

DOCUMENT 4. PLEC de clàusules tècniques	ÒRGAN ÀREA DE GOVERNANÇA I DESENVOLUPAMENT LOCAL	REFERÈNCIA 31072025000003
Codi Segur de Verificació: 85e39a6e-7777-48e0-bc2d-50358e71264e Origen: Administració Identificador document original: 2237846 Data d'impressió: 20/01/2026 09:48:10 Pàgina 1 de 56	SIGNATURES 1.- MIRIAN LAGUNA ARANDA (TCAT), 19/01/2026 15:26	



AJUNTAMENT DE
SANT JOAN DESPÍ

PLEC DE PRESCRIPCIONS TÈCNIQUES

**SUBMINISTRAMENT DE L'EQUIPAMENT ESPORTIU DE LA SALA DE
FITNES DEL POLIESPORTIU SALVADOR GIMENO DE SANT JOAN DESPÍ**

CO2026002ESP

Gener 2026



AJUNTAMENT DE SANT JOAN DESPÍ
Aquest document és una còpia autèntica del document electrònic original. Comprovi l'autenticitat del document a la Seu Electrònica de l'Ajuntament de Sant Joan Despi (<https://www.seu-e.cat/ca/web/santjoandespi/seu-electronica>). Utilitzi el "Codi Segur de Verificació" que apareix a la capçalera.



ÍNDEX	
1. INTRODUCCIÓ	3
2. OBJECTE DEL CONTRACTE	3
3. DESCRIPCIÓ GENERAL DE LES INSTAL·LACIONS.....	4
4. RELACIÓ DE L'EQUIPAMENT A SUBMINISTRAR.....	5
5. MANTENIMENT DE L'EQUIPAMENT ESPORTIU	6
6. FORMACIÓ DEL PERSONAL TÈCNIC	9
7. EQUIPAMENT EXISTENT A LA SALA DE FITNESS	9
8. LLIURAMENT, INSTAL·LACIÓ I RECEPCIÓ DEL SUBMINISTRAMENT	9
9. DISTRIBUCIÓ DE LES MÀQUINES EN L'ESPAI DE SALA.....	10
10. TERMINI DE GARANTIA DE L'EQUIPAMENT SUBMINISTRAT	11
11. DOCUMENTACIÓ TÈCNICA	12
12. ANNEXES	12
ANNEX PRELIMINAR. CARACTERÍSTIQUES GENERALS DE LES MÀQUINES I ELEMENTS A SUBMINISTRAR	13
ANNEX 1. EQUIPAMENT DE TREBALL DE FORÇA DE RESISTÈNCIA ELECTRÒNICA A SUBMINISTRAR.....	15
ANNEX 2. EQUIPAMENT DE TREBALL CARDIOVACULAR A SUBMINISTRAR.....	23
ANNEX 3. EQUIPAMENT DE TREBALL DE FORÇA I ALTRES ESTRUCTURES A SUBMINISTRAR	29
ANNEX 4. EQUIPAMENT DE PES LLIURE i ACCESSORIS A SUBMINISTRAR	40
ANNEX 5. MÀQUINES EXISTENTS A RETIRAR i COMPRAR DEL POLIESPORTIU SALVADOR GIMENO	46
ANNEX 6. MÀQUINES EXISTENTS A MANTENIR EN SALA DE FITNES DEL POLIESPORTIU SALVADOR GIMENO	56

DOCUMENT 4. Plec de clàusules tècniques	ÒRGAN ÀREA DE GOVERNANÇA I DESENVOLUPAMENT LOCAL	REFERÈNCIA 31072025000003
Codi Segur de Verificació: 85e39a6e-7777-48e0-bc2d-50358e71264e Origen: Administració Identificador document original: 2237846 Data d'impressió: 20/01/2026 09:48:10 Pàgina 3 de 56		SIGNATURES 1.- MIRIAN LAGUNA ARANDA (TCAT), 19/01/2026 15:26



AJUNTAMENT DE SANT JOAN DESPÍ
 Aquest document és una còpia autèntica del document electrònic original. Comprovi l'autenticitat del document a la Seu Electrònica de l'Ajuntament de Sant Joan Despí (https://www.seu-e.cat/ca/web/santjoandespi/seu-electronica). Utilitzi el "Codi Segur de Verificació" que apareix a la capçalera.



1. INTRODUCCIÓ

L'actual sala de fitness del Poliesportiu Salvador Gimeno és un espai de 376 m2 que està distribuït en diferents zones d'activitat i ocupat per diferents materials: zona de treball cardiovascular, zona de màquines de musculació i zona de pes lliure.

Tot aquest material, tret de petits elements, ha estat subministrat a través d'un contracte d'arrendament, amb opció de compra, per a un període de 5 anys, el qual finalitzà el mes de novembre de 2024.

L'element diferenciador dels poliesportius de Sant Joan Despí és un elevat nivell de qualitat a un preu molt competitiu dels serveis. A conseqüència d'això, la demanda per aquests serveis de qualitat s'ha vist incrementada en els darrers anys.

Actualment ens trobem en un alt nivell d'ocupació dels poliesportius, amb més de 8.500 persones abonades als serveis esportius. Les sales d'activitat física del poliesportiu Salvador Gimeno registren diàriament 600 usos, que corresponen a persones usuàries de diferents franges d'edat.

Aquest alt nivell d'ús de la sala i la diversitat de tipus de persones usuàries, ha derivat a la necessitat de "repensar" els espais de pràctica per a l'adequació a les noves tendències de musculació i digitalització dels serveis que s'ofereixen.

A conseqüència dels aspectes exposats, es fa necessària la renovació de la sala de fitnes, amb la finalitat de donar continuïtat a la qualitat que caracteritza als poliesportius del municipi.

Davant el mercat en evolució contínua i la incorporació d'elements tecnològics, s'opta pel subministrament d'equipament esportiu que incorpori elements que possibilitin la digitalització de l'entrenament considerant que és el més adient per al seguiment de l'activitat física i la salut de les persones usuàries.

2. OBJECTE DEL CONTRACTE

L'objecte del present contracte és el subministrament, instal·lació, configuració i posada en funcionament del següent equipament esportiu per a la sala de fitnes del Poliesportiu Salvador Gimeno Sant Joan Despí:

- Equipament de treball de força de resistència electrònica
- Equipament de treball cardiovascular
- Equipament de treball de força i altres estructures
- Equipament de pes lliure i accessoris

L'objecte del contracte també inclou:

DOCUMENT 4. Plec de clàusules tècniques	ÒRGAN ÀREA DE GOVERNANÇA I DESENVOLUPAMENT LOCAL	REFERÈNCIA 31072025000003
Codi Segur de Verificació: 85e39a6e-7777-48e0-bc2d-50358e71264e Origen: Administració Identificador document original: 2237846 Data d'impressió: 20/01/2026 09:48:10 Pàgina 4 de 56		SIGNATURES 1.- MIRIAN LAGUNA ARANDA (TCAT), 19/01/2026 15:26



AJUNTAMENT DE
SANT JOAN DESPÍ

- Manteniment periòdic de la maquinària subministrada durant el període de garantia de la mateixa, incloent el termini ampliat de garantia proposat per l'adjudicatària en la seva oferta.
- Reubicació i manteniment de l'equipament existent que es manté a la sala (annex 6 del PPT), d'acord amb la proposta de distribució indicada a l'apartat 9 del PPT.
- Retirada i compra de l'equipament relacionat a l'annex 5 del PPT, ubicat a la sala de fitnes i al magatzem del Poliesportiu Salvador Gimeno. L'adjudicatària podrà optar per introduir-lo al mercat de segona mà o en el seu defecte fer la gestió dels residus d'aquest. En aquest darrer cas, haurà de presentar la corresponent acreditació del dipòsit en un gestor autoritzat.
- Software d'equipament i aplicació mòbil d'entrenament i les seves actualitzacions durant el període indicat en el PPT i durant el període ampliat proposat per l'adjudicatària en la seva oferta.

