

PLIEGO DE PRESCRIPCIONES TÉCNICAS PARA LA CONTRATACIÓN DE SUMINISTRO Y COLOCACIÓN DE EQUIPAMIENTO EN LAS INSTALACIONES DEPORTIVAS DEL VALLE DE EGÜÉS

LOTE 3: SALA DE MUSCULACIÓN

Se pretende ampliar la zona de peso libre de la sala de musculación de Sarriguren con equipos nuevos de primera adquisición en perfecto estado de funcionamiento, estructura, remates y aspecto externo que presenten líneas y colores similares a las existentes. Los equipos deberán ser de la misma marca que la actual TECHNOGYM o de la misma gama o gamas equivalentes (art 62 L.F 2/2018 de 13 de abril) para continuar con la identidad corporativa de las salas de musculación de las instalaciones deportivas del Valle de Egüés

Todo el material deberá estar catalogado como clase 5 (uso profesional y/o comercial) según lo dispuesto en la norma UNE –EN 957-1:2005 o de la norma UNE-EN ISO 20957-1:2014.

La maquinaria posibilitará un uso extensivo, intensivo y exigente por parte de personas con diferente altura peso corporal y niveles de aptitud física.

Todos los elementos deberán estar fabricados con tratamientos antioxidantes para resistir productos de limpieza, sudor y agua.

3 Uds. HALF RACK (barra libre)-color negro cada unidad deberá contener:

Equipo que permita variedad de entrenamiento con barra libre

Ganchos regulables en altura para poder colocar la barra en la posición ideal de entrenamiento que vaya a realizar el usuario.

Deberá disponer de unos brazos que sobresalgan para la colocación, si el ejercicio lo requiere de la barra.

Debe disponer de una barra de dominadas en la parte superior. Deberá ser una barra multiángulo y revestida de goma.

Dispondrá a ambos lados de soporte para discos.

Deberá disponer de una barra olímpica. con dos cierres para discos.

Dispondrá de un soporte vertical para almacenar barra olímpica en lugar que no interfiera con el ejercicio.

Deberá disponer de accesorios específicos para uso de gomas.

Deberá disponer de accesorios para trabajar con la barra olímpica anclada en un punto fijo en un extremo (usualmente en una base especial o contra una esquina), que permite movimientos en un ángulo diagonal y más seguro para hombros y columna.

Deberá disponer de los elementos necesarios para su anclaje de seguridad a pared.

Las dimensiones serán: 1406x1260x2363 o similares

Peso del equipo: 210 kg o similar

1 Ud. CALF

Máquina para trabajo de gemelos y sóleos

Debe ejecutarse con movimiento que activa tanto gemelos como sóleos sin forzar columna. La plataforma tendrá forma elíptica que asegura la máxima extensión articular e implicación muscular.

Deberá disponer de placa de pies secundaria de pre inicio

Deberá poder realizar una carga máxima de 280 kg

Las dimensiones serán: 1220x1710x1170 o similares

Peso del equipo: 150 kg. o similar

1ud HACK SQUAT

Máquina para trabajo de glúteos, isquiotibiales y cuádriceps. Deberá disponer de tamaño extra de la plataforma de base con reposapiés para ejercicios con una sola pierna y altura especial del equipo.

Deberá disponer de 4 soportes para la carga de discos

Las dimensiones serán: 2683x1844x1789 o similares

Peso del equipo: 400 kg. o similar

1 Ud. DEADLIFT

Máquina para trabajo de cuádriceps, glúteos, gemelos. Sóleos, isquiotibiales y erectores de columna. Con palanca que aporta estabilidad lateral y la completa activación muscular. Los anclajes de las bandas elásticas deberán permitir realizar ejercicios explosivos y adaptar la resistencia a cada usuario. Deberá permitir trabajar la sentadilla búlgara debido a las posiciones diferentes de las empuñaduras.

