfil oco circular (EN 10219-1/2), laminado a quente (EN 10027-1 e CR 10260), em aço carbono S235JRH - S275JRH - S355J2H, de acordo com a norma EN 10025-2. (Tubo superior a 2mm de espessura).

Decapagem: Processo por jato abrasivo para limpeza da superfície metálica de oxidações e impurezas, garantindo um perfil de rugosidade ideal para o processo de tratamento de superfície; de acordo com a norma 8501:1;

Primário: À base de zinco com resinas epóxi de poliéster anticorrosivo, ecológico com categoria de corrosividade nível C5, com cozedura a 230°C;

Lacagem: Pintura electrostática a tinta em pó de poliéster com cozedura 230°C, espessura entre 120 a 140µm, de acordo com a norma UNE EN ISO 2808.

Garantia: 10 anos



#### HPL

Placa laminadas em alta pressão (HPL) de grande formato, com núcleo ignífugo, de acordo com a Norma 438, tipo EDF, cujo processo produtivo tem lugar em prensas de alta pressão e a temperaturas elevadas. As resinas de acrílo-poliuretano duplamente endurecidas, proporciona uma proteção extremamente eficaz contra os agentes externos (EN ISSO 4892-2), corrosão atmosférica e temperaturas (DMTA-OFI 300.128), impacto e flexão (EN ISSO 178), fogo (EN 13501), a sua superfície apresenta também uma alta resistência à luz e raios UV (EN ISSO 4892-2).

Garantia: 10 anos



#### VINIL DE IMPRESSÃO

Lamina de vinil calandrado polimérico, com adesivo retirável ou permanente. Adequadas para aplicações, sobre superfícies planas ou com curvas simples. Especialmente desenvolvidas para impressão digital com tintas eco-solventes, solventes, UV e látex.



#### 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.

## FUNÇÕES DESPORTIVAS



#### 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.



## ESPALDAR

### MODO DE EXECUÇÃO

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

**Abdominais:** o praticante sobe as barras e segura-se com os seus pés no topo, tendo a cabeça para baixo, coloca os braços em cruz no peito e flexiona a parte superior do corpo para cima, os ombros devem chegar à altura da cintura. Volta à posição inicial e repete o movimento. O objetivo é finalizar a série estabelecida.

**Alongamentos:** o praticante posiciona-se em frente ao espaldar, agarra uma barra, mais alta ou mais baixo (dependendo da sua flexibilidade) e puxa o corpo para traz mantendo as costas sempre direitas. Utilizado para a correção postural, alongamento do tronco, membros superiores e inferiores e para fortalecimento dos músculos superiores. O objetivo é trabalhar os

músculos das costas e das pernas.

### MÚSCULOS ENVOLVIDOS

Na prática deste desporto, os músculos desenvolvidos são: os dorsais, o que amplifica os movimentos, a força e a flexibilidade dos praticantes e os abdominais que melhora a força e estabilidade física.



## 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 BRAGMAIA.

Todos os direitos de propriedade intelectual sobre os desenhos e modelos apresentados são da titularidade exclusiva da BRAGMAIA, 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 BRAGMAIA, pode dar origem a responsabilidade civil e criminal.



PORTUGAL  
[www.bragmaia.com](http://www.bragmaia.com)  
[geral@bragmaia.com](mailto:geral@bragmaia.com)

brag  
PLAY

brag  
URBAN

brag  
SPORT

brag  
SIGN

brag  
LIGHT

Informação sujeita a alterações sem aviso prévio.

Data de exportação: 28/11/2023

## DESCRIPCIÓN



Equipamiento BragSPORT "STREET WORKOUT 5" (HIC - 2.27m) compuesto por 7 postes metálicos de 90x90mm en acero galvanizado. Estructuras para fortalecimiento muscular compuestas por chapa de 4mm y tubo de Ø40mm en acero Inox 304.

Compuesto por los siguientes módulos deportivos:

- Pared Sueca;
- Barra de Elevación;
- Espaldera Horizontal;
- Barras de Flexiones;
- Equipamiento de abdominales.

Herrajes de acero Inox.

Fijación al suelo Tipo Y (hormigonado).

Medidas generales (LxAnxA): 6719x1562x2380mm

Área de seguridad: 49m<sup>2</sup> | Área libre: 10096x5320mm

Rango de edad: +12 años

Nº de usuarios: 5 personas

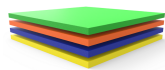
## CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS



### 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.



### BRAGPO

BragPO HDPE de alta densidad monocolor o bicolor, sin HPA. Caracterizado por su extrema ligereza y elasticidad, resistencia a productos químicos, corrosión, rayos UV (UNE EN ISO 4892), a la inflamabilidad (UNE-EN ISO 11925-2) y al impacto (ISO 527-1). No necesita ningún tipo de mantenimiento.