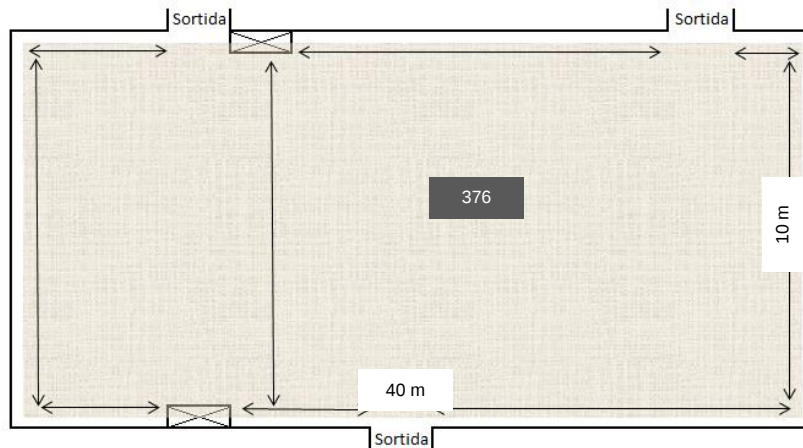
Aquest plec recull les condicions que regiran durant tot el procés del subministrament i del servei de manteniment d'aquestes màquines i elements.

Els elements ofertats han de complir totes les condicions tècniques que es requereixen en el Plec, hauran de ser nous i tenir la condició de qualitat de professional (en cap cas s'acceptarà material de la gama domèstica). No s'admetran en cap cas les ofertes que presentin màquines i/o elements amb característiques que no s'ajustin o no millorin les definides en aquest plec. L'incompliment de les característiques tècniques de les màquines o elements podrà suposar l'exclusió del procediment de licitació.

Serà d'obligat compliment cadascuna de les característiques generals i requisits mínims de l'equipament indicats en aquest PPT. Per aquest motiu, les licitadores hauran de d'incloure dins del sobre digital B un document descriptiu de cadascuna de les màquines o elements, amb especificació expressa de les seves característiques, també la referent al software d'equipament i l'aplicació d'entrenament, i el sistema de connectivitat, junt amb fotografies, que estarà signat electrònicament.

3. DESCRIPCIÓ GENERAL DE LES INSTAL·LACIONS

El subministrament de l'equipament esportiu s'ha de lliurar al poliesportiu Salvador Gimeno. Les mides de la sala on s'ubicarà l'equipament subministrat són les següents:



El subministrament de les màquines de la sala de fitness implica la instal·lació de les màquines descrites en els annexos 1, 2, 3 i 4 d'aquest PPT. En el procés de subministrament i instal·lació, l'adjudicatària haurà de tenir en compte l'equipament esportiu que es manté i no es retira a la sala de fitness, detallat a l'annex 6 d'aquest PPT.

4. RELACIÓ DE L'EQUIPAMENT A SUBMINISTRAR

a) Requisits d'obligat compliment:

- Tot l'equipament haurà de tenir la suficient estabilitat, per sí mateix, sense necessitat d'ancoratges al terra o paret.
- Tots els productes subministrats hauran de complir tota la normativa de la CE. Aquesta condició es validarà amb l'aportació de les fitxes tècniques de les diferents màquines, equipaments i elements.
- Software d'equipament que incorpori les màquines de treball cardiovasculars, les màquines de força de resistència electrònica i les màquines de força no electrònica. Les llicències d'ús, així com les seves actualitzacions, han d'estar incloses en l'oferta.
- El software ha de disposar d'una aplicació mòbil d'entrenament per a les persones usuàries del poliesportiu, amb les dades del seu perfil i entrenaments i una aplicació per al personal tècnic de sala que possibiliti gestionar les rutines d'entrenament i fer el seguiment de les persones abonades, amb connectivitat completa dels diferents dispositius (mòbils, tauletes del personal tècnic de sala, etc).

b) Llistat de màquines i elements a subministrar

DOCUMENT 4. Plec de clàusules tècniques	ÒRGAN ÀREA DE GOVERNANÇA I DESENVOLUPAMENT LOCAL	REFERÈNCIA 31072025000003
Codi Segur de Verificació: 85e39a6e-7777-48e0-bc2d-50358e71264e Origen: Administració Identificador document original: 2237846 Data d'impressió: 20/01/2026 09:48:10 Pàgina 6 de 56		
SIGNATURES 1.- MIRIAN LAGUNA ARANDA (TCAT), 19/01/2026 15:26		



De manera excepcional, als annexes descriptius de l'equipament, es fa referència a marques o equivalents en el cas en què no sigui possible fer una descripció suficientment precisa i intel·ligible del bé en concret a subministrar. Si n'hi ha s'ha d'entendre les definides i equivalents i/o similars.

El detall de les màquines i elements a subministrar, així com els requisits mínims dels mateixos, es descriu en els annexes següents:

- Annex preliminar. Característiques generals de l'equipament a subministrar
- Annex 1. Equipament de força de resistència electrònica
- Annex 2. Equipament cardiovascular
- Annex 3. Equipament de força i altres estructures
- Annex 4. Equipament de pes lliure i accessoris

El desglossament de les màquines i elements ja existents a la sala del poliesportiu Salvador Gimeno es descriuen als annexes següents:

- Annex 5: Màquines existents a retirar i comprar per l'adjudicatària.
- Annex 6: Màquines existents que es mantenen a la sala.

5. MANTENIMENT DE L'EQUIPAMENT ESPORTIU

L'adjudicatària es farà càrrec del manteniment de la maquinària subministrada, així com de les màquines ja existents a la sala de fitness i que es mantenen, durant el període de vigència de la garantia, incloent el període ampliat de garantia proposat per l'adjudicatària en la seva oferta.

L'adjudicatària haurà de compartir digitalment una base de dades que contingui la totalitat de l'equipament a què es refereix el present contracte, amb el registre d'avaries i operacions de manteniment preventiu. Aquest registre haurà de permetre disposar d'informes de les operacions de manteniment fetes i pendants.

Serà responsabilitat de l'Ajuntament que les persones que utilitzin aquests elements en facin un ús correcte, controlat i adequat a les característiques de cadascun dels diferents elements.

D'altra banda, l'Ajuntament es compromet a què les persones responsables de manteniment del poliesportiu no actuaran ni manipularan cap element avariament, tret de la existència d'un risc important per les persones o per a la instal·lació.

El servei de manteniment inclourà:

- a) Manteniment preventiu:



AJUNTAMENT DE
SANT JOAN DESPÍ

- Revisió bimestral (6 revisions anuals) del funcionament de:
 - Les màquines cardiovasculars subministrades
 - Les màquines de força NO electrònica i altres estructures subministrades
 - Altres estructures ja existents a la sala de fitnes, (indicades a l'annex 6 del PPT).
 - Mínim de 4 hores de presència física a la sala de fitnes per revisió.
- Revisió semestral (2 revisions anuals) del funcionament de:
 - Les màquines de força electrònica subministrades
 - Les màquines de força electrònica ja existents a la sala de fitnes (indicades a l'annex 6 del PPT).
 - Mínim de 4 hores de presència física a la sala de fitnes per revisió.
- Neteja i greixatge necessari.
- Ajustaments de peces i engranatges i reparacions i/o substitució de les peces que siguin necessàries, per prevenir avaries o desperfectes en algun element provocat per un defecte de fabricació o per l'ús.
- Comprovació del bon estat del material i estètica.
- Comprovació de l'estat de pintura i etiquetatge de les màquines.
- Identificació i diagnosi d'incidències.
- Actualitzacions necessàries del software de les màquines.
- Mà d'obra i desplaçament
- Registre dels treballs realitzats i diagnosi realitzada, en un full de treball signat per la persona del servei tècnic, del qual en lliurarà una còpia a la persona responsable municipal de la instal·lació o a qui aquesta delegui.