Las dimensiones serán: 1650x708x1490 o similares

Peso del equipo: 320 kg. o similar

6 Uds. BANCO REGULABLE

Deberá disponer de 7 posiciones de regulación del respaldo (grados: 0,15,30,45,60,75,85) El asiento se deberá regular en tres posiciones (grados:0,15,30) Deberá disponer de dos ruedas integradas y empuñadura para facilitar su desplazamiento.

Deberán estar tapizados en negro.

Las dimensiones serán: 1198x697x1312 o similares

Peso del equipo: 36 kg. o similar

2 Uds. PRESS BANCA HORIZONTAL

Equipo que deberá disponer de dos plataformas para ayudar a los usuarios con menor estatura con un sistema de bloqueo magnético y asistido por muelle. Deberá disponer de ganchos de detención para el entrenamiento sin supervisor.

Las dimensiones serán: 1645x1254x1358 o similares

Peso del equipo: 109 kg. o similar

1 Ud. MULTIPOWER

Equipo con barras verticales contrapesadas con un movimiento vertical fijo.

El sistema de la barra equilibrada garantizará un entrenamiento óptimo con carga de trabajo mínima y el sistema de barra flotante asistida deberá garantizar una ejecución segura de los movimientos.

Deberá disponer de sistema de suelta fácil de la barra y bloqueo en la posición de la trayectoria

Deberá tener fácil accesibilidad y la posibilidad de realizar ajustes. Los topes de seguridad deberán ser regulables y con color llamativo.

Deberá disponer a ambos lados de soporte para discos, mínimo 6.

Las dimensiones serán: 1380x2097x2221 o similares

Peso del equipo: 185 kg. o similar

4 Uds. EQUIPO MULTUESTACIÓN

Equipo que permita realizar entrenamiento funcional para mejorar la resistencia muscular con una biomecánica avanzada, máximo confort y que resulte fácil de usar

Deberá ser un equipo que proporcione varias opciones de entrenamiento total del cuerpo en un solo producto. Equipo que deberá constar de 4 módulos de trabajo, cada un bloque de pesas independiente permitiendo que varios usuarios entrenen al mismo tiempo. El equipo deberá permitir que se pueda acoplar un conector que permita realizar ejercicios con barra de dominadas y con accesorios de entrenamiento en suspensión.

Deberá contar con soportes para accesorios de diferentes herramientas con cuatro soportes en cada una de las esquinas. Los bloques de pesas han de tener un peso mínimo de 50kg a cada lado

Deberá suministrarse con al menos 1 agarre para cada estación

2uds JUEGO DE DISCOS

Cada juego dispondrá de los siguientes discos de uretano o similar con agarre:

4 discos de 20 kg

4 discos de 10 kg

2 discos de 5 kg

2 discos de 2,5 kg

2 discos de 1,25 kg

2uds BASES DE MANCUERNAS

Capacidad: almacena hasta 10 pares de mancuernas

Diseño de dos niveles: cada nivel inclinado para facilitar el acceso y la recogida segura de las mancuernas

Optimización del espacio: huella compacta que mantiene las mancuernas fuera del suelo y el área de entrenamiento organizada

2 Uds. SET DE MANCUERNAS DE 4 A 32 KG

Set de 18 mancuernas de peso de 4 a 32 kg progresivo para colocar en la estructura de almacenaje.

1 par de 4,5,6,7,8,9,10,12,14,16,18,20,22,24,26,28,30,32

3 Uds. SKILLUP 7" O SIMILAR

Ergómetro para tren superior, simulando el gesto del esquí de fondo

Debe permitir el conmutar fácilmente entre:

Modo Cardio: resistencia de aire → entrenamiento aeróbico.

Modo Power: añade resistencia magnética → trabajo de fuerza

Deberá disponer de consola / pantalla: pantalla LCD de alto contraste de 7"o similar, retro iluminada y accionada por la propia energía del usuario (no necesita enchufe).

Batería recargable; sin pilas desechables → menor impacto ambiental