Garantía: 15 años



### HERRAJES EN ACERO ELECTROCHAPADO

Herrajes en acero electrochapado, protegidos por cápsulas en polipropileno PP.



PORTUGAL

[www.bragmaia.com](http://www.bragmaia.com)

[geral@bragmaia.com](mailto:geral@bragmaia.com)

brag  
PLAY

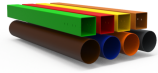
brag  
URBAN

brag  
SPORT

brag  
SIGN

brag  
LIGHT

#### TUBO ACERO LACADO



Tubo (EN 10305-3), laminado en caliente (EN 10027-1 y CR 10260), en acero al carbono S235JR - S275JR, según norma EN 10025-2. (Tubo de hasta 2mm de espesor).

Tubo de perfil circular hueco (EN 10219-1/2), laminado en caliente (EN 10027-1 y CR 10260), en acero al carbono S235JRH - S275JOH - S355J2H, según EN 10025-2. (Tubo de más de 2mm de espesor).

Decapado: proceso de chorro abrasivo para limpiar la superficie del metal de la oxidación y las impurezas, asegurando un perfil de rugosidad ideal para el proceso de tratamiento de la superficie; según norma 8501:1;

Imprimación: a base de zinc con resinas epoxi de poliéster anticorrosivo, ecológico con grado de corrosividad C5, con cocción a 230°C.

Lacado: pintura electrostática en pintura poliéster en polvo con horneado a 230°C, espesor entre 120 y 140 µm, según norma UNE EN ISO 2808.

Garantía: 10 años.

#### 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

#### VINILO DE IMPRESIÓN



Lámina de vinilo calandrado polimérico, con adhesivo desmontable o permanente. Adecuadas para aplicaciones, sobre superficies planas o con curvas simples. Especialmente desarrolladas para impresión digital con pinturas eco-solventes, solventes, UV y látex.

#### 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.

## FUNCIONES DEPORTIVAS



#### 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.



ESPALDERA  
MÉTODO DE EJECUCIÓN

Se trata de una actividad que ofrece múltiples opciones de ejercicios con un grado de dificultad intermedia, tales como:

Abdominales: el usuario se sujeta a la barra y se mantiene con los pies en la parte superior, con la cabeza hacia abajo. Coloca los brazos en forma de cruz sobre el pecho y flexiona la parte superior de su cuerpo hacia arriba. Los hombros deben permanecer a la altura de la cintura. Se vuelve a la posición inicial repitiendo el movimiento. El objetivo es finalizar la serie establecida.

Estiramientos: el usuario se coloca en frente de la espaldera se agarra a la barra a una altura mayor o menor (dependiendo de su flexibilidad) empujando su cuerpo hacia arriba y manteniendo su espalda siempre recta. Se trata de un ejercicio que ayuda a corregir malas posturas, estiramientos del tronco, extremidades superiores e inferiores, así como para fortalecer los músculos superiores. El objetivo es trabajar los músculos de la espalda y piernas.

MÚSCULOS IMPLICADOS

En la práctica de este deporte, los músculos desarrollados son: dorsales, lo que aumenta los movimientos, la fuerza y la flexibilidad de los practicantes y abdominales, que mejoran la fuerza y estabilidad física.



**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.



PORTUGAL  
[www.bragmaia.com](http://www.bragmaia.com)  
[geral@bragmaia.com](mailto:geral@bragmaia.com)

brag PLAY   brag URBAN   brag SPORT   brag SIGN   brag LIGHT



## DESCRIPTION



BragSPORT equipment, STREET WORKOUT 5 station (FFH - 2.27m), made up of seven 90x90mm metal props in galvanised steel. Muscle-strengthening structures made of 4mm sheet metal and Ø40mm 304 stainless steel tubing.

With the following sports modules:

- Vertical espalier;
- Pull-up bar;
- Horizontal espalier;
- Push-up bars;
- Abs equipment.

Stainless steel fittings.

Y-type ground fixing (in-ground).

Dimensions (LxWxH): 6719x1562x2380mm

Safety area: 49m<sup>2</sup> | Free area: 10096x5320mm

Age range: +12 years

Number of users: 5

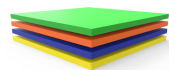
## TECHNICAL FEATURES



### 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.



### BRAGPO

BragPO HDPE of high density in one color or bicolor, free of HPA. Characterized by its extreme lightness and elasticity, resistance to chemicals, corrosion, UV rays (UNE EN ISO 4892), to flammability (UNE-EN ISO 11925-2) and impact (ISO 527-1). It doesn't need any maintenance.

