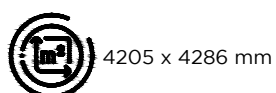
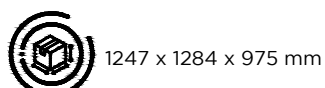
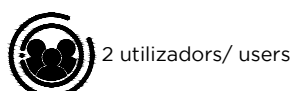


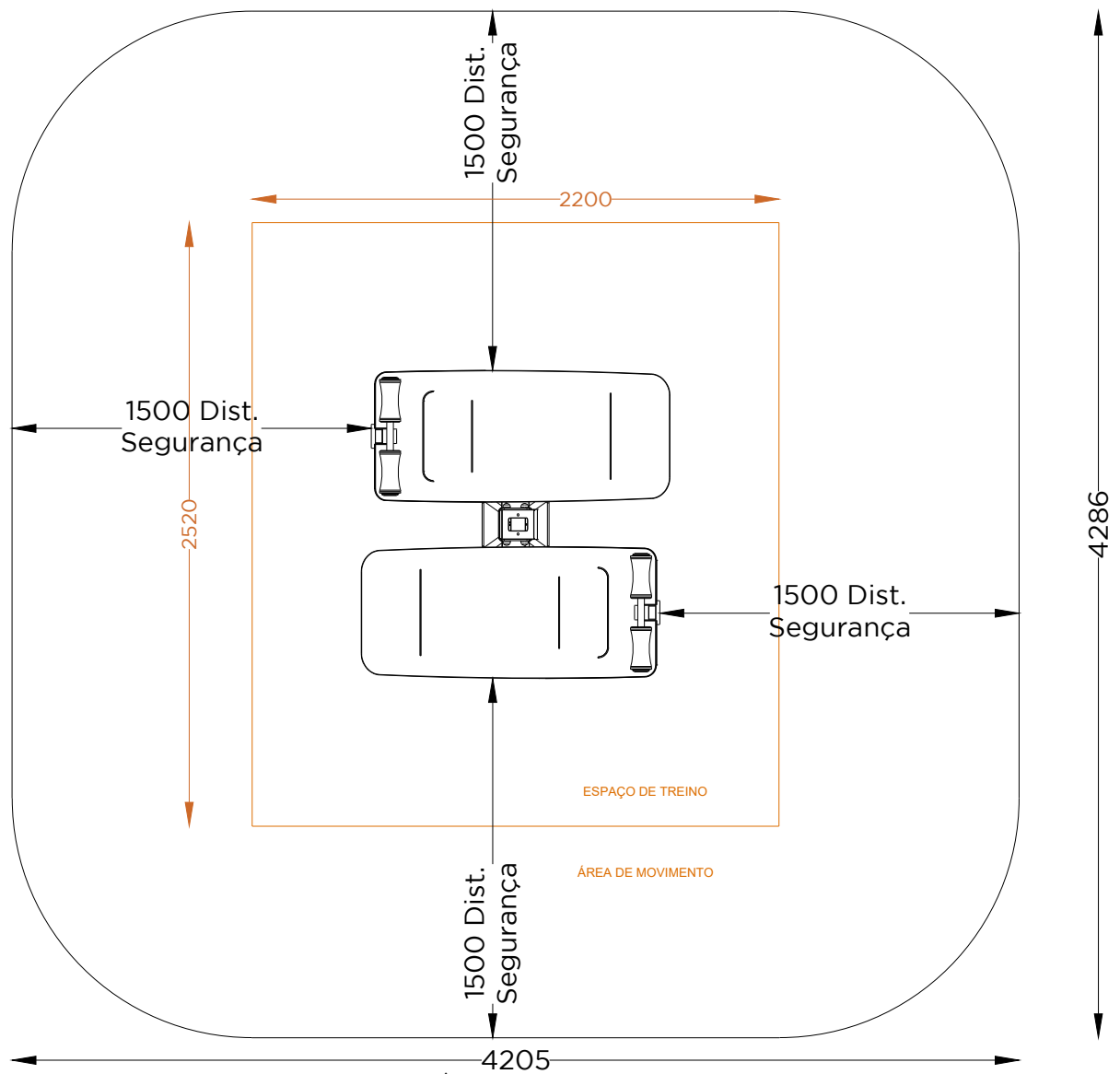
ABDOMINAIS DUPLO DOUBLE ABDOMINALS

REF.
FIT 14D

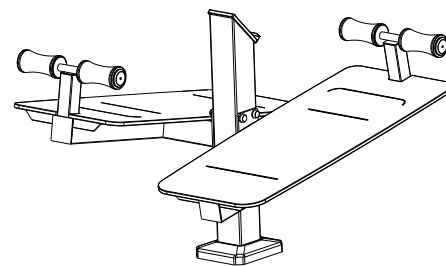
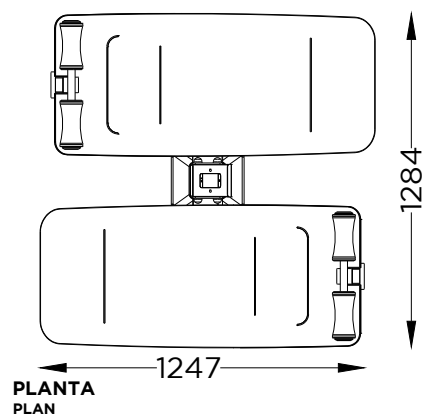


* A área de segurança, deverá ter uma superfície de amortecimento de impacto correspondente à altura máxima de queda livre do mesmo, conforme a norma EN 1176:1-2017 ou EN 16630:2015.

