



PROSPERIDAD
PARA TODOS

INFRAESTRUCTURA PARA LA PROMOCION DE LA ACTIVIDAD FISICA PARQUES BIOSALUDABLES



PROSPERIDAD
PARA TODOS

LINEAMIENTOS PARA EL DISEÑO DE PARQUES

Para la actividad física, deportiva y recreativa



coldeportes

PROSPERIDAD
PARA TODOS

CONTENIDO

- Definición de parque
- Escalas y tipos de parque
- Lineamientos para el diseño de parques
- Juegos Bio-Saludables



coldeportes

PROSPERIDAD
PARA TODOS



Los parques son un terreno destinado en el interior de una población a prados, jardines y arbolado para recreo y ornato¹. Históricamente han sido parte importante de las ciudades, como puntos de encuentro y sitios ideales para el ocio, la recreación la actividad física y el deporte. En ellos se construye la memoria de la ciudad.

¹ Diccionario de la lengua española. URL: <http://lema.rae.es/drae/?val=parque>

DEFINICIÓN



PROSPERIDAD PARA TODOS

PARQUE CENTRAL DE POBLENOU

BARCELONA ESPAÑA



Fuente: fotos 2005 Francisco Gazia

MODELOS DE PARQUES



PROSPERIDAD
PARA TODOS

PARQUE DIAGONAL MAR



Fuente: fotos 2005 Francisco Gazia

MODELOS DE PARQUES



PROSPERIDAD
PARA TODOS



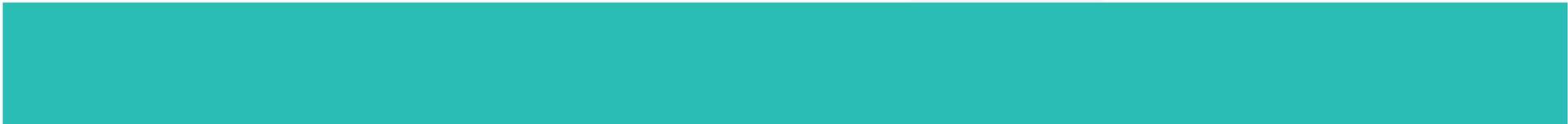
Fuente: <https://www.google.com>

MODELOS DE PARQUES



PROSPERIDAD
PARA TODOS

ESCALAS Y TIPOS DE PARQUES

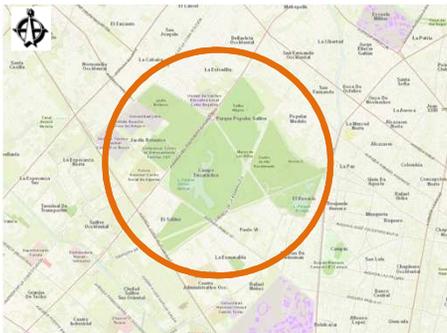




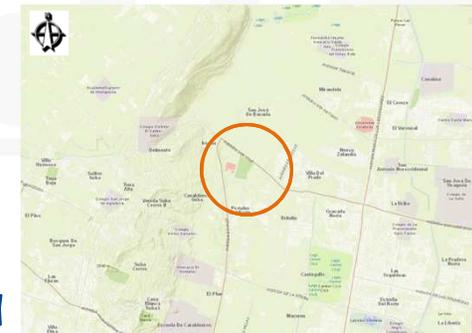
PROSPERIDAD
PARA TODOS

Con los parques se busca ofrecer a la comunidad una respuesta a sus necesidades físicas y recreativas de una forma incluyente (todos los grupos poblacionales y género)

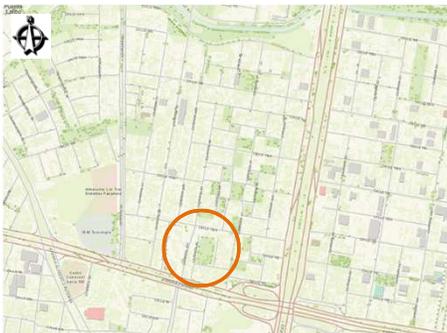
Estos se pueden diferenciar de acuerdo con la infraestructura que se ofrece en cuatro (4) escalas:



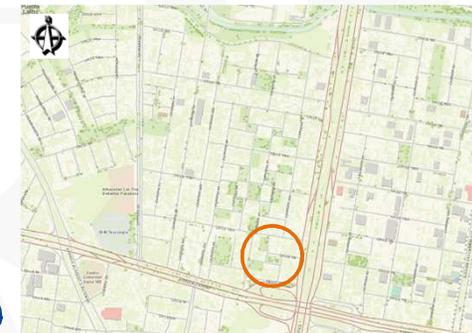
**Parque
metropolitano**



Parque zonal



Parque vecinal

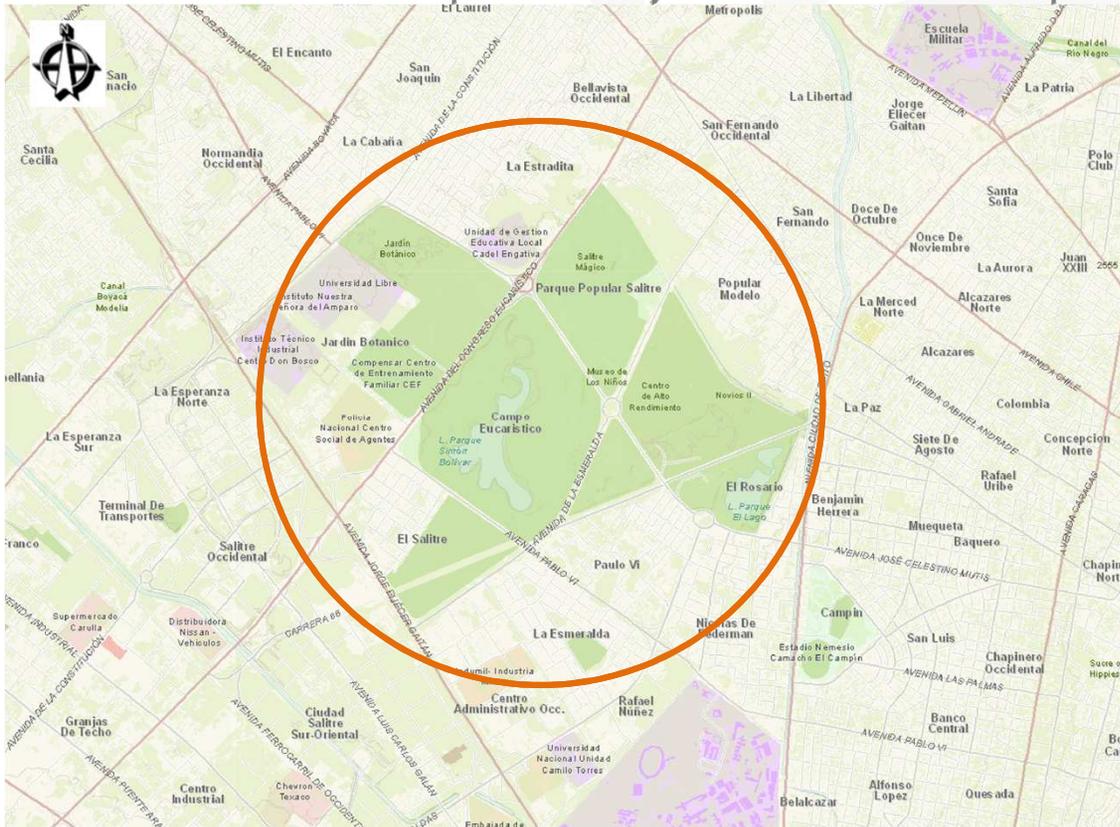


Parque de bolsillo

ESCALAS Y TIPO DE PARQUES



- **METROPOLITANO:** aquellos que cubren las necesidades de forma global (nivel de ciudad) para la práctica de actividad física, de alto rendimiento, actividades lúdicas ,espectáculos artísticos o actividades recreativas. Se requiere de gran disponibilidad de tierras y se encuentran en su gran mayoría en ciudades principales o sobre los 800.000 habitantes, pueden albergar escenarios de alta competencia.