Les visites es programaran respectant la periodicitat del contracte i en les dates acordades entre l'adjudicatària i la persona responsable municipal del Poliesportiu Salvador Gimeno.

- b) Manteniment correctiu: incidència, avaria o desperfecte dels elements de l'equipament derivats o provocats per un defecte de fabricació o baix rendiment. El manteniment correctiu inclourà:
- La reparació i/o substitució de totes les peces que siguin necessàries.
 - Mà d'obra i desplaçaments.
 - Transport de materials necessaris per resoldre la incidència.
 - Registre dels treballs realitzats en un full de treball signat per la persona del servei tècnic, del qual en lliurarà una còpia a la persona responsable municipal de la instal·lació o a qui aquesta delegui.

Aquestes incidències es valoraran pel nivell de limitació d'ús de l'element tècnic en qüestió i, per tant, de la urgència en la seva reparació.



Les definicions de les urgències són les següents:

- **URGÈNCIA MÀXIMA:** incidència que paralitza l'element i fa que no es pugui utilitzar.
- **URGÈNCIA ALTA:** incidència que fa que l'element no funcioni amb plenitud, però no paralitza la seva utilització.
- **URGÈNCIA MITJANA:** desperfectes estètics que no afecten a la seva utilització, però sí a la seva imatge.

Els temps de resposta MÀXIM en l'atenció d'aquestes incidències serà de:

- **URGÈNCIA MÀXIMA:** 48 hores
- **URGÈNCIA ALTA:** 72 hores
- **URGÈNCIA MITJANA:** 96 hores

Cada vegada que es produeixi una incidència en les màquines o elements tècnics subministrats o en els que es mantenen a la sala i també són objecte de contracte, és realitzarà una comunicació de la incidència per part de la persona Responsable del poliesportiu Salvador Gimeno al correu electrònic de contacte que haurà de facilitar l'adjudicatària.

A partir d'aquest correu electrònic es comptabilitzarà els temps de resposta i de resolució per procedir a la seva atenció i reparació. Quan es parla de temps de resposta es fa referència al temps transcorregut entre la recepció de la comunicació de la incidència i la presència real i la resolució de la incidència pel Servei d'Assistència Tècnica de l'empresa al poliesportiu. Quan es parla de temps de resolució es fa referència al temps transcorregut entre la comunicació de la incidència i la seva reparació definitiva.

En el cas que la reparació d'una màquina o d'un element pugui comportar que estigui fora de serveis més de quatre (4) dies, l'adjudicatària estarà obligada a substituir-la fins a la seva definitiva reparació amb una altra del mateix model i característiques o superior fins que es completi la reparació.

Si una màquina/element de nou subministrament presenta avaries reiterades durant els primers dos anys, la responsable del contracte podrà requerir la seva substitució per una altra de nova del mateix model i característiques.

El temps de resolució només podrà quedar interromput en cas de què sigui necessari canviar la màquina/element per una de nova, no així la substitució de peces que és obligació de la mantenedora disposar-ne en magatzem, i fer-ne la substitució de forma immediata per una de similars característiques fins a la reparació definitiva.

DOCUMENT 4. Plec de clàusules tècniques	ÒRGAN ÀREA DE GOVERNANÇA I DESENVOLUPAMENT LOCAL	REFERÈNCIA 31072025000003
Codi Segur de Verificació: 85e39a6e-7777-48e0-bc2d-50358e71264e Origen: Administració Identificador document original: 2237846 Data d'impressió: 20/01/2026 09:48:10 Pàgina 9 de 56		SIGNATURES 1.- MIRIAN LAGUNA ARANDA (TCAT), 19/01/2026 15:26



S'entenen per dies hàbils per atendre la incidència a l'actuació els dies de dilluns a dissabte. Per aquest motiu, els terminis màxims proposats s'incrementaran en 24h si la incidència es comunica un diumenge o dia festiu oficial al mig.

Totes les intervencions de manteniment que es duguin a terme tindran un període de garantia equivalent a la durada total del contracte, atès que tota reparació inclosa el contracte s'haurà de dur a terme totes les vegades que calgui fins a la seva resolució.

6. FORMACIÓ DEL PERSONAL TÈCNIC

- Formació tècnica inicial (procés implantació): pla formatiu específic per a totes les persones treballadores de les sales de fitness, als tècnics municipals, i a aquells que pugui determinar la Direcció del centre, per tal de donar a conèixer i ensenyar el funcionament de cada màquina, el software d'equipament, les possibilitats de treball i usos de la maquinària i l'aplicatiu d'entrenament.
 - Mínim 4 h de formació a la posada en funcionament, que es poden realitzar en dos torns per garantir la presència de tot el personal tècnic, si així ho determina la responsable municipal del contracte.
 - Mòduls formatius específics per a noves incorporacions: material gràfic i digital.
- Formació continuada durant els anys de garantia: en format virtual o presencial, per garantir el seguiment i correcte desenvolupament i aplicació de les màquines i dels sistemes digitals d'entrenament, així com de les modificacions en el software que es vagin produint pel seu manteniment evolutiu i/o perfectiu.
- Formació de manteniment i neteja: de durada suficient per explicar els processos que caldrà dur a terme, si escau, per al correcte funcionament de l'equipament, i resoldre els dubtes del personal de manteniment i neteja. Aquesta formació ha de ser específica, i diferent a la formació tècnica inicial.

7. EQUIPAMENT EXISTENT A LA SALA DE FITNESS

L'adjudicatària s'haurà de fer càrrec de la re-ubicació, si escau, de les màquines existents que es mantenen a la sala de fitnes, indicades a l'annex 6 del PPT, així com de la retirada i compra de l'equipament indicat a l'annex 5 del PPT.

En el mateix moment del lliurament i instal·lació del nou equipament, es produirà la reubicació de les màquines que es mantenen i la retirada de les màquines que es compren, de manera que temporalment es faci tot en el mateix procediment.

8. LLIURAMENT, INSTAL·LACIÓ I RECEPCIÓ DEL SUBMINISTRAMENT

DOCUMENT 4. Plec de clàusules tècniques	ÒRGAN ÀREA DE GOVERNANÇA I DESENVOLUPAMENT LOCAL	REFERÈNCIA 31072025000003
Codi Segur de Verificació: 85e39a6e-7777-48e0-bc2d-50358e71264e Origen: Administració Identificador document original: 2237846 Data d'impressió: 20/01/2026 09:48:10 Pàgina 10 de 56		SIGNATURES 1.- MIRIAN LAGUNA ARANDA (TCAT), 19/01/2026 15:26



El termini màxim de lliurament del subministrament objecte del present contracte serà de 60 dies naturals a partir del dia següent de la firma del contracte amb l'adjudicatària.

El subministrament s'haurà de lliurar, col·locar i posar a punt per un funcionament operatiu correcte.

Una vegada formalitzat el contracte, l'Ajuntament facilitarà a l'adjudicatària la distribució desitjada de tots els elements als diferents espais de la instal·lació, ja sigui la proposada per la mateixa adjudicatària en la licitació, o la decidida per la responsable municipal del contracte.

L'adjudicatària haurà de coordinar amb la responsable municipal del contracte la planificació de tots els treballs per reduir al màxim les interferències amb la pràctica esportiva de les persones usuàries del poliesportiu Salvador Gimeno.