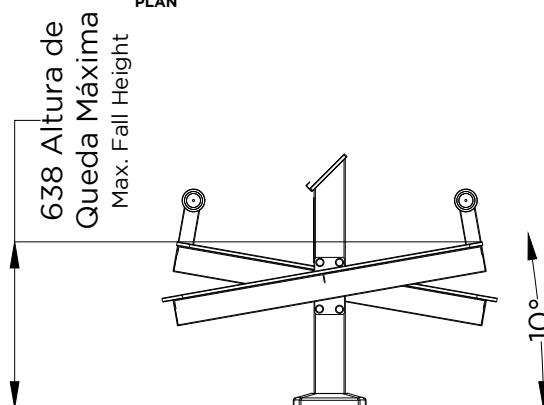
* The safety area shall have an impact damping ground surface corresponding to its maximum free fall height in accordance with EN 1176: 1-2017 or EN 16630: 2015



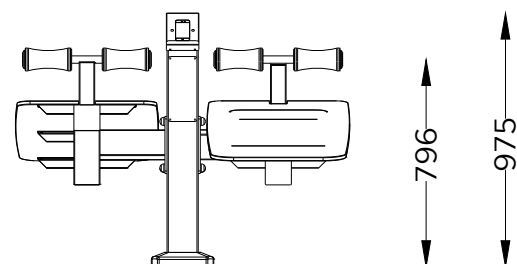
PLANTA - ESPAÇO DE SEGURANÇA NECESSÁRIO
PLAN - SAFETY SPACE REQUIRED



VISTA ISOMÉTRICA
ISOMETRIC VIEW



ALÇADO LATERAL
SIDE VIEW



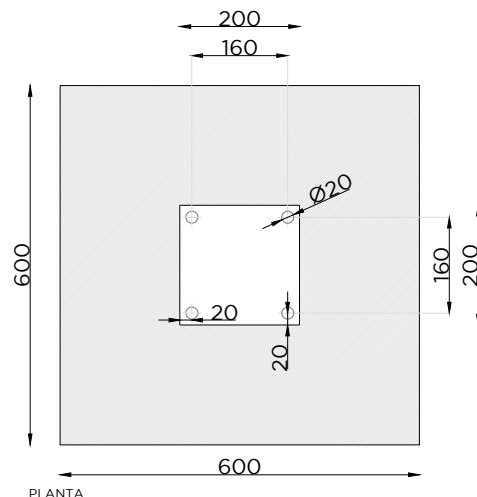
ALÇADO FRONTAL
FRONT VIEW

PT: Componentes do negativo:

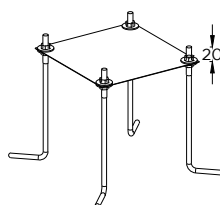
- * 4 pernos em varão de 12mm, zincado.
- * 2 porcas M12 (por cada varão)
- * 2 anilhas M12 de aba larga (por cada varão)
- * 1 chapa 3mm (para nivelar)

PT: Processo de Fixação:

- Posicionar o equipamento e abrir no solo os buracos, conforme planta pretendida, com cerca de 600x600mm e 600mm de profundidade.
- Introduzir os maciços nos buracos correspondentes e nivelar;
- Acoplar e fixar o equipamento ao negativo metálico já incorporado no maciço.
- Encher parcialmente os buracos com betão para garantir a rigidez da fixação.



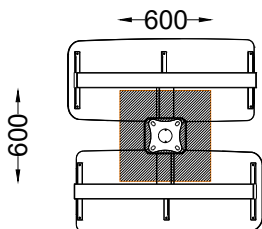
PLANTA



ALÇADO

EN: Negative components:

- * 4 x 12mm stud bolts, zinc plated.
- * 2 M12 nuts (per piece)
- * 2 wide flap M12 washers (per piece)
- * 1 sheet 3mm (for leveling)



EN: Fixing Process:

- Position the equipment and open the holes in the ground, according to plan, with 600x600mm and 600mm deep.
- Insert the concrete bases in the corresponding holes and level;
- Attach and fix the equipment to the metal negative already incorporated in the bases.
- Partially fill the holes with concrete to ensure the rigidity of the fixing.



DIM: 600 x 600 x 600 mm

PLANTA . ESQUEMA DE FIXAÇÃO
PLAN . INSTALLATION PLAN

CARACTERÍSTICAS E MATERIAIS:

- * Material e acabamento: Tubo quadrado 120 x 3 galvanizado ou metalizado e lacado. Tubo quadrado 45 x 3 metalizado e lacado. Polietileno de alta densidade (HDPE) com 15mm. Apoio de ombros em borracha. Placa informativa em alumínio gravada a Laser.
- * Cor: Cinza Forja / Cinza Claro
- * Fixação: Negativo ou Bucha Química
- * Obs.: Inclui placa informativa com a descrição do exercício a praticar.

CHARACTERISTICS AND MATERIALS:

- * Material and finish: Square tube 120 x 3 galvanized or metallized and lacquered. Square tube 45 x 3 metallized and lacquered. High density polyethylene (HDPE) with 15mm. Rubber shoulder support. Laser-engraved aluminum information board.
- * Color: Forge Gray / Light Gray
- * Fixation: Negative or Chemical Bushing
- * Note: Includes information board with the description of the exercise to be practiced.



* Estruturas Alumínio: tubos de de secção quadrada 95 x 95 mm termolacado. Perfis de alumínio imitação madeira (dimensão variável). Chapa (dimensão variável);

* Estruturas Aço: Chapa de aço, Inox e aço corten (dimensão variável). Tubos de perfil quadrado, rectangular e circular. Acabamentos: metalizado e lacado ou galvanizado. Tubos inox 304 e 316;

* Estruturas Madeira: Pinho laminado e tratado em autoclave nível 4 (95x95mm e outros...), madeira de deck com tratamento autoclave; Ripas de Madeira tropical com tratamento deck.oil;

* Estruturas em Compósito: Ripas em compósito reciclado imitação madeira (110x35mm). Laminado de alta pressão (HPL) com 5, 10 e 12.5 mm;

* Componentes de união e fixação: Plástico injetado, alumínio lacado e aço zincado e Inox;

* Cordas: Nylon 16 mm reforçada em aço no interior;

* Escorregas e Acessórios: Plástico rotomoldado ou chapa inox. Plástico Injetado ou aborrachado;

* Placas Plástico: Polietileno de alta densidade (HDPE) com 15 e 19mm espessura;

* Baldes interiores: plástico, chapa galvanizada ou inox;

* Tipos de fixação: Bucha metálica, bucha química, chumbadouro ou enterramento.



* Estructuras de aluminio: Tubos cuadrados termolacados de 95 x 95 mm Perfilera de aluminio imitación madera (medida variable). Placa (dimensión variable);

* Estructuras Metálicas: Chapa de acero, acero inoxidable y acero corten (dimensión variable). Tubos de perfil cuadrado, rectangular y circular. Acabados: metalizados y lacados o galvanizados. Tubos de acero inoxidable 304 y 316;

* Estructuras de Madera: Pino laminado y tratado en autoclave nivel 4 (95x95mm y otros...), deck de madera con tratamiento autoclave; Lamas de madera tropical con deck.tratamiento al aceite;

* Estructuras en Composite: Lamas en composite reciclado imitación madera (110x35mm). Laminado de Alta Presión (HPL) con 5, 10 y 12,5 mm;

* Elementos de unión y fijación: Plástico inyectado, aluminio lacado y acero zincado e inoxidable;

* Cuerdas: nylon reforzado con acero de 16 mm en el interior;

* Correderas y Accesorios: Plástico rotomoldeado o chapa de acero inoxidable. Plástico inyectado o cauchutado;

* Placas de plástico: Polietileno de alta densidad (HDPE) de 15 y 19 mm de espesor;

* Baldes interiores: plástico, galvanizado o acero inoxidable;

* Tipos de fijación: Casquillo metálico, casquillo químico, perno de anclaje o enterrada.



* Structures Aluminum: 95 x 95 mm square section tubes thermo-lacquered. Aluminum profiles imitation wood (variable size). Plate (variable dimension);

* Steel Structures: Steel sheets, stainless steel and corten steel (variable size). Square, rectangular and circular pipe's profiles (variable size). Finishing: metallized and powder coated or galvanized. 304 and 316 stainless steel tubes;

* Structures Wood: Level 4 autoclave laminated pine (95x95mm and others ...), deck wood with autoclave treatment; Tropical Wood Slat with deck.oil treatment;

* Composite Structures: Recycled composite imitation wood slats (110x35mm). High pressure laminate (HPL) with 5, 10 and 12.5 mm;

* Joining and fixing components: Injected plastic, Powder coated aluminum, galvanized and stainless steel;

* Strings: 16mm nylon reinforced steel inside;

* Slides and Accessories: Rotomolded plastic or stainless steel plate. Injected or rubberized plastic;

* Plastic plates: High density polyethylene (HDPE) with 15 and 19mm thickness;

* Interior buckets: plastic, galvanized plate or stainless steel;

* Types of fixation: Screwbolt metallic anchor, chemical fixing, anchor bolt or burial.



* Structures Aluminium: tubes thermolaqués de section carrée de 95 x 95 mm. Profils en aluminium imitation bois (taille variable). Plaque (dimension variable);

* Structures en fer: tôles de fer, acier inoxydable et acier corten (taille variable). Poteaux en fer: profils carrés, rectangulaires et circulaires (taille variable). Finition: métallisé et laqué ou galvanisé. Tubes en acier inoxydable 304 (taille variable);

* Structures Bois: Pin stratifié autoclave niveau 4 (95x95mm et autres ...), bois de terrasse avec traitement autoclave; Lattes de bois tropical avec traitement à l'huile de pont;

* Structures composites: lattes en bois composite recyclé (110x35mm). Stratifié haute pression (HPL) avec 5, 10 et 12,5 mm;

* Composants d'assemblage et de fixation: plastique injecté, aluminium laqué et fer galvanisé et acier inoxydable;

* Cordes: 16 mm en acier renforcé de nylon à l'intérieur;

* Coulisses et accessoires: plaque en plastique rotomoulé ou en acier inoxydable. Plastique injecté ou caoutchouté;

* Plaques en plastique: polyéthylène haute pression de 15 et 19 mm d'épaisseur;

* Seaux intérieurs: plastique, plaque galvanisée ou acier inoxydable;

* Types de fixation: Par des chevilles de fixation, fixations chimiques, négatives/ boulon d'ancrage ou enfouissement.