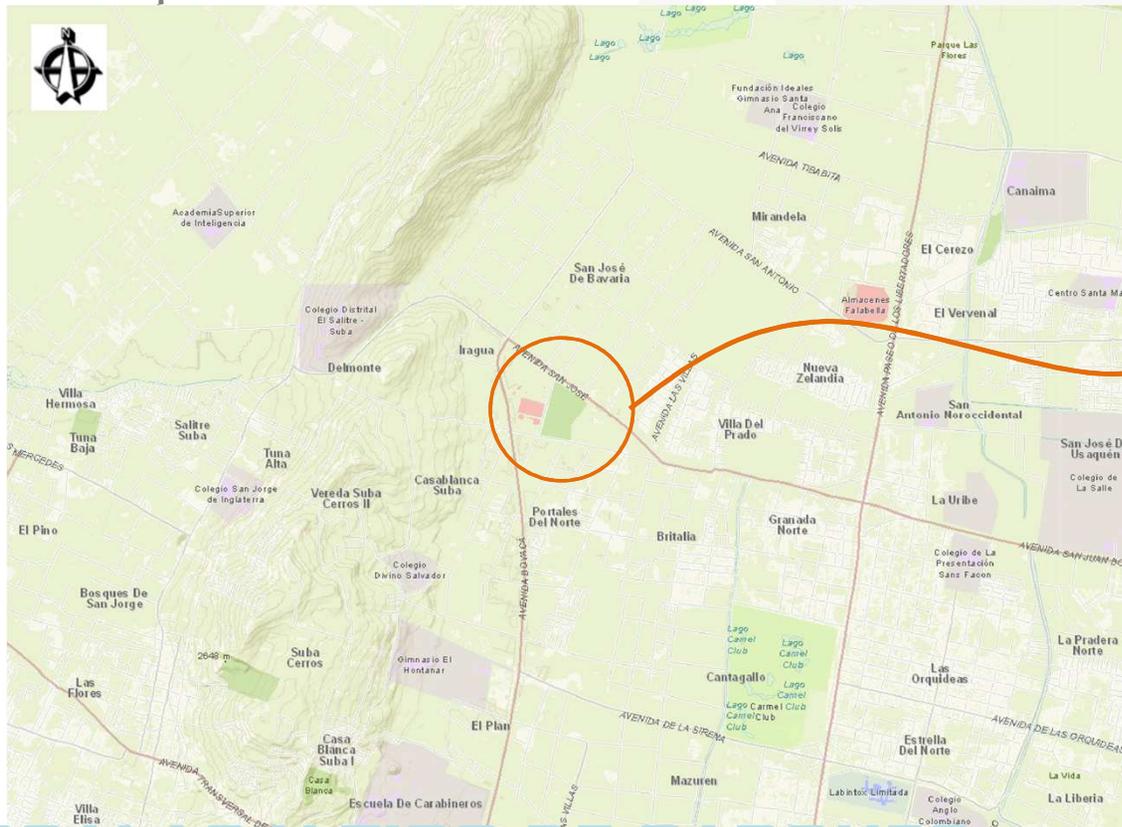
Fuente: <https://www.google.com>

ESCALAS Y TIPO DE PARQUES



PROSPERIDAD
PARA TODOS

- **ZONAL:** aquellos que cubren las necesidades de un sector de la ciudad que puede albergar actividades física, recreativa y lúdica y igualmente equipamiento especializado y podrían estar encaminados a la práctica de la actividad física cualificada en el nivel formativo, asociativo y de competencia. Podría tener escenarios recreativos o de alto rendimientos como coliseos cubiertos.

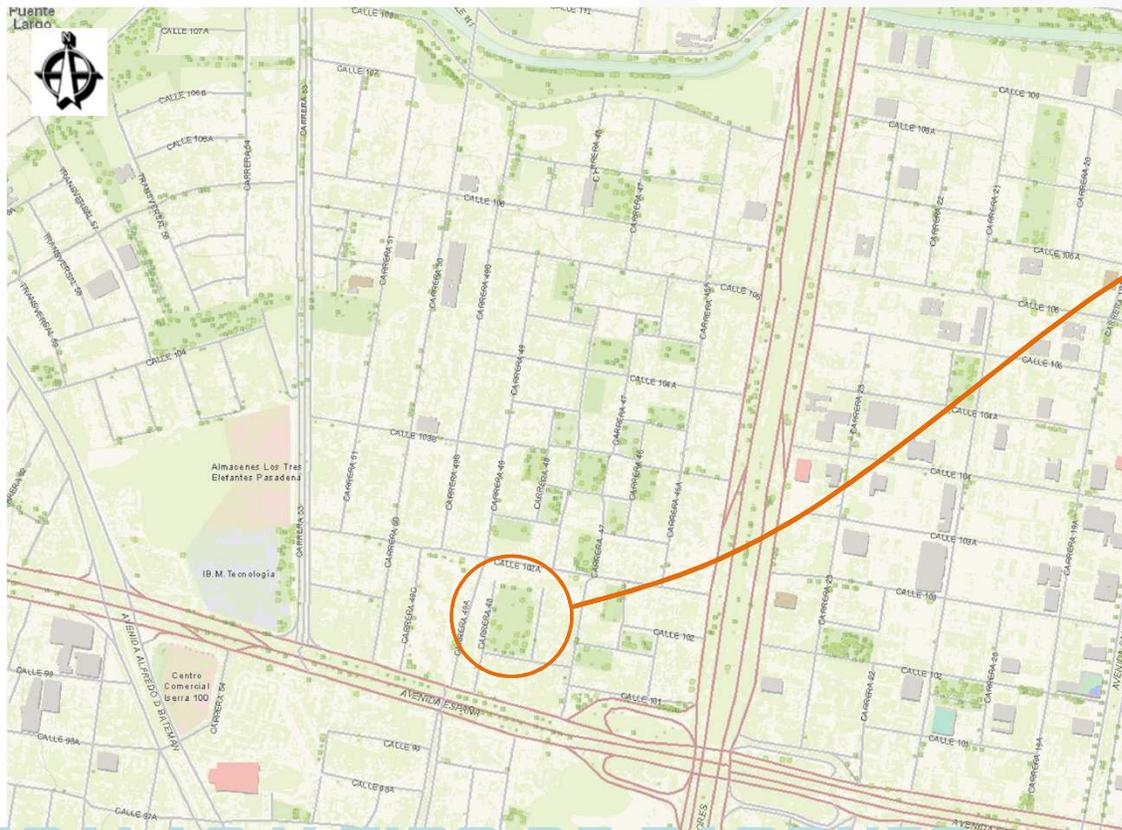


ESCALAS Y TIPO DE PARQUES



PROSPERIDAD
PARA TODOS

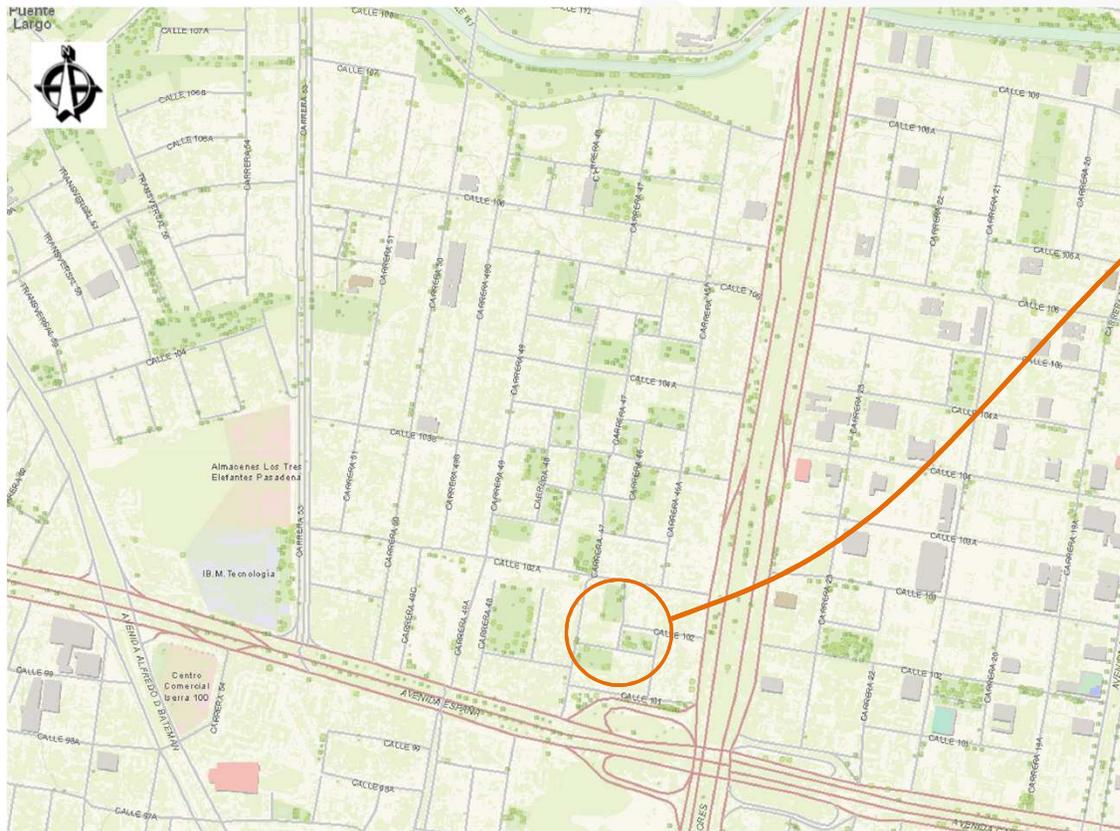
- **VEGINAL:** áreas libres destinadas a la actividad física ,recreación, la reunión y la integración de la comunidad que cubren las necesidades a nivel de barrio y están encaminadas a la práctica recreativa, comunitaria y lúdica.



ESCALAS Y TIPO DE PARQUES



- **BOLSILLO:** aquellos parques que por su área solamente pueden incluir equipamientos y amueblamientos de pequeña escala, dentro de su estructura espacios para la recreación el esparcimiento y la actividad física con juegos para niños y juegos bio-saludables.



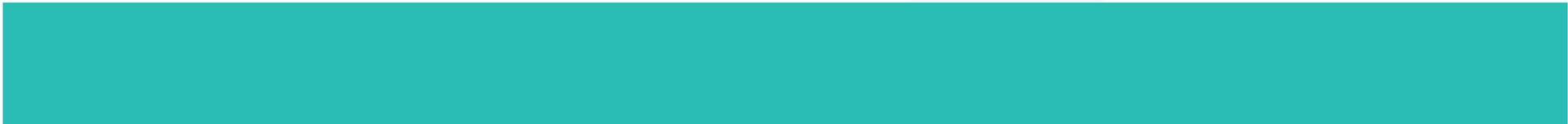
ESCALAS Y TIPO DE PARQUES



**PROSPERIDAD
PARA TODOS**

LINEAMIENTOS PARA EL DISEÑO DE PARQUES

ESPACIOS CONSTITUTIVOS DEL PARQUE





PROSPERIDAD
PARA TODOS

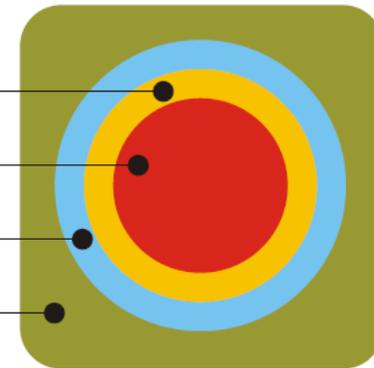
Espacios constitutivos: son las condiciones básicas para el funcionamiento de las dotaciones que involucra a los usuarios y que debe hacer parte del diseño arquitectónico.

Zona de Transición

Zona de Actividad

Zona de Control

Zona de Permanencia



Fuente: Cartilla de Lineamientos para el Diseño de Parques. IDRD. Subconstrucciones. Área Técnica. 2010



PROSPERIDAD
PARA TODOS

Área de actividad: es el espacio que ocupa el desarrollo directo de determinado evento.

Juego: espacio que ocupa la dotación y las personas que se encuentren en él.

Deporte: espacio o superficie que cumple con las especificaciones técnicas o que están delimitadas exclusivamente para el desarrollo de la actividad deportiva.

Plazoleta: espacio en que si mismo ya esta delimitado para una actividad específica.

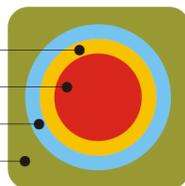
Escenario: espacio donde se llevan a cabo las presentaciones.

Zona de Transición

Zona de Actividad

Zona de Control

Zona de Permanencia



Fuente: Cartilla de Lineamientos para el Diseño de Parques. IDR. Subconstrucciones. Área Técnica. 2010

LINEAMIENTOS PARA EL DISEÑO DE PARQUES



PROSPERIDAD
PARA TODOS

Área de transición: es el espacio contiguo a la actividad donde circulan personas relacionadas con el evento.

Juego: espacio que ocupan las personas que mantienen relación directa con la dotación pero no necesariamente lo están utilizando, es un lugar para esperar turno de juego.

Deporte: espacio que hay entre el destinado para la práctica deportiva y los espectadores.

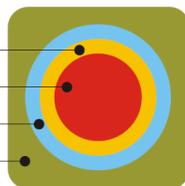
Plazoleta: espacio que hay entre el escenario y los espectadores.

Zona de Transición

Zona de Actividad

Zona de Control

Zona de Permanencia



Fuente: Cartilla de Lineamientos para el Diseño de Parques. IDRD. Subconstrucciones. Área Técnica. 2010



PROSPERIDAD
PARA TODOS

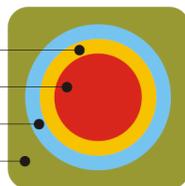
Área de control: es el espacio donde se ubican las personas que tienen relación indirecta con el evento.

Juego: espacio que ocupan los padres de familia, tutores y otras personas que necesitan tener control visual sobre quienes están utilizando la dotación.

Deporte: espacio que ocupan las personas relacionadas con la práctica deportiva, deportistas, jueces, técnicos, comentaristas, etc.

Plazoleta: espacio que hay entre el escenario y los espectadores.

Zona de Transición
Zona de Actividad
Zona de Control
Zona de Permanencia



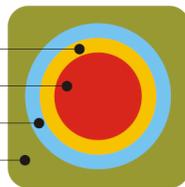
Fuente: Cartilla de Lineamientos para el Diseño de Parques. IDR. Subconstrucciones. Área Técnica. 2010



PROSPERIDAD
PARA TODOS

Área de permanencia: son los espacios para el ocio, equipamiento, dotaciones, plazoletas de observación, plazoletas de comidas, espacios con función múltiple.