Una vegada fet aquest procés de lliurament i muntatge, sent tot el material plenament operatiu, és procedirà a signar per ambdues parts una acta formal de recepció del subministrament. En aquest moment s'iniciarà el termini de garantia que s'especifica a l'apartat 10 del PPT.

Si fos el cas que el material subministrat no estigués en perfecte estat o hi ha hagués algun problema en el seu funcionament es farà constar expressament i es donaran instruccions a la contractista perquè solucioni els defectes o procedeixi a un subministrament de nou material, segons el pactat, i de la forma més urgent possible, sempre en un termini màxim de 4 setmanes.

L'adjudicatària, durant el període de muntatge, assumirà la reparació dels desperfectes que es puguin produir a la instal·lació quan siguin produïts pel seu personal, així com la neteja de tots els residus i la correcta evacuació i reciclatge d'aquest material, segons la normativa vigent.

L'adjudicatària assumirà el trasllat de tota la maquinària, així com el muntatge i instal·lació i la seva posada en funcionament.

A tal efecte, l'adjudicatària és responsable de garantir el compliment de totes les normes de seguretat que la normativa demana per al seu personal i complir tota la normativa de seguretat i prevenció de riscos laborals de la pròpia instal·lació.

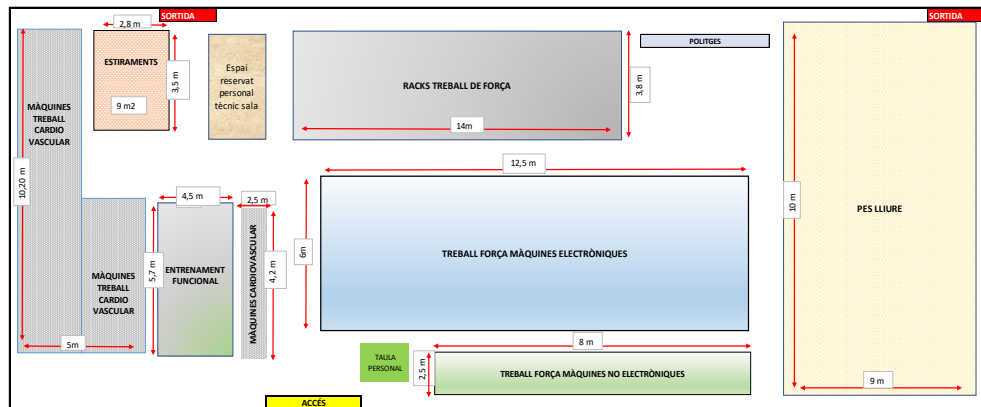
Si durant la instal·lació dels nous equips es produeixen danys imputables a l'adjudicatària, aquesta haurà d'indemnitzar per danys i perjudicis a l'Ajuntament, fent-se càrrec de les despeses ocasionades.

9. DISTRIBUCIÓ DE LES MÀQUINES EN L'ESPAI DE SALA



La distribució de la sala haurà de garantir una lògica distribució de màquines, en funció de la tipologia dels diferents equips i materials, el tipus d'entrenaments i la millor línia estètica possible.

La proposta de distribució, pels diferents grups de màquines a la sala de fitnes és la següent:



La distribució presentada és orientativa. L'empresa haurà de presentar una proposta de distribució de màquines i materials exacta en la sala. Així mateix, també haurà d'aportar una proposta d'ambientació de la sala, millorant l'estètica i funcionalitat actual.

La proposta de distribució de la sala de fitness haurà de contemplar la totalitat de les màquines i elements, i les diferents zones de treball.

10. TERMINI DE GARANTIA DE L'EQUIPAMENT SUBMINISTRAT

El període de garantia de les màquines i elements subministrats serà de 2 anys com a mínim, durant els quals l'adjudicatària assumirà la reposició de qualsevol element que no respongui a un funcionament correcte i òptim, produït per un defecte de fabricació o vicis en els bens subministrats.

El termini de garantia podrà ser ampliat per l'adjudicatària en la seva proposició, d'acord a l'establert al Plec de condicions administratives particulars.

La cobertura de les incidències que es produeixin durant el període de garantia de l'equipament, inclourà almenys, els següents aspectes, que en cap cas suposaran un cost econòmic per l'Ajuntament de sant Joan Despí, i aniran a càrrec de l'adjudicatària en la seva totalitat:

DOCUMENT 4. Plec de clàusules tècniques	ÒRGAN ÀREA DE GOVERNANÇA I DESENVOLUPAMENT LOCAL	REFERÈNCIA 31072025000003
Codi Segur de Verificació: 85e39a6e-7777-48e0-bc2d-50358e71264e Origen: Administració Identificador document original: 2237846 Data d'impressió: 20/01/2026 09:48:10 Pàgina 12 de 56		SIGNATURES 1.- MIRIAN LAGUNA ARANDA (TCAT), 19/01/2026 15:26



- Materials necessaris per fer les reparacions.
- Peces o elements a substituir, que en tots els casos seran originals.
- La substitució de peces o elements defectuosos.
- Desplaçament i mà d'obra dels treball de reparació.
- Transport dels materials i recanvis necessaris

A efectes de devolució i cancel·lació de la garantia definitiva en els termes de l'article 111 de la LCSP, es considerarà que el venciment del termini de garantia s'ha produït quan hagin transcorregut el termini complementari de dos mesos al termini ofertat total de garantia per l'adjudicatària durant la licitació.

11. DOCUMENTACIÓ TÈCNICA

Quan es faci entrega de tot l'equipament que forma part d'aquest contracte es facilitarà en el mateix acte tota la documentació tècnica corresponent: manual que incorpori la fitxa de cada màquina/element amb les especificacions tècniques (descripció i components, codi, marca, model i any de fabricació, com a mínim), garanties del fabricant, etc.

Tota aquesta documentació es facilitarà en paper i també en suport informàtic.

12. ANNEXES

- ANNEX PRELIMINAR. CARACTERÍSTIQUES GENERALS DE LES MÀQUINES I ELEMENTS A SUBMINISTRAR
- ANNEX 1. EQUIPAMENT DE TREBALL DE FORÇA DE RESISTÈNCIA ELECTRÒNICA A SUBMINISTRAR
- ANNEX 2. EQUIPAMENT DE TREBALL CARDIOVACULAR A SUBMINISTRAR
- ANNEX 3. EQUIPAMENT DE TREBALL DE FORÇA I ALTRES ESTRUCTURES A SUBMINISTRAR
- ANNEX 4. EQUIPAMENT DE PES LLIURE I ACCESSORIS A SUBMINISTRAR
- ANNEX 5. MÀQUINES EXISTENTS A RETIRAR I COMPRAR DEL POLIESPORTIU SALVADOR GIMENO
- ANNEX 6. MÀQUINES EXISTENTS A MANTENIR EN SALA DE FITNES DEL POLIESPORTIU SALVADOR GIMENO
- ANNEX 7. FITXA DE COMPLIMENT TÈCNIC I MILLORES PROPOSADES SOBRE ELS REQUISITS DEL PPT

DOCUMENT 4. Plec de clàusules tècniques	ÒRGAN ÀREA DE GOVERNANÇA I DESENVOLUPAMENT LOCAL	REFERÈNCIA 31072025000003
Codi Segur de Verificació: 85e39a6e-7777-48e0-bc2d-50358e71264e Origen: Administració Identificador document original: 2237846 Data d'impressió: 20/01/2026 09:48:10 Pàgina 13 de 56		SIGNATURES 1.- MIRIAN LAGUNA ARANDA (TCAT), 19/01/2026 15:26



ANNEX PRELIMINAR. CARACTERÍSTIQUES GENERALS DE LES MÀQUINES I ELEMENTS A SUBMINISTRAR

Les màquines han de formar part d'un circuit d'entrenament intel·ligent, mitjançant un software comú que integri les màquines de treball de força electrònica (les subministrades i les ja existents), les màquines de treball cardiovascular, i les màquines de força a subministrar, per tal que permeti l'enregistrament de totes les dades d'entrenament de les persones usuàries, configurant un entrenament integral per a les persones usuàries.

El software de l'equipament ha d'incorporar programes d'entrenament en funció del grau d'experiència de la persona usuària:

- Possibilitat de personalització.
- Integració de les dades de les màquines de treball cardiovascular i de força de la sala, per a la sincronització de les dades d'entrenament de les persones usuàries i l'obtenció d'informació complerta de tots els seus entrenaments.
- Identificació de la persona usuària a les diferents màquines amb polsera identificativa, compatible amb el sistema d'autenticació tipus usuari/password personalitzat ja existent a la instal·lació esportiva.
- Seguiment d'entrenament i vinculació amb altres aplicacions i dispositius d'entrenament (Garmin, Strava, etc).
- Programes de gamificació, fidelitat, feedback, reptes i progrés de l'entrenament.
- Idioma en castellà, com a mínim.
- Ha de disposar de diferents mètodes/estímuls d'entrenament intel·ligent i avançats per a l'obtenció de diferents beneficis durant l'entrenament.

L'oferta ha d'incorporar el servei il·limitat del programari, independentment del número de persones usuàries connectades. Per a la millora contínua, el software ha d'actualitzar-se periòdicament durant la durada del període de garantia completa, sent sempre la darrera versió vigent que garanteixi el correcte funcionament del sistema.

El software ha de disposar d'una aplicació d'entrenament per a les persones usuàries del poliesportiu, i per al personal tècnic de sala per a la gestió i seguiment dels entrenaments de les persones usuàries. Les màquines han d'estar vinculades a l'aplicació amb connectivitat completa dels diferents dispositius. L'aplicació ha de permetre:

- Incorporar la marca de les instal·lacions esportives municipals.
- La visualització de les dades de l'entrenament i l'evolució, tant en una pantalla ubicada a la sala de fitness, com mitjançant una aplicació mòbil que pot descarregar-se cada persona usuària.
- La identificació de la persona usuària i definició de perfil, i enregistrament de les seves dades d'entrenament en una mateixa base de dades.

DOCUMENT 4. Plec de clàusules tècniques	ÒRGAN ÀREA DE GOVERNANÇA I DESENVOLUPAMENT LOCAL	REFERÈNCIA 31072025000003
Codi Segur de Verificació: 85e39a6e-7777-48e0-bc2d-50358e71264e Origen: Administració Identificador document original: 2237846 Data d'impressió: 20/01/2026 09:48:10 Pàgina 14 de 56		SIGNATURES 1.- MIRIAN LAGUNA ARANDA (TCAT), 19/01/2026 15:26



- La monitorització de totes les persones usuàries pel part del personal tècnic de sala, per al seguiment, planificació i assessorament de les diferents rutines d'entrenament.
- Compatible amb dispositius mòbils propis.

En quant a les estructures:

- Les màquines no han de tenir vores afilades, i totes les parts en contacte amb el cos han d'estar adequadament protegides per encoixinat o entapissat.
- Els punts o palanques d'ajustament han de ser fàcilment identificables mitjançant color que destaquï.
- El color de les estructures de les màquines haurà de ser de gris fosc o similar, i el color de l'entapissat de color negre o similar, garantint així la línia estètica de tot l'equipament. L'elecció d'aquests colors es realitzarà un cop adjudicat el contracte, per garantir l'homogeneïtat estètica entre els diferents tipus de maquinària de la sala de fitness.
- Els seients i tapisseries han de ser ergonòmics i han de ser d'alta resistència i de material antibacterià, fàcils de netejar amb productes desinfectants.
- Alimentació de les màquines que així ho requereixin: rang de 100-240 V. Han de connectar-se a una presa de corrent protegida, col·locada a la part inferior per tal que no es pugui accionar amb el peu.
- Totes les estructures dels aparells hauran de ser d'acer o d'un material més lleuger però amb igual o major resistència.
- La pintura o tractament de les superfícies haurà de ser antioxidació, per garantir la màxima durabilitat i fiabilitat, de manera que l'aparició d'òxid en qualsevol dels elements de l'aparell en comportarà la seva substitució al llarg del contracte.
- Les rodes de desplaçament hauran de ser de material que no es deformi i que no marqui el paviment de la sala.

En quant al funcionament:

- El funcionament de tots els elements ha de ser de fàcil ús i intuïtiu, permetent als principiants un treball correcte i segur, i als experts un rendiment òptim i progressió constant. En tots els casos, les característiques han de correspondre a un ús professional, d'alta qualitat i gran resistència al treball intensiu.
- S'ha de poder triar diferents rutines en funció dels objectius de cada persona usuària o permetre canviar amb total llibertat.
- La informació del botons i pantalles per a l'ús de les màquines estarà, com a mínim, en castellà.

Les màquines han de complir les directrius de la CE en maquinària i equips radioelèctrics.



ANNEX 1. EQUIPAMENT DE TREBALL DE FORÇA DE RESISTÈNCIA ELECTRÒNICA A SUBMINISTRAR

1. Relació de màquines i elements

Núm	Màquines de treball de força resistència electrònica	Unitats
1	Tracció vertical dorsal "Jalón" al pit	1
2	Abductor	1
3	Adductor	1
4	Prensa tríceps	1
5	Flexió cames "Squat"	1
6	Estació de valoració física	1

2. Característiques tècniques

Les màquines de treball de força de resistència electrònica han de de permetre experiències d'entrenament personalitzat per als diferents tipus de persona usuària i nivells d'experiència.

Totes les màquines de força electrònica han de disposar de resistència electrònica. Hauran de comptar amb un sistema de resistència de transmissió directa mitjançant motor, sense incloure elements mecànics externs de tracció com politges o similars, garantint així una experiència d'entrenament fluida i precisa i sense cap manipulació per part de la persona usuària.

El funcionament de les màquines ha de ser de fàcil ús, intuïtiu, i personalitzat per a les persones usuàries, permetent entrenaments específics per als principiants i per a experts o experimentats.

Les màquines han de poder-se utilitzar tant en mode circuit com en mode obert en tota l'àrea d'entrenament. Aquests tipus de configuració ha de poder modificar-se fàcilment per l'empresa adjudicatària, sota petició expressa de l'Ajuntament de Sant Joan Despí durant el període d'execució del contracte.

1. Màquina Tracció vertical dorsal "Jalón" al pit

Màquina que permet el treball de la musculatura dorsal de l'esquena, deixant de banda la musculatura estabilitzadora.

Execució: L'exercici s'executa flexionant i estenent els braços treballant contra la resistència. S'ha d'assegurar que les espatlles es mantenen en una posició baixa i que el tren superior roman recte durant tot l'exercici.



Característiques tècniques	
Elements d'execució	Botó d'aturada d'emergència: que permeti interrompre el subministrament d'energia al motor elèctric i la generació de resistència. Ha de disposar d'un rodet d'ajustament manual per a les cames per a una major estabilitat.
Pantalla	Tàtil, d'almenys 16", de resolució Full HD.
Elements de regulació i ajustament	Ajustaments automàtics de la màquina: les màquines han de reconèixer a la persona i adoptar els ajustaments guardats com el pes, repeticions, velocitat i durada de l'entrenament, de forma totalment automàtica. En finalitzar l'exercici, la màquina ha de tornar automàticament a la posició estàndard. També ha de permetre ajustaments personalitzats amb la configuració de l'entrenador/a.
Alimentació elèctrica	Si
Connectivitat internet	Mitjançant LAN o WIFI
Programes d'entrenament	Programes d'entrenament de força en funció del grau d'experiència de la persona usuària: mode per a principiants i corba d'entrenament per a orientar a clientela inexperta, que li serveixi de guia per a què dugui a terme una correcta execució en amplitud de moviment, i en un temps adequat i òptim, i mode d'entrenament per a la clientela experta o experimentada, que permeti adaptar l'entrenament a les preferències individuals, i tenir llibertat en l'amplitud de moviment i en el temps de tensió. Ha de comptar amb barra gràfica que faciliti informació en temps real de l'entrenament. Mesuraments de força màxima que calculi automàticament el pes òptim d'entrenament per a la persona usuària.

2. Màquina d'abductor

Màquina que permet el treball aïllat dels músculs abductors de les cama (part externa de la cuixa i maluc): principalment gluti mitjà i gluti menor.



Execució: Des de posició asseguda i l'esquena recolzada completament contra el respall s'estenen des de dins cap a fora contra la resistència.

Característiques tècniques	
Elements d'execució	Botó d'aturada d'emergència: que permeti interrompre el subministrament d'energia al motor elèctric i la generació de resistència. Ha de disposar de nanses als laterals del seient per a una major estabilitat.
Pantalla	Tàctil, d'almenys 16", de resolució Full HD.
Elements de regulació i ajustament	Ajustaments automàtics de la màquina: les màquines han de reconèixer a la persona i adoptar els ajustaments guardats com el pes, repeticions, velocitat i durada de l'entrenament, de forma totalment automàtica. En finalitzar l'exercici, la màquina ha de tornar automàticament a la posició estàndard. També ha de permetre ajustaments personalitzats amb la configuració de l'entrenador/a.
Alimentació elèctrica	Si
Connectivitat internet	Mitjançant LAN o WIFI
Programes d'entrenament	Programes d'entrenament de força en funció del grau d'experiència de la persona usuària: mode per a principiants i corba d'entrenament per a orientar a clientela inexperta, que li serveixi de guia per a què dugui a terme una correcta execució en amplitud de moviment, i en un temps adequat i òptim, i mode d'entrenament per a la clientela experta o experimentada, que permeti adaptar l'entrenament a les preferències individuals, i tenir llibertat en l'amplitud de moviment i en el temps de tensió. Ha de comptar amb barra gràfica que faciliti informació en temps real de l'entrenament. Mesuraments de força màxima que calculi automàticament el pes òptim d'entrenament per a la persona usuària.



3. Màquina d'adductor

Màquina que permet el treball aïllat dels músculs adductors de les cama (part interna de la cuixa).

Execució: des de posició asseguda i l'esquena recolzada completament contra el respall, s'han de tancar les cames contra la resistència de fora cap a dins.

Característiques tècniques	
Elements d'execució	Botó d'aturada d'emergència: que permeti interrompre el subministrament d'energia al motor elèctric i la generació de resistència. Ha de disposar de nanses als laterals del seient per a una major estabilitat.
Pantalla	Tàctil, d'almenys 16", de resolució Full HD.
Elements de regulació i ajustament	Ajustaments automàtics de la màquina: les màquines han de reconèixer a la persona i adoptar els ajustaments guardats com el pes, repeticions, velocitat i durada de l'entrenament, de forma totalment automàtica. En finalitzar l'exercici, la màquina ha de tornar automàticament a la posició estàndard. També ha de permetre ajustaments personalitzats amb la configuració de l'entrenador/a.
Alimentació elèctrica	Si
Connectivitat internet	Mitjançant LAN o WIFI



Característiques tècniques	
Programes d'entrenament	Programes d'entrenament de força en funció del grau d'experiència de la persona usuària: mode per a principiants i corba d'entrenament per a orientar a clientela inexperta, que li serveixi de guia per a què dugui a terme una correcta execució en amplitud de moviment, i en un temps adequat i òptim, i mode d'entrenament per a la clientela experta o experimentada, que permeti adaptar l'entrenament a les preferències individuals, i tenir llibertat en l'amplitud de moviment i en el temps de tensió. Ha de comptar amb barra gràfica que faciliti informació en temps real de l'entrenament. Mesuraments de força màxima que calculi automàticament el pes òptim d'entrenament per a la persona usuària.

4. Premsa de tríceps

Màquina que permet el treball de la part superior dels braços, involucrant pràcticament a tota la musculatura de les espatlles: tríceps braquial i deltoides, principalment.

Execució: L'exercici s'executa amb la part superior del cos lleugerament flexionada cap endavant. Els braços s'han d'estendre cap avall i després tornar a flexionar-los. S'ha de mantenir les espatlles en posició baixa en tot moment.

Característiques tècniques	
Elements d'execució	Botó d'aturada d'emergència: que permeti interrompre el subministrament d'energia al motor elèctric i la generació de resistència. Per a una major estabilitat durant el moviment, s'ha de disposar d'un rodet d'ajustament manual per a les cames.
Pantalla	Tàctil, d'almenys 16", de resolució Full HD.
Elements de regulació i ajustament	Ajustaments automàtics de la màquina: les màquines han de reconèixer a la persona i adoptar els ajustaments guardats com el pes, repeticions, velocitat i durada de l'entrenament, de forma totalment automàtica. En finalitzar l'exercici, la màquina ha de



Característiques tècniques	
	tornar automàticament a la posició estàndard. També ha de permetre ajustaments personalitzats amb la configuració de l'entrenador/a.
Alimentació elèctrica	Si
Connectivitat internet	Mitjançant LAN o WIFI
Programes d'entrenament	Programes d'entrenament de força en funció del grau d'experiència de la persona usuària: mode per a principiants i corba d'entrenament per a orientar a clientela inexperta, que li serveixi de guia per a què dugui a terme una correcta execució en amplitud de moviment, i en un temps adequat i òptim, i mode d'entrenament per a la clientela experta o experimentada, que permeti adaptar l'entrenament a les preferències individuals, i tenir llibertat en l'amplitud de moviment i en el temps de tensió. Ha de comptar amb barra gràfica que faciliti informació en temps real de l'entrenament. Mesuraments de força màxima que calculi automàticament el pes òptim d'entrenament per a la persona usuària.

5. Flexió de cames "Squat"

Màquina que permet el treball dels quàdriceps, isquiotibials i gluti

Execució: El moviment consisteix en flexionar els genolls i els malucs per baixar el cos cap avall i seguidament el cos es desplaça cap amunt, estenent les cames. La càrrega es sosté sobre les espatlles.

Característiques tècniques	
Elements d'execució	Botó d'aturada d'emergència: que permeti interrompre el subministrament d'energia al motor elèctric i la generació de resistència. Ha de disposar d'una base o plataforma per col·locar-se de peu i sobre la qual s'executa l'exercici.



Característiques tècniques	
Pantalla	Tàtil, d'almenys 16", de resolució Full HD.
Elements de regulació i ajustament	Ajustaments automàtics de la màquina: les màquines han de reconèixer a la persona i adoptar els ajustaments guardats com el pes, repeticions, velocitat i durada de l'entrenament, de forma totalment automàtica. En finalitzar l'exercici, la màquina ha de tornar automàticament a la posició estàndard. També ha de permetre ajustaments personalitzats amb la configuració de l'entrenador/a.
Alimentació elèctrica	Si
Connectivitat internet	Mitjançant LAN o WIFI
Programes d'entrenament	Programes d'entrenament de força en funció del grau d'experiència de la persona usuària: mode per a principiants i corba d'entrenament per a orientar a clientela inexperta, que li serveixi de guia per a què dugui a terme una correcta execució en amplitud de moviment, i en un temps adequat i òptim, i mode d'entrenament per a la clientela experta o experimentada, que permeti adaptar l'entrenament a les preferències individuals, i tenir llibertat en l'amplitud de moviment i en el temps de tensió. Ha de comptar amb barra gràfica que faciliti informació en temps real de l'entrenament. Mesuraments de força màxima que calculi automàticament el pes òptim d'entrenament per a la persona usuària.

6. Estació de valoració física

Característiques tècniques
Element central de valoració física tipus quiosc/tòtem vertical, per a la identificació i enregistrament de les dades de les persones usuàries: - mesurament i enregistrament de dades corporals de la persona - enregistrament de l'inici de la sessió d'entrenament

DOCUMENT 4. Plec de clàusules tècniques	ÒRGAN ÀREA DE GOVERNANÇA I DESENVOLUPAMENT LOCAL	REFERÈNCIA 31072025000003
Codi Segur de Verificació: 85e39a6e-7777-48e0-bc2d-50358e71264e Origen: Administració Identificador document original: 2237846 Data d'impressió: 20/01/2026 09:48:10 Pàgina 22 de 56		SIGNATURES 1.- MIRIAN LAGUNA ARANDA (TCAT), 19/01/2026 15:26



AJUNTAMENT DE
SANT JOAN DESPÍ

Característiques tècniques

- visualització del progrés de les persones usuàries
- simplificació de tests i mesuraments per part del personal tècnic de sala, amb la finalitat d'incrementar l'eficiència i satisfacció de les persones i l'atenció del personal tècnic.

Ha de permetre a la persona usuària visualitzar totes les seves dades d'entrenament i perfil personalitzat, en un entorn intuïtiu i senzill, accessible per a tot tipus de persona.

Ha de ser l'element d'interconnexió amb el software de totes les màquines de força amb resistència electrònica, ajustant-les automàticament a l'entrenament de la persona identificada (paràmetres, mesuraments, forces màximes...).

L'estació o tòtem ha de:

- Ser compatible amb altres equips d'enregistrament de composició corporal.
- Disposar de pantalla tàctil de resolució Full HD d'almenys 25", i càmera d'alta precisió per als mesuraments.
- La connexió de les dades també ha de poder-se efectuar amb l'aplicació mòbil de les persones abonades i del personal tècnic de sala.
- Iniciar la sessió sense contacte, mitjançant lector RFID.



ANNEX 2. EQUIPAMENT DE TREBALL CARDIOVASCULAR A SUBMINISTRAR

1. Relació de màquines

Núm	Màquines de treball cardiovascular	Unitats
1	Cinta de córrer	8
2	El·líptica	5
3	Bicicleta amb suport d'esquena (horitzontal)	2
4	Bicicleta vertical	1
5	Escaladora	1

2. Característiques tècniques

1. Cinta de córrer

La cinta de córrer ha de ser esmorteïda per que redueixi l'impacte al córrer, millorant la sensació d'entrenament i adaptabilitat a la forma de córrer.

Tots els controls han de ser fàcilment localitzables i intuïtius per tal de poder gestionar l'entrenament sense dificultat. S'ha de poder canviar la inclinació i la velocitat de manera immediata amb mecanismes i/o controls senzills als passamans i han d'estar a la vista de la persona usuària.

L'alçada de les cintes de córrer i caminar, atesa la varietat de persones usuàries, haurà de permetre el fàcil accés, indicant-se a les característiques específiques l'alçada màxima.

Els programes d'exercici de la cinta de córrer han de tenir variabilitat de tipus d'entrenaments. La cinta ha de regular automàticament el ritme i inclinació de la banda en funció de l'entrenament que s'està executant.

S'han de poder definir entrenaments per temps, calories i distància.

Característiques tècniques	
Pantalla	Tàctil de mínim 19". Tecnologia mínima LCD. Ha de simular els sistemes operatius de telèfons intel·ligents i tauletes convencionals per facilitar la connexió amb el contingut i inici de sessió amb sistema RFID
Connexió amb altres dispositius d'entrenament	Si
Wifi / Bluetooth	Si (Bluetooth: smartphones, audífons i



Característiques tècniques	
	freqüència cardíaca)
Pes màxim persona usuària	Mínim 182 kg
Rang d'inclinació	0 a 15%
Rang velocitat	0,8 a 20 km/h
Superfície de carrera	Mínim 55 x 150 cm
Alçada de la plataforma de carrera	Màxim 23 cm
Potència motor	4,2 CV
Sensors de freqüència cardíaca	Sí, sistema de contacte (per sensors tàctils als manillars) i per telemetria.
Aturada d'emergència visible i accessible	Si
Ventilador integrat	Si
Sistema per a càrrega de dispositius: connexió USB i sistema sense fils	Si
Dimensions màximes	215 x 90 x 165 cm
Programes d'entrenament	Mínim 12 Possibilitat d'entrenaments interactius en velocitat, i resistència amb els vídeos d'entrenament i recorreguts.
Connectivitat Ethernet	Si
Alimentació elèctrica	Si
Tipus ús	Professional

2. El·líptica

Les màquines el·líptiques han de permetre un moviment fluid i constant, permetent sensació de reducció del soroll i de la fricció.

Tots els controls han de ser fàcilment localitzables i intuïtius per tal de poder gestionar l'entrenament sense dificultat. S'ha de poder canviar la resistència de manera immediata amb mecanismes i/o controls senzills als manillars i han d'estar a la vista de la persona usuària.

Els programes d'exercici de l'el·líptica han de tenir variabilitat de tipus d'entrenaments. La màquina ha de regular automàticament la resistència en funció de l'entrenament que s'està executant.

S'han de poder definir entrenaments per temps, calories i distància.

Les màquines el·líptiques hauran de ser accessibles de manera frontal i senzilla.

Han de disposar de doble agafada: estàtica frontal i laterals per al moviment de braços.



Característiques tècniques	
Pantalla	Tàtil de mínim 16". Tecnologia mínima LCD. Ha de simular els sistemes operatius de telèfons intel·ligents i tauletes convencionals per facilitar la connexió amb el contingut. Inici de sessió amb sistema RFID
Connexió amb altres dispositius d'entrenament	Si
Wifi / Bluetooth	Si (Bluetooth: smartphones, audífons i freqüència cardíaca)
Pes màxim persona usuària	182 kg
Sensors de freqüència cardíaca	Sí, sistema de contacte (per sensors tàctils als manillars) i per telemetria.
Nivells de resistència	Mínim 25
Ventilador integrat	Si
Sistema per a càrrega de dispositius: connexió USB i sistema sense fils	Si
Dimensions màximes	178 x 74 x 180 cm
Pujada a la màquina	Per la part posterior, de manera frontal
Programes d'entrenament	Mínim 12 Possibilitat d'entrenaments interactius en velocitat, i resistència amb els vídeos d'entrenament i recorreguts.
Connectivitat Ethernet	Si
Alimentació elèctrica	Si
Tipus ús	Professional

3. Bicicleta amb suport d'esquena (horitzontal)

Tots els controls han de ser fàcilment localitzables i intuïtius per tal de poder gestionar l'entrenament sense dificultat. S'ha de poder canviar la inclinació i la resistència amb mecanismes i/o controls senzills als manillars i han d'estar a la vista de la persona usuària.

Els programes d'exercici de la bicicleta han de tenir variabilitat de tipus d'entrenaments. La màquina ha de regular automàticament la resistència en funció de l'entrenament que s'està executant.

S'han de poder definir entrenaments per temps, calories i distància.

Les bicicletes horitzontals, atès la varietat de persones usuàries, hauran de ser de de fàcil accés, de manera que no hi hagi cap element que obligui a fer el gest de "pujar a cavall" per sobre de la màquina per poder accedir al seient. Haurà de ser totalment



transitable entre l'estructura que integra la consola i els pedals, i la part que suporti el seient i han d'estar especialment dissenyades per mantenir una postura còmoda i correcta.

Les bicicletes han de disposar d'un seient fàcilment regulable que permeti l'adaptació a la biologia de la persona usuària.

Els pedals hauran de ser auto ajustables.

Característiques tècniques	
Pantalla	Tàtil de mínim 16". Tecnologia mínima LCD. Ha de simular els sistemes operatius de telèfons intel·ligents i tauletes convencionals per facilitar la connexió amb el contingut. Inici de sessió amb sistema RFID
Connexió amb altres dispositius d'entrenament	Si
Wifi / Bluetooth	Si (Bluetooth: smartphones, audífons i freqüència cardíaca)
Pes màxim persona usuària	182 kg
Sensors de freqüència cardíaca	Sí, sistema de contacte (per sensors tàctils als manillars) i per telemetria.
Nivells de resistència màxims	30
Ventilador integrat	Si
Sistema per a càrrega de dispositius: connexió USB i sistema sense fils	Si
Dimensions màximes	155 x 68 x 145 cm
Programes d'entrenament	Mínim 12 Possibilitat d'entrenaments interactius en velocitat, i resistència amb els vídeos d'entrenament i recorreguts.
Connectivitat Ethernet	Si
Alimentació elèctrica	Si
Tipus ús	Professional

4. Bicicleta vertical

La bicicleta ha de tenir una amplitud suficient i sense barreres per accedir a l'equip sense dificultat per a qualsevol persona.

Tots els controls han de ser fàcilment localitzables i intuïtius per tal de poder gestionar l'entrenament sense dificultat. S'ha de poder canviar la resistència de manera fàcil amb





mecanismes i/o controls senzills als manillars i han d'estar a la vista de la persona usuària.

Els programes d'exercici de la bicicleta han de tenir variabilitat de tipus d'entrenaments. La màquina ha de regular automàticament la resistència en funció de l'entrenament que s'està executant.

S'han de poder definir entrenaments per temps, calories i distància.

La bicicleta ha de disposar d'un seient fàcilment regulable que permeti l'adaptació a la biologia de l'usuari, i el manillar ha de disposar de base per recolzar els colzes.

Els pedals hauran de ser auto ajustables.

Característiques tècniques	
Pantalla	Tàctil de mínim 16". Tecnologia mínima LCD. Ha de simular els sistemes operatius de telèfons intel·ligents i tauletes convencionals per facilitar la connexió amb el contingut. Inici de sessió amb sistema RFID
Connexió amb altres dispositius d'entrenament	Si
Wifi / Bluetooth	Si (Bluetooth: smartphones, audífons i freqüència cardíaca)
Pes màxim persona usuària	Mínim 182 kg
Sensors de freqüència cardíaca	Sí, sistema de contacte (per sensors tàctils als manillars) i per telemetria.
Nivells de resistència màxims	30
Ventilador integrat	Si
Sistema per a càrrega de dispositius: connexió USB i sistema sense fils	Si
Dimensions màximes	125 x 75 x 155 cm
Programes d'entrenament	Mínim 12 Possibilitat d'entrenaments interactius en velocitat, i resistència amb els vídeos d'entrenament i recorreguts.
Connectivitat Ethernet	Si
Alimentació elèctrica	Si
Tipus ús	Professional



5. Escaladora

La màquina ha de tenir amplitud suficient per a l'execució de "pujada d'escalas" sense dificultat per a la persona usuària.

Tots els controls han de ser fàcilment localitzables i intuïtius per tal de poder gestionar l'entrenament sense dificultat. S'ha de poder canviar la resistència de manera immediata amb mecanismes i/o controls senzills. Els controls a la consola han d'estar a la vista de la persona usuària.

Ha de disposar de manillar perimetral per agafar-se i per assegurar l'execució de l'exercici amb seguretat i sistema de bloqueig de les escales.

Característiques tècniques	
Pantalla	Tàctil de mínim 16". Tecnologia mínima LCD. Ha de simular els sistemes operatius de telèfons intel·ligents i tauletes convencionals per facilitar la connexió amb el contingut. Inici de sessió amb sistema RFID
Connexió amb altres dispositius d'entrenament	Si
Wifi / Bluetooth	Si (Bluetooth: smartphones, audífons i freqüència cardíaca)
Pes màxim persona usuària	182 kg
Sensors de freqüència cardíaca	Sí, sistema de contacte (per sensors tàctils als manillars) i per telemetria.
Nivells de resistència	Mínim 25
Ventilador integrat	Si
Sistema per a càrrega de dispositius: connexió USB i sistema sense fils	Si
Dimensions màximes	165 x 105 x 220 cm
Alçada màxima per pujar	38 cm
Programes d'entrenament	Mínim 12 Possibilitat d'entrenaments interactius en velocitat, i resistència amb els vídeos d'entrenament i recorreguts.
Connectivitat Ethernet	Si
Alimentació elèctrica	Si
Tipus ús	Professional



ANNEX 3. EQUIPAMENT DE TREBALL DE FORÇA I ALTRES ESTRUCTURES A SUBMINISTRAR

1. MÀQUINES DE TREBALL DE FORÇA

1.1 Relació de màquines

Núm	Relació de màquines de treball de força	Unitats
1	Prensa de pit	1
2	Prensa d'espatlla	1
3	Rem assegut	1
4	Extensió cames (quàdriceps)	1
5	Flexió cames en pronació (isquiotibials)	1
6	Maquina pectoral/espatlla	1

1.2 Característiques tècniques

1. Prensa de pit

Màquina que permet el treball de la musculatura del pit. Musculatura principal implicada: pectorals, tríceps braquial i deltoides.

L'execució per al treball de la musculatura del pit es realitza des de posició asseguda, els peus recolzats al terra o a la base de la màquina, l'esquena recolzada completament contra el respall i les mans a les agafades dels braços de la màquina. S'executa un moviment de tancament de braços.

Característiques tècniques	
Pantalla	Tàctil, de mínim 15". Tecnologia mínima LCD
Inici sessió	Tecnologia RFID
Paràmetres mínims d'informació	Mínim 4 La pantalla ha de permetre identificar el pes màxim de referència de les persones usuàries per a establir el programa d'entrenament personalitzat.
Idioma en pantalla	Mínim castellà
Integració i compatibilitat amb altres App's i software d'entrenaments	Si
Dimensions màximes en execució	170 x 142 x 135 cm (LxAxH)
Regulació assistida	Seient i respall, en un mínim de 6 posicions
Sistema de càrrega	De plaques, amb selector i carcassa protectora completa posterior i davantera.



Característiques tècniques	
	Transmissió mitjançant cable.
Càrrega mínima (pes apilat plaques)	105 kg
Elements d'execució	Doble agafada, permet execució independent de cada braç. Base de recolzament per als peus
Wifi i Bluetooth	Si
Programes d'entrenament	Mínim 3
Connectivitat Ethernet	Si
Alimentació elèctrica	Si
Tipus ús	Professional

2. Premsa d'espatlla

Màquina que permet el treball de la musculatura de les espatlles. Musculatura principal implicada: deltoides, tríceps braquial i trapezis.

L'execució es realitza des de posició reclinada amb l'esquena recolzada completament contra el respall, els peus recolzats al terra i les mans a les agafades dels braços de la màquina. S'executa un moviment ascendent i convergent i independent de braços.

Característiques tècniques	
Pantalla	Tàctil, de mínim 15". Tecnologia mínima LCD
Inici sessió	Tecnologia RFID
Paràmetres mínims d'informