

Los **elementos saludables de BENITO** permiten a las personas mayores y adultas, practicar deporte tanto en los espacios públicos, como privados, permitiendo aumentar el bienestar y la calidad de la vida de las personas, fomentando la salud i las relaciones sociales.

- **Funciones para la salud**, mejora cardiovascular y respiratoria, fortalecimiento de la musculatura, agilidad, flexibilidad y coordinación de movimientos.

- **Funciones sociales**, creación de actividades de ocio, fomentando la integración social, y un mayor uso recreativo de los espacios públicos.



A=4940mm
B=3400mm



14.90m²



0.78m



2

SD



SB



Materiales:

Beneficios: Ejercita la cintura y ayuda a relajar la musculatura de cintura y espalda. Aumenta la agilidad y la flexibilidad de la zona lumbar.

Instrucciones de uso: Agarre las manillas con ambas manos, mantenga el equilibrio y gire sobre su propio cuerpo de un lado a otro. No suelte la manilla hasta el final del ejercicio.

Estructura, Metal: Tubo S235 de acero galvanizado y pintado en el horno. Sus dimensiones son $\varnothing 114\text{mm} \times 2,5\text{mm}$ de espesor. Partes móviles y tubos de conexión: $\varnothing 60\text{mm} / \varnothing 48\text{mm} \times 2\text{mm}$ de espesor. $\varnothing 38\text{mm} / \varnothing 32\text{mm} \times 2\text{mm}$ de espesor. Pintura: 1 mano de lacado en polvo constituido por mezcla de resinas poliéster, endurecedores y pigmentos, exento de plomo y con alta resistencia a la meteorización. Combinación de colores: Negro mate y Gris metalizado RAL9006

Tornillería de acero inoxidable AISI304

Asas: Goma termoplástica

Asientos/Embellecedores: HDPE rotomoldeado con espesor de 6-10mm.

Pedales/Tapones: PP

- Ninguno de los materiales necesita tratamiento especial para su eliminación.
- Si el equipo está sujeto a un uso severo, se debe incrementar el plan de mantenimiento.
- No usar el producto antes de finalizar la instalación/mantenimiento.
- Consultar instrucciones de mantenimiento.

Pieza más grande (mm): 1945x400x1756 / Pieza más pesada (kg): 75

ZONA DE IMPACTO: Superficie de seguridad requerida. Se aconseja el revestimiento del suelo según la norma EN16630:2015

Disponibilidad de repuestos: 10 años

Funciones Ludicas:



Variantes:



Aumento de la potencia cerebral

Promueve la inmunidad

Aumenta la masa muscular y mejora la postura corporal

Previene problemas respiratorios

Reduce el riesgo cardiaco

Reduce el sobrepeso

Mejora la flexibilidad

Previene la osteoporosis y la osteopenia

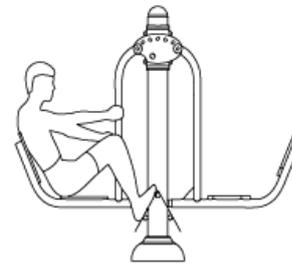


Lleida 10
08500 Vic Barcelona Spain
T +34 938 521 000
info@benito.com
www.benito.com

Extension
JSA002N

+14

EXTENSION | EXTENSION | EXTENSION



CONFORME A LAS EXIGENCIAS DE SEGURIDAD EN16630

Beneficios:

Refuerza y también desarrolla la musculatura de los miembros inferiores, cuádriceps, gemelos y glúteos.

Instrucciones de uso:

Coloquese sobre el asiento y doble ambas piernas. Agarre la barra con las dos manos y empuje las piernas contra los pedales hasta haberlas estirado completamente.

CONFORME AUX EXIGENCES DE SECURITE EN16630

Avantages:

Renforce et développe les muscles des membres supérieurs, les dorsaux, les deltoïdes et les biceps.

Instructions d'utilisation:

Placez-vous sur le siège et pliez jambes. Tenez la barre à deux mains et poussez avec les jambes sur les pédales jusqu'à les étier totalement.

ACCORDING TO SAFETY REQUIREMENTS EN16630

Benefits:

It strengthens and develops the muscles of the lower limbs, quadriceps, calves and glutes.

Use instructions:

Sit on the base plate, bend both legs, put both hands on knees and pedal with full strength to the utmost position. Repeat.

LOW level	MEDIUM level	HIGH level
3 SERIES 3 SERIES 3 SERIES 5 rep.	3 SERIES 3 SERIES 3 SERIES 10 rep.	3 SERIES 3 SERIES 3 SERIES 15 rep.
1 MINUTO DE PAUSA 1 MINUTE DE PAUSE 1 MINUTE PAUSE		

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15