- Zona de Transición
- Zona de Actividad
- Zona de Control
- Zona de Permanencia

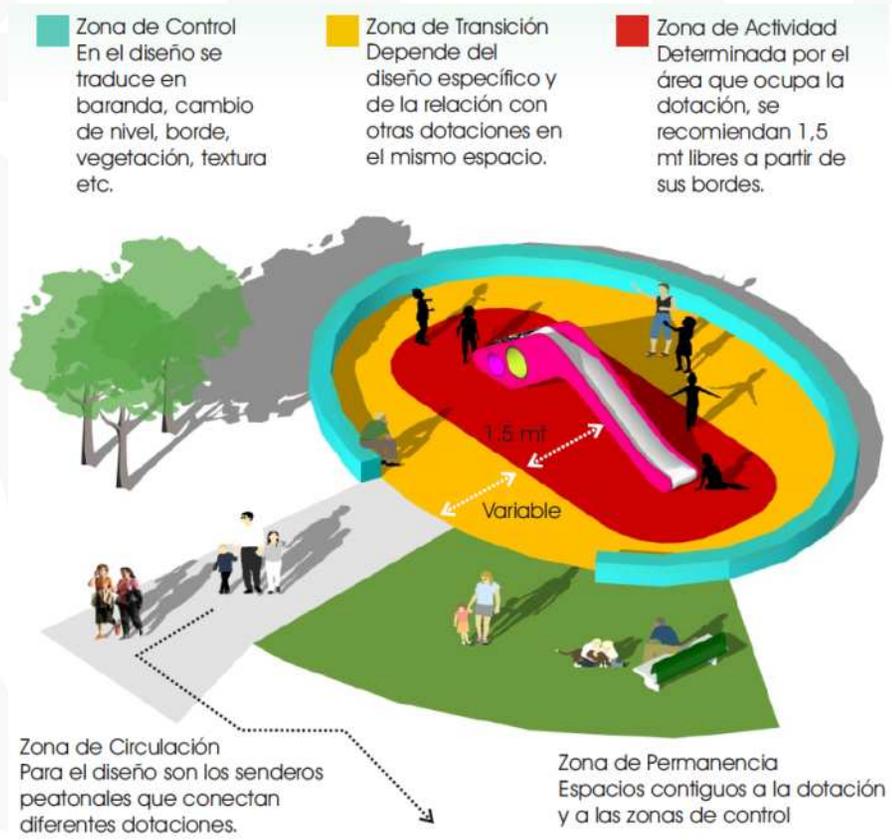
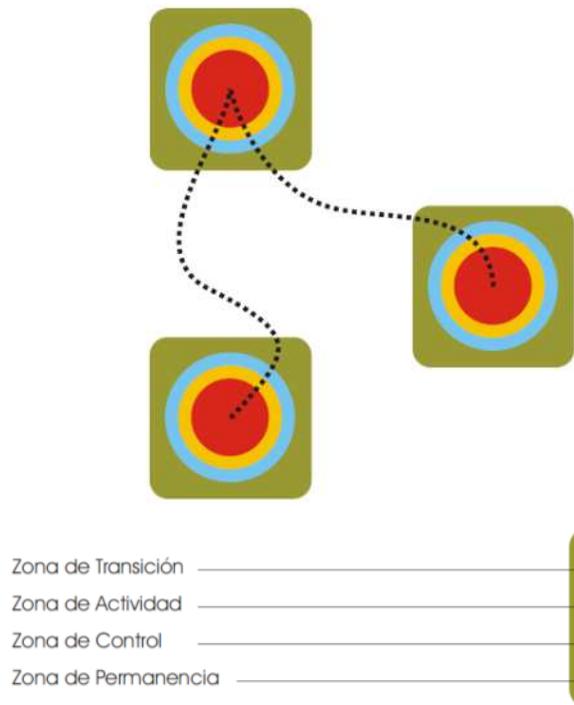


Fuente: Cartilla de Lineamientos para el Diseño de Parques. IDRD. Subconstrucciones. Área Técnica. 2010



PROSPERIDAD
PARA TODOS

Área de circulación: es la conexión física entre las zonas de actividad que se traducen en senderos peatonales, caminos, ciclo-rutas recreativas, andenes, etc.



Fuente: Cartilla de Lineamientos para el Diseño de Parques. IDRD. Subconstrucciones. Área Técnica. 2010



PROSPERIDAD
PARA TODOS

COMPONENTES DEL PARQUE

LINEAMIENTOS PARA EL DISEÑO DE PARQUES



PROSPERIDAD PARA TODOS

Componente deportivo

Consideraciones de diseño: Agrupar los equipamientos deportivos al interior del parque para consolidar un área exclusiva de recreación activa.

Para la selección del equipamiento deportivo se debe tener en cuenta lo siguiente:

- Dotaciones deportivas cercanas o en el área de influencia
- Intereses de la comunidad en cuanto a prácticas deportivas

Superficies	<p>Acorde a la práctica deportiva. Si es un equipamiento reglamentado debe cumplir con las especificaciones técnicas de superficie (sintética, grama, madera)</p>	
Circulación	<p>No se restringe necesariamente con barrera física. Se limita en el momento de ejercer la práctica deportiva para no interrumpir a los participantes de la actividad. Debe mantenerse el espacio pertinente para la circulación perimetral. En los componentes deportivos, deben ser utilizados materiales permeables o semipermeables pero que no impidan la circulación peatonal.</p>	
Mobiliario	<p>Perimetral al equipamiento. Debe conformar espacios de permanencia para jugadores y espectadores. Debe garantizar el dominio visual. Conformar lugares de permanencia.</p>	
Localización	<p>Las canchas deben orientarse en sentido Norte-Sur para mitigar el impacto del sol en espacios abiertos. Ubicar los equipamientos en áreas abiertas debido a la posible afluencia de público.</p>	

Fuente: Cartilla de Lineamientos para el Diseño de Parques. IDRD. Subconstrucciones. Área Técnica. 2010



PROSPERIDAD PARA TODOS

Componente plazoleta

Consideraciones de diseño:

La plazoleta puede plantearse como remate y/o cruce de circulaciones. Dada su flexibilidad esta puede asumir diferentes funciones

- Acceso al parque o las diferentes dotaciones
- Lugar de permanencia
- Elemento para la recreación pasiva (miradores o estaciones de descanso)
- Elemento de transición entre dos equipamientos
- Espacio para organizar servicios auxiliares

Superficies	Semidura o Dura. Delimitar claramente el área de plazoleta por medio del cambio de textura, color del piso o cambio de niveles.
Circulación	No se restringe necesariamente con barrera física. Se limita en el momento de utilizar la plazoleta como escenario para algún evento especial. Debe mantenerse el espacio pertinente para la circulación perimetral.
Mobiliario	Perimetral a la plazoleta. Garantizar control visual de la plazoleta. En el caso de usar la plazoleta como escenario el manejo de niveles o del terreno puede conformar graderías hacia la plazoleta.
Localización	La plazoleta es un elemento articulador de otras dotaciones. Cuando tiene función de escenario debe ubicarse de tal manera que no interfiera con otras actividades. Las barreras naturales pueden definir áreas y funciones.



Fuente: Cartilla de Lineamientos para el Diseño de Parques. IDRD. Subconstrucciones. Área Técnica. 2010



PROSPERIDAD
PARA TODOS

Componente multifunción

Consideraciones de diseño:

Es un espacio para actividades no programadas que se pueden desarrollar en espacios que no necesitan amoblamiento específico o superficie dura.

Se recomienda en parques de cualquier escala, vecinales mayores a 5.000 m², zonales y metropolitanos.

Superficies	Blanda. No es necesario delimitar el espacio a través de cambios en la superficie. Se limita con la presencia de otros componentes espaciales.	
Circulación	Es un espacio de libre circulación. Se pueden plantear senderos de acuerdo al diseño pero en lo posible manteniendo la continuidad en el manejo de niveles.	
Mobiliario	El mobiliario se relaciona básicamente con actividades contiguas al multifunción. En lo posible hay que mantener el espacio libre de obstáculos.	
Localización	El multifunción sirve como articulador de otras áreas de actividad. Se puede ubicar en el centro del parque o en los extremos pero manteniendo su contacto con áreas de actividad.	

Fuente: Cartilla de Lineamientos para el Diseño de Parques. IDR. Subconstrucciones. Área Técnica. 2010



PROSPERIDAD
PARA TODOS

Componente ecológico

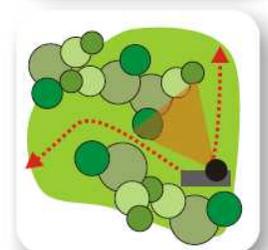
Consideraciones de diseño:

Es un espacio para la contemplación paisajística y para vincular elementos de la estructura ecológica a la oferta recreativa.

Se recomienda articular en el diseño elementos naturales preexistentes en el parque como bosques, cuerpos de agua, senderos ecológicos con el fin de vincularlos con la oferta de recreación pasiva.

Este tiene la función de equilibrar las condiciones ambientales del lugar y del entorno.

Superficies	Considerando la función ambiental del componente la superficie debe ser Blanda.
Circulación	Las circulaciones deben plantearse de modo que no afecten de manera negativa al componente natural, el objetivo es permitir el acercamiento preservando los procesos naturales.
Mobiliario	El mobiliario debe garantizar condiciones de limpieza y en el caso de pertenecer a la EEP deben incluirse los muebles propuestos por el SDA para áreas protegidas. Se debe consultar al IDRD o a la SDA la cartilla de mobiliario urbano para áreas protegidas.
Localización	El componente puede localizarse en parques de cualquier escala, no tiene restricciones porque su presencia contribuye al mejoramiento de las condiciones ambientales de su entorno.



Fuente: Cartilla de Lineamientos para el Diseño de Parques. IDRD. Subconstrucciones. Área Técnica. 2010



PROSPERIDAD
PARA TODOS

ACCESOS Y CIRCULACIONES

LINEAMIENTOS PARA EL DISEÑO DE PARQUES

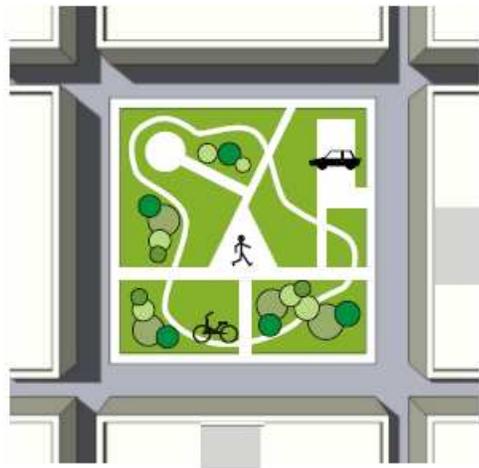
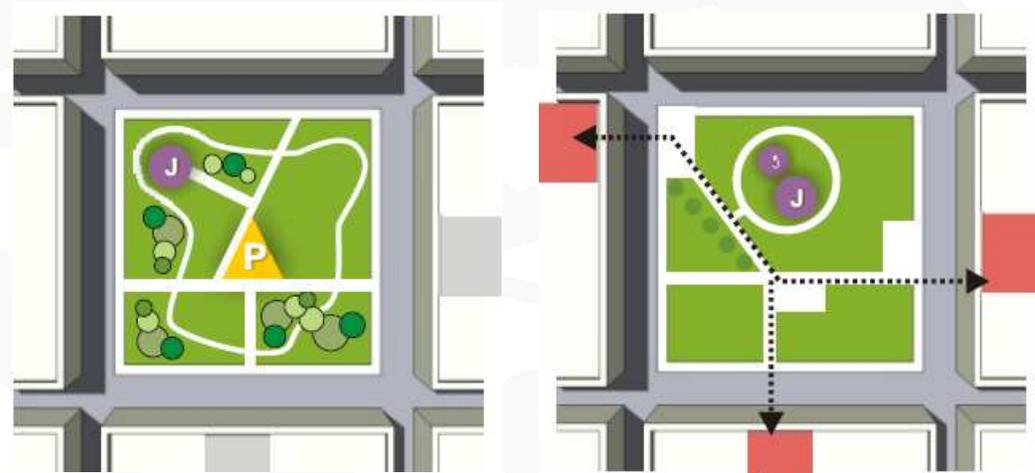


PROSPERIDAD
PARA TODOS

Accesos y circulaciones

Consideraciones de diseño:

- Definir el sistema de circulaciones: de acuerdo al contexto urbano
- Conectar puntos de referencia: de acuerdo con los accesos
- Jerarquizar circulaciones: de acuerdo a la escala del parque



Peatones:

Vías, senderos, caminos.



Bicicletas:

Ciclo rutas perimetrales,
circuitos recreativos internos.



Vehículos:

Accesos vehiculares,
Parqueaderos, circuitos
internos.

Fuente: Cartilla de Lineamientos para el Diseño de Parques. IDRD. Subconstrucciones. Área Técnica. 2010

LINEAMIENTOS PARA EL DISEÑO DE PARQUES



PROSPERIDAD
PARA TODOS

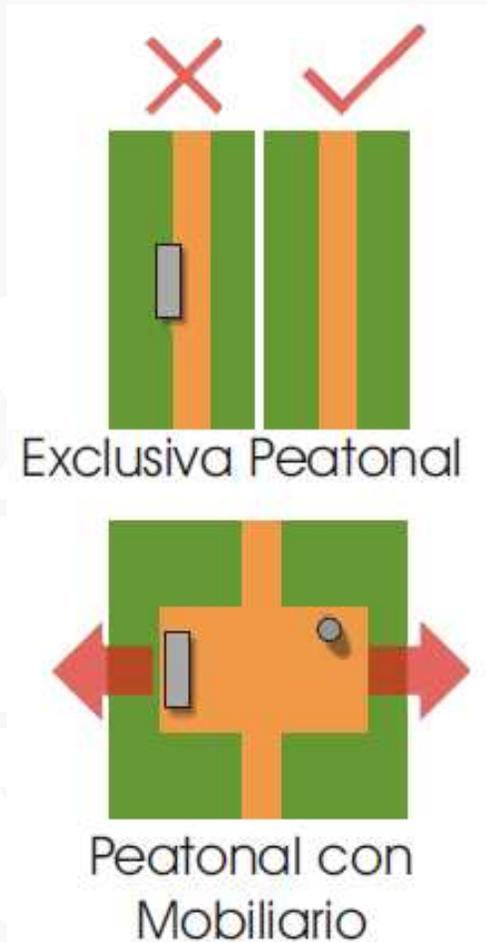
Accesos y circulaciones

Consideraciones de diseño:

Se recomienda anchos mínimos de 2,20 m cuando se utilicen exclusivamente para circulación.

No apto en lugares de permanencia

Se recomienda mantener los anchos mínimos libres de mobiliario. Este se puede instalar ampliando las circulaciones o en zonas de mayor dimensión.



Fuente: Cartilla de Lineamientos para el Diseño de Parques. IDRD. Subconstrucciones. Área Técnica. 2010



PROSPERIDAD
PARA TODOS

Accesos y circulaciones

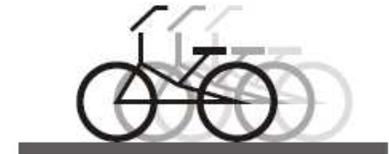
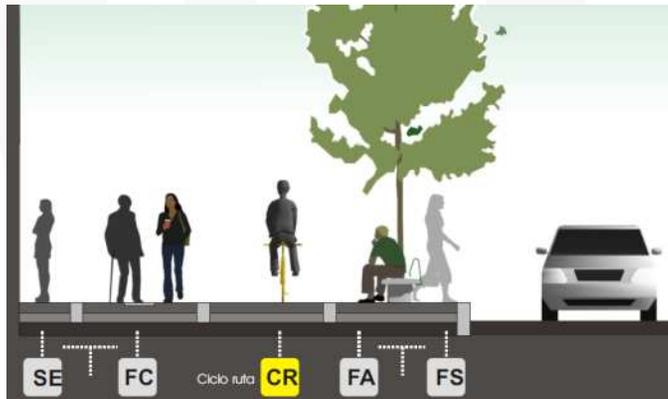
Consideraciones de diseño:

La franja de ciclo-ruta esta destinada al desplazamiento de personas en bicicleta.

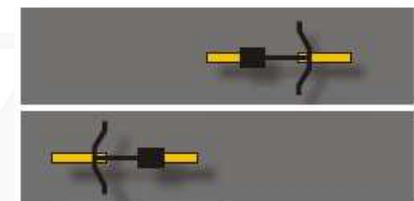
En ningún caso el ancho de andén puede ser inferior al ancho de la ciclo-ruta.

Ancho mínimo unidireccional: 2,20m

Ancho mínimo bidireccional: 2,80m



Unidireccional



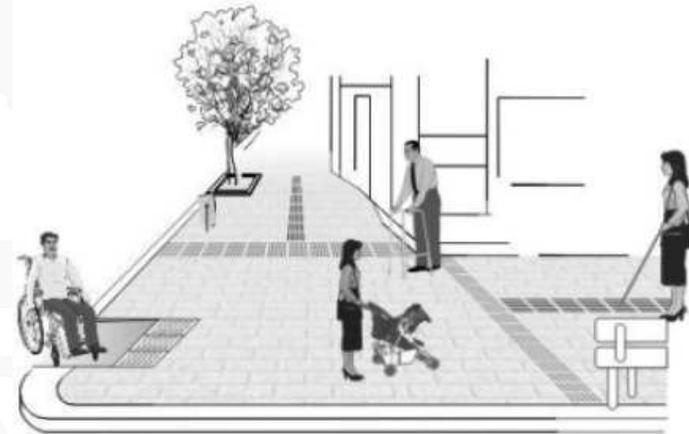
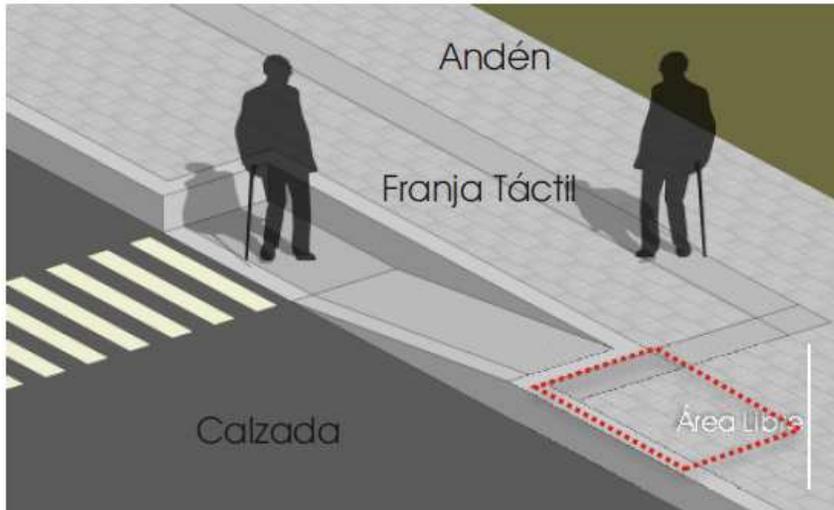
Bidireccional

Fuente: Cartilla de Lineamientos para el Diseño de Parques. IDR. Subconstrucciones. Área Técnica. 2010



PROSPERIDAD
PARA TODOS

Accesos y circulaciones



En el evento donde se cuente con el área suficiente, la señalización táctil se debe prolongar hasta la rampa.

Consideraciones de diseño:

Se recomienda ubicar las rampas en las esquinas del parque.

Debe estar libre de obstáculos y la superficie ser antideslizante.

La salida de la rampa debe coincidir con sumideros o cunetas de desagüe.



Fuente: Cartilla de Lineamientos para el Diseño de Parques. IDRD. Subconstrucciones. Área Técnica. 2010

LINEAMIENTOS PARA EL DISEÑO DE PARQUES



PROSPERIDAD
PARA TODOS

Iluminación

Consideraciones de diseño:

Garantizar el tránsito peatonal y vehicular de forma segura por medio de la adecuada disposición de sus elementos

La iluminación artificial clarifica la distribución y el diseño del parque, debe responder a un sistema organizado donde se enfatice:

- Los accesos
- Las circulaciones
- Las zonas de actividad y lugares de reunión
- Puntos focales
- La arquitectura

Perimetral	Complementar la iluminación existente en las calles circundantes. Proyectar una imagen segura del parque acentuando su carácter e incentivando el uso. Ubicación: En andenes y bordes del Parque.
Interior	Mejorar la visibilidad para facilitar la movilidad al interior del parque. Las luminarias pueden ser bajas para crear diferentes ambientes. Ubicación: En circulaciones interiores.
Permanencia	Garantizar y promover el uso continuo del parque en condiciones adecuadas. Acentuar las áreas de actividad en horario nocturno. Ubicación: Áreas de actividad y lugares de permanencia.



Fuente: Cartilla de Lineamientos para el Diseño de Parques. IDRD. Subconstrucciones. Área Técnica. 2010



PROSPERIDAD
PARA TODOS

Superficies

1 ZONAS VERDES A RAS CON LOS SENDEROS

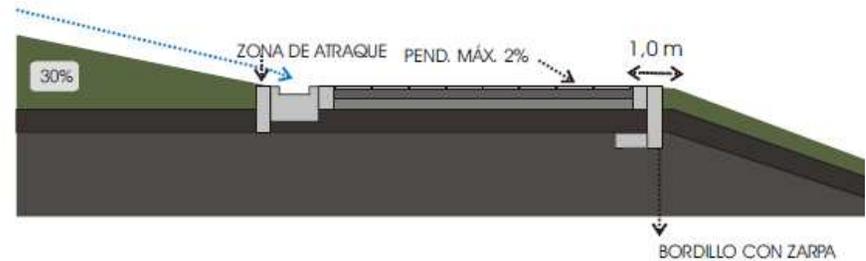
Cuando la pendiente es mínima o similar a ambos lados se puede drenar hacia uno de los costados del sendero



3 DRENAJE A ZONA VERDE

Si la pendiente del talud es mayor al 30% se recomienda la ubicación de la cañuela.

- En taludes no puede verter directamente a zona verde con una pendiente a favor.
- Se debe confirmar la estructura con bordillos con zarpa.
- Se debe garantizar un hombro mínimo de 1,0 m



Fuente: Cartilla de Lineamientos para el Diseño de Parques. IDRD. Subconstrucciones. Área Técnica. 2010

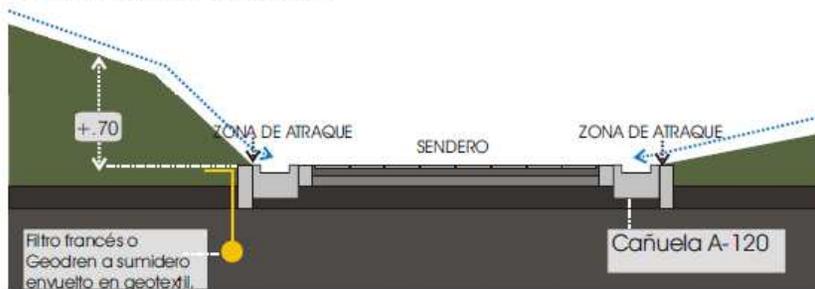


PROSPERIDAD
PARA TODOS

Superficies

2 DRENAJE DE PENDIENTE MAYOR A .70 MTS

Si la pendiente del talud es mayor a 60% se recomienda la ubicación de un filtro además de la cañuela



4 DRENAJE CONTIGUO A EDIFICACIÓN

La profundidad del filtro depende de la edificación, si tiene sótanos o niveles subterráneos

Cuando hay adoquín emboquillar con mortero por lo menos 1,0 m el adoquín con arena+cemento 1:6



Fuente: Cartilla de Lineamientos para el Diseño de Parques. IDRD. Subconstrucciones. Área Técnica. 2010



PROSPERIDAD
PARA TODOS

Mobiliario



Fuente: <https://www.google.com>

LINEAMIENTOS PARA EL DISEÑO DE PARQUES



PROSPERIDAD
PARA TODOS

Mobiliario



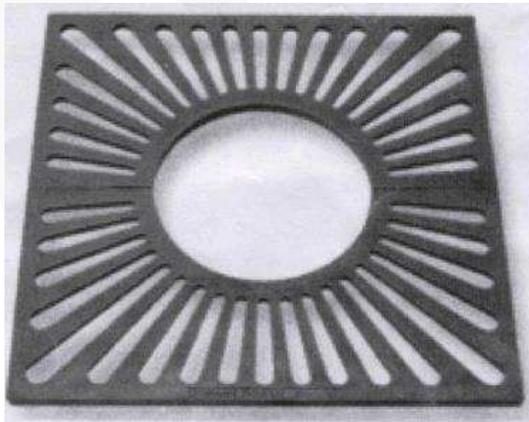
Fuente: <https://www.google.com>

LINEAMIENTOS PARA EL DISEÑO DE PARQUES



PROSPERIDAD
PARA TODOS

Mobiliario



Fuente: <https://www.google.com>

LINEAMIENTOS PARA EL DISEÑO DE PARQUES



PROSPERIDAD
PARA TODOS

Mobiliario



Fuente: <https://www.google.com>

LINEAMIENTOS PARA EL DISEÑO DE PARQUES



PROSPERIDAD
PARA TODOS

Mobiliario



Fuente: <https://www.google.com> y archivo propio

LINEAMIENTOS PARA EL DISEÑO DE PARQUES



PROSPERIDAD
PARA TODOS

Equipamiento deportivo



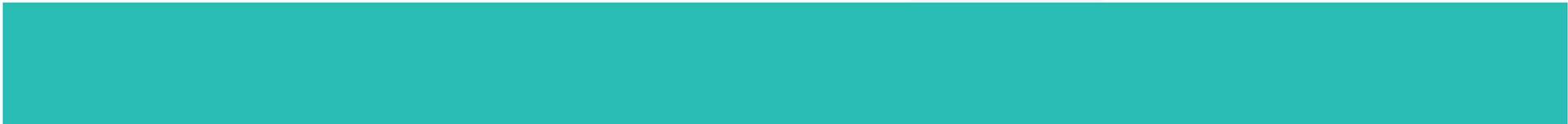
Fuente: <https://www.google.com> y archivo propio

LINEAMIENTOS PARA EL DISEÑO DE PARQUES



**PROSPERIDAD
PARA TODOS**

JUEGOS BIOSALUDABLES





PROSPERIDAD
PARA TODOS

JUEGOS BIOSALUDABLES



JUEGOS BIOSALUDABLES



Deporte al aire libre

Realizar actividad física con estos equipos proporciona beneficios psicosociales, inmunológicos, de locomoción y cardiovasculares

Galope

- Sentado en la silla, sujetando las manillas con ambas manos y los pies sobre los estribos, estire las piernas, al tiempo que flexiona los brazos

- Realice este ejercicio de 15-20 repeticiones. Realice esta operación entre 1-3 series



- Fortalece las funciones cardiaca y pulmonar
- Desarrolla la musculatura de brazos, piernas, cintura, abdomen y espalda

Volantes

- Sujétese al manillar realizando flexiones y extensiones de los brazos lentamente, sin desprenderse del espaldar

- Realice este ejercicio de 5-10 repeticiones y la operación entre 1-3 series



- Refuerza el pecho y músculos de hombros
- Ayuda a la flexibilidad de muñecas, codos y hombros

Estimulador

- Apoye la espalda sobre el rodillo de masaje, y muévala en sentido horizontal. Pueden ejercitar dos personas

- Realice este ejercicio de 10 a 15 minutos diarios



- Relaja los músculos de la espalda, cintura y hombros
- Mejora la fatiga corporal y el sistema nervioso

Barras paralelas

- Mirando al frente, sujete las manillas, suspendido en el aire flexione y extienda los codos suavemente

- Realice este ejercicio de 10-15 repeticiones y la operación entre 1-3 series



- Fortalece los músculos de los miembros superiores
- Mejora de la coordinación y la condición muscular del pecho y espalda

Andador

- Subido en los estribos, y sujetándose de las manillas, mueva las piernas en sentido de marcha, como si estuviese caminando

- Realice este ejercicio entre 10-20 minutos diarios y de manera sistemática

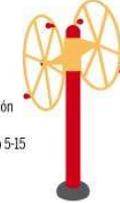


- Fortalecimiento de la función cardiaca y pulmonar
- Desarrollo de la musculatura de los miembros inferiores y cintura

Timón

- Mire a la rueda y sujete las manillas, girando en sentido de las agujas del reloj, luego al contrario

- Realice esta operación entre 1-3 veces. Repita este ejercicio 5-15 veces



- Desarrolla y refuerza los miembros superiores, recomendado especialmente para los hombros
- Mejora de la coordinación

Flexión brazos doble

- Sujétese al manillar, realizando flexiones de brazos lentamente

- Realice este ejercicio de 5-10 repeticiones y la operación entre 1-3 series



- Fortalecimiento de la musculatura de los miembros superiores, hombros, espalda y bíceps
- Ayuda a la flexibilidad de las articulaciones, hombros, codos, muñecas y dedos

Bicicleta de fondo

- Sentado en la silla, sujétese fuertemente de las manillas. Mueva las piernas y brazos alternado

- Realice este ejercicio entre 15-20 minutos diarios y de manera sistemática



- Fortalecimiento de la función cardiaca y pulmonar notablemente durante el movimiento coordinado de todo el cuerpo
- Refuerza al organismo de la fatiga

Giro de cintura triple

- Sobre la plataforma, sujétese fuertemente de las manillas. Gire el cuerpo a ambos lados

- Realice este ejercicio entre 15-20 minutos diarios



- Refuerzo de la musculatura abdominal y lumbar
- Mejora la flexibilidad y agilidad de la columna vertebral y de la cadera

Elíptica

- Subido en los estribos y sujetándose de las manillas, mueva las piernas en sentido de marcha, como si estuviese caminando

- Realice este ejercicio entre 10-20 minutos diariamente

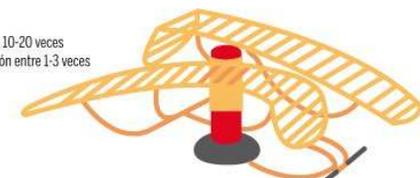


- Mejora de la coordinación entre los cuatro miembros
- Refuerza las funciones cardiacas y pulmonares

Abdominales

- Acuéstese en el equipo, colocando los pies bien sujetos en los estribos. Realice series de abdominales

- Repita este ejercicio 10-20 veces. Realice esta operación entre 1-3 veces



- Desarrollo de la fuerza y mejora la flexibilidad lumbar y abdominal
- Relajación de la musculatura de cadera
- Desarrollo de la musculatura de los miembros superiores, abdominal y lumbar

Fuente: MINDEPORTE.GOB.VE • Infografía: DELSY MARTÍNEZ

● Recomendaciones ● Repeticiones ● Beneficios



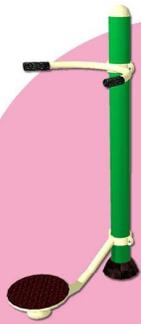
PROSPERIDAD PARA TODOS

JUEGOS BIOSALUDABLES

RESUINSAL
www.resuinsal.com
923 19 50 82



Promoción
7 equipos individuales por
3.500 € *



ALISIO
NT-52
Cintura



FOHN
NT-74
Pies



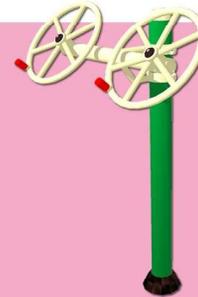
GARBI
NT-47
Hombros



JALOQUE
NT-46
Codos



MONZON
NT-48
Rodillas



REMOLINO
NT-56
Muñecas



TIFON
NT-43
Caderas



RESUINSAL
EVOLUCIONANDO LOS SERVICIOS
923 19 50 82
www.resuinsal.com

Mantenimiento de comunidades
Electricidad-Cerrajería-Funtería
Materiales para comunidades:
- Pavimentos
- Mobiliario de jardín
- Faltas
- Colocación

Asociación Española de Fabricantes de Mobiliario Urbano y Parques Infantiles

* IVA, transporte e instalación no incluido en precio.

JUEGOS BIOSALUDABLES



PROSPERIDAD PARA TODOS

JUEGOS BIOSALUDABLES

Circuitos biosaludables

 2100754100	 1094041100	 1461104100
 1170501100	 1094104100	 8004111100
 8004111100	 8004111100	<p>Disponemos de tres modelos de equipos de ejercicio para parques y jardines, pensados para el deporte y mantenimiento de personas mayores y adultas. Bajo pedido se pueden fabricar en otros colores. Consultarnos en cualquier momento.</p>

Mobiliario urbano

Mobiliario urbano



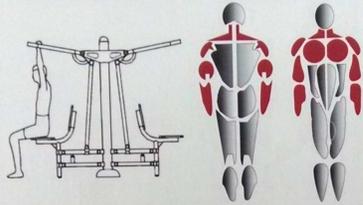
JUEGOS BIOSALUDABLES



PROSPERIDAD PARA TODOS

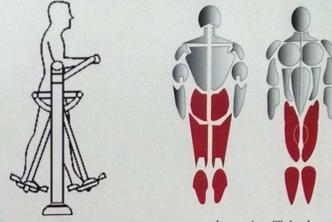
JUEGOS BIOSALUDABLES

BRANOS ALTOS Y ESPALDA



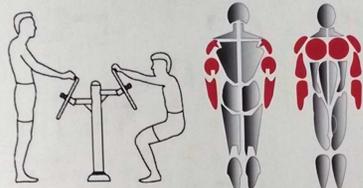
FUNCIÓN: Mejora y desarrolla el funcionamiento muscular de miembros superiores, pecho y dorsal ancho y espalda. Mejorando la capacidad cardio-pulmonar.

CAMINADORA



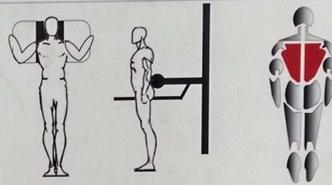
FUNCIÓN: Mejora la movilidad de miembros inferiores, así como el equilibrio y la coordinación del cuerpo, aumenta la capacidad cardíaca y pulmonar.

TIMON VOLANTE



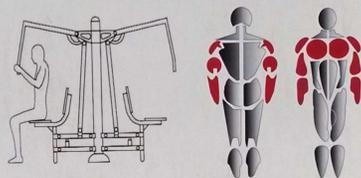
FUNCIÓN: Mejora y desarrolla el funcionamiento muscular de miembros superiores, pecho y dorsal ancho y espalda. Mejorando la capacidad cardio-pulmonar.

MASAJEADOR DE ESPALDA



FUNCIÓN: Mejora y desarrolla el funcionamiento muscular de la cintura, mejora la flexibilidad y coordinación del cuerpo, ejercita la columna y la cadera.

ESPALDA DOBLE PECTORAL



FUNCIÓN: Mejora y desarrolla el funcionamiento muscular de miembros superiores, pecho, y espalda mejorando la capacidad cardio-pulmonar.

MANUAL DE MANTENIMIENTO (ANEXO)
MODO DE UTILIZACIÓN DE EQUIPOS BIOSALUDABLES.
El uso de los Equipos Biosaludables NO es permitido para menores de 12 Años

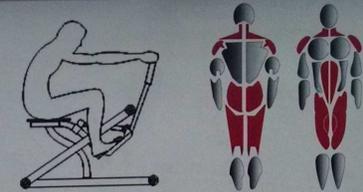
1. Cables flexibles verticales
2. Para ser utilizado por una sola persona
3. Elipse
4. Para ser utilizado por una sola persona
5. Ruedas horizontales
6. Para ser utilizado por dos personas
7. Manillar de control
8. Para ser utilizado por tres personas
9. Polea
10. Para ser utilizado por una persona
11. Espaldero
12. Para ser utilizado por dos personas
13. Controlador
14. Para ser utilizado por una persona
15. Controlador
16. Para ser utilizado por una sola persona
17. Manillar de control
18. Para ser utilizado por dos personas
19. Manillar de control
20. Para ser utilizado por una persona
21. Manillar de control
22. Para ser utilizado por dos personas
23. Manillar de control
24. Para ser utilizado por una persona
25. Manillar de control
26. Para ser utilizado por dos personas
27. Manillar de control
28. Para ser utilizado por una persona
29. Manillar de control
30. Para ser utilizado por dos personas
31. Manillar de control
32. Para ser utilizado por una persona
33. Manillar de control
34. Para ser utilizado por dos personas
35. Manillar de control
36. Para ser utilizado por una persona
37. Manillar de control
38. Para ser utilizado por dos personas
39. Manillar de control
40. Para ser utilizado por una persona
41. Manillar de control
42. Para ser utilizado por dos personas
43. Manillar de control
44. Para ser utilizado por una persona
45. Manillar de control
46. Para ser utilizado por dos personas
47. Manillar de control
48. Para ser utilizado por una persona
49. Manillar de control
50. Para ser utilizado por dos personas
51. Manillar de control
52. Para ser utilizado por una persona
53. Manillar de control
54. Para ser utilizado por dos personas
55. Manillar de control
56. Para ser utilizado por una persona
57. Manillar de control
58. Para ser utilizado por dos personas
59. Manillar de control
60. Para ser utilizado por una persona
61. Manillar de control
62. Para ser utilizado por dos personas
63. Manillar de control
64. Para ser utilizado por una persona
65. Manillar de control
66. Para ser utilizado por dos personas
67. Manillar de control
68. Para ser utilizado por una persona
69. Manillar de control
70. Para ser utilizado por dos personas
71. Manillar de control
72. Para ser utilizado por una persona
73. Manillar de control
74. Para ser utilizado por dos personas
75. Manillar de control
76. Para ser utilizado por una persona
77. Manillar de control
78. Para ser utilizado por dos personas
79. Manillar de control
80. Para ser utilizado por una persona
81. Manillar de control
82. Para ser utilizado por dos personas
83. Manillar de control
84. Para ser utilizado por una persona
85. Manillar de control
86. Para ser utilizado por dos personas
87. Manillar de control
88. Para ser utilizado por una persona
89. Manillar de control
90. Para ser utilizado por dos personas
91. Manillar de control
92. Para ser utilizado por una persona
93. Manillar de control
94. Para ser utilizado por dos personas
95. Manillar de control
96. Para ser utilizado por una persona
97. Manillar de control
98. Para ser utilizado por dos personas
99. Manillar de control
100. Para ser utilizado por una persona

ELIPTICA



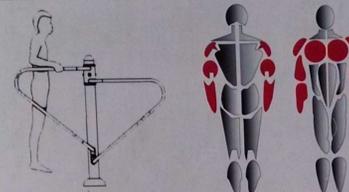
FUNCIÓN: Mejora la movilidad de los miembros superiores e inferiores así como la flexibilidad de las articulaciones.

CABALLITO



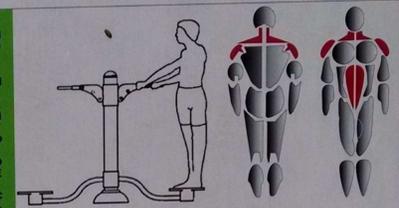
FUNCIÓN: Mejora y desarrolla el funcionamiento muscular de los brazos, piernas, cintura, abdomen, espalda y pecho permitiendo un completo movimiento de las extremidades. Mejora la capacidad cardio-pulmonar.

BARRAS PARALELAS



FUNCIÓN: Mejora y desarrolla el funcionamiento muscular de miembros superiores, pecho y dorsal ancho y espalda. Mejorando la capacidad cardio-pulmonar.

MOVIMIENTO DE CADERA



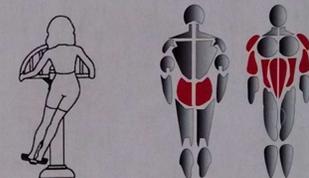
FUNCIÓN: Mejora y desarrolla el funcionamiento muscular de la cintura y espalda, relaja y mejora la movilidad y flexibilidad de la zona lumbar.

PIERNAS PRESNA



FUNCIÓN: Mejora y desarrolla el funcionamiento muscular de la extensión de piernas y cintura, ejercitando cuádriceps, gemelos, glúteos y músculos abdominales inferiores.

BALANCCIN



FUNCIÓN: Mejora y desarrolla el funcionamiento muscular de la cintura, mejora la flexibilidad y coordinación del cuerpo, ejercita la columna y la cadera.

JUEGOS BIOSALUDABLES



PROSPERIDAD
PARA TODOS

PROYECTO: **ARQUITECTO FRANCISCO JAVIER GAZIA**

ESPECIALIZADO EN PROYECTO URBANO

ESPECIALISTA EN INFRAESTRUCTURA DEPORTIVA

CORREO ELECTRONICO arggazia@gmail.com

fgazia@coldeportes.gov.co

Teléfono: 300-6282817

GRACIAS