Guarantee: 15 years.

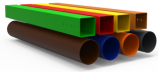


### STEEL ELECTROPLATED HARDWARE

Steel electroplated hardware, protected by polypropylene PP capsules.



PORTUGAL  
[www.bragmaia.com](http://www.bragmaia.com)  
[geral@bragmaia.com](mailto:geral@bragmaia.com)



#### LACQUERED STEEL TUBE

Tube (EN 10305-3), hot rolled (EN 10027-1 and CR 10260), in carbon steel S235JR - S275JR, according to the standard EN 10025-2. (Tube up to 2mm thick).  
Hollow circular profile tube (EN 10219-1/2), hot rolled (EN 10027-1 and CR 10260), in carbon steel S235JRH - S275JRH - S355J2H, according to EN 10025-2. (Tube greater than 2mm thick).  
Pickling: abrasive jet process for cleaning the metal surface from oxidation and impurities, ensuring an ideal roughness profile in the surface treatment process; according to standard 8501:1;  
Primer: zinc-based anti-corrosive polyester epoxy resins, ecological with corrosivity category C5, firing at 230°C.  
Lacquering: electrostatic painting in polyester powder paint with cooking at 230°C, thickness between 120 to 140 µm, according to the UNE EN ISO 2808.  
Guarantee: 10 years.



#### HPL

Large format, high pressure laminated (HPL) sheets, with flameproof core, according to standard 438, type EDF, whose production process takes place in high pressure presses and at high temperatures. The double-hardened acrylic-polyurethane resins provide extremely effective protection against external agents (EN ISO 4892-2), atmospheric corrosion and temperatures (DMTA-OFI 300.128), impact and bending (EN ISO 178), fire (EN 13501), its surface also has a high resistance to light and UV rays (EN ISO 4892-2).  
Guarantee: 10 years



#### VINYL

Polymeric calendered vinyl lamina, with removable or permanent adhesive. Suitable for applications, on flat surfaces or with simple curves. Specially developed for digital printing with eco-solvent, solvent, UV and latex inks.



#### 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.

## SPORTS FUNCTIONS



#### 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.



## BACK

### MODE OF IMPLEMENTATION

This activity offers various exercise options, with an intermediate degree of difficulty, such as:



Sit-ups: the practitioner climbs the bars and holds his feet on top with his head down, puts his arms cross on his chest and flexes his upper body upwards, his shoulders should reach the height of his waist. Return to the starting position and repeat the movement. The goal is to finish the established series.

Stretching: the practitioner positions himself in front of the backrest, grabs a bar, higher or lower (depending on its flexibility) and pulls the body back while keeping the back straight. Used for postural correction, stretching of the trunk, upper and lower limbs and strengthening of the upper muscles. The goal is to work the muscles of the back and legs.

### MUSCLES INVOLVED

In the practice of this sport, the developed muscles are: the dorsal ones, which amplifies the movements, the strength and the flexibility of the practitioners and the abdominal ones that improves the strength and physical stability.

## 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 BRAGMAIA.

All intellectual property rights over the designs and models presented are the exclusive property of BRAGMAIA, 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 BRAGMAIA's obligation of confidentiality and / or intellectual property rights may give rise to civil and criminal liability.



PORTUGAL  
[www.bragmaia.com](http://www.bragmaia.com)  
[geral@bragmaia.com](mailto:geral@bragmaia.com)

brag  
PLAY

brag  
URBAN

brag  
SPORT

brag  
SIGN

brag  
LIGHT

Informação sujeita a alterações sem aviso prévio.

Data de exportação: 28/11/2023

## DESCRIPTION



Équipement BragSPORT, station STREET WORKOUT 5 (HCL - 2,27m), comprenant 7 poteaux métalliques de 90x90mm en acier galvanisé. Structures de renforcement musculaire en tôle de 4mm d'épaisseur et tubes en acier inoxydable 304 de Ø40mm.

Avec les modules sportifs suivants:

- Espalier vertical;
- Barre de traction;
- Espalier horizontal;
- Barres de pompes;
- Équipement pour abdominaux.

Visserie en acier inoxydable.

Fixation au sol de type Y (bétonner).

Dimensions (LxIxh): 6719x1562x2380mm

Zone de sécurité: 49m2 | Zone libre: 10096x5320mm

Tranche d'âge: +12 ans

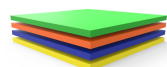
Nombre d'utilisateurs: 5

## CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES



### POUTRE MÉTALLIQUE

Poutre à profil carré 90x90x2.5mm en acier galvanisé pour garantir la longévité et la robustesse des équipements, à finition galvanisé. Embout en BragPO fixés sur le profil.  
Garantie: 15 ans.



### BRAGPO

BragPO HDPE d'une couleur ou bicolore de haute densité, sans HPA. Caractérisé par son extrême légèreté et élasticité, résistante aux produits chimiques, à la corrosion, aux rayons UV (UNE EN ISO 4892), à l'inflammabilité (UNE-EN ISO 11925-2) et aux impacts (ISO 527-1). Pas d'entretien nécessaire.  
Garantie: 15 ans.



### FERRURES EN ACIER ELECTROZINGÉ

Ferrures en acier electrozingué, protégé para des capsules en polypropylène PP.



PORTUGAL  
[www.bragmaia.com](http://www.bragmaia.com)  
[geral@bragmaia.com](mailto:geral@bragmaia.com)

brag PLAY   brag URBAN   brag SPORT   brag SIGN   brag LIGHT

#### TUBE EN ACIER LAQUÉ



Tube (EN 10305-3), laminé à chaud (EN 10027-1 et CR 10260), en acier au carbone S235JR - S275JR selon la norme EN 10025-2. (Tube jusqu'à 2mm d'épaisseur).

Tube profilé circulaire creux (EN 10219-1/2), laminé à chaud (EN 10027-1 et CR 10260), en acier au carbone S235JRH - S275J0H - S355J2H, selon EN 10025-2. (Tube de plus de 2mm d'épaisseur).

Décapage: procédé à jet abrasif pour nettoyer la surface métallique de l'oxydation et des impuretés, assurant un profil de rugosité idéal pour le processus de traitement de surface; selon la norme 8501:1;

Primaire: à base de zinc avec résines époxy de polyester anticorrosif, écologique de catégorie de corrosivité de niveau C5, avec cuisson à 230°C.

Laquage: peinture électrostatique en peinture poudre polyester avec cuisson à 230°C, épaisseur entre 120 et 140 µm, selon la norme UNE EN ISO 2808.

Garantie : 10 ans.

#### HPL



Plaque laminée sous haute pression (HPL) en grand format, antidéflagrante, selon la norme 438, type EDF, dont le processus de production se déroule dans des presses haute pression et à haute température. Les résines acryliques polyuréthane double durcissement offrent une protection extrêmement efficace contre les agents extérieurs (EN ISSO 4892-2), la corrosion atmosphérique et les températures (DMTA-OFl 300.128), Les chocs et la flexion (EN ISSO 178), le feu (EN 13501), ses surfaces possèdent une grande résistance à la lumière et aux rayons UV (EN ISSO 4892-2).

Garantie: 10 ans



#### VINYLE D'IMPRESSION

Lame de vinyle calandré polymère, avec adhésif retirable ou permanent. Convient pour des applications, sur des surfaces planes ou avec des courbes simples. Spécialement conçus pour l'impression numérique à l'aide d'encre écosolvants, de solvants, d'UV et de latex.



#### 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.

## FONCTIONS SPORTIVES



#### 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.



#### DOSSIER

#### MODE D'EXÉCUTION

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

Abdominaux : le praticien monte les barres et se tient les pieds en haut, la tête en bas, met les bras en croix sur la poitrine et fléchit la partie supérieure du corps vers le haut, les épaules doivent atteindre la hauteur de la taille. Retour à la position initiale et répète le mouvement. L'objectif est de terminer la série établie.

Étirements : le praticien se positionne devant le dossier, saisit une barre plus haute ou plus basse (selon sa flexibilité) et tire le corps en arrière en maintenant le dos toujours droit. Utilisé pour la correction posturale, l'allongement du tronc, les membres supérieurs et inférieurs et pour le renforcement des muscles supérieurs. Le but est de travailler les muscles du dos et des jambes.

#### MUSCLES IMPLIQUÉS

Dans la pratique de ce sport, les muscles développés sont : les dorsaux, ce qui amplifie les mouvements, la force et la flexibilité des pratiquants et les abdominaux qui améliore la force et la stabilité physique.



#### 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 BRAGMAIA.

Tous les droits de propriété intellectuelle sur les dessins et modèles présentés sont propriété exclusive de BRAGMAIA, 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 BRAGMAIA peut engager à la responsabilité civile et pénale.



PORTUGAL  
[www.bragmaia.com](http://www.bragmaia.com)  
[geral@bragmaia.com](mailto:geral@bragmaia.com)

brag  
PLAY

brag  
URBAN

brag  
SPORT

brag  
SIGN

brag  
LIGHT

Informação sujeita a alterações sem aviso prévio.

Data de exportação: 28/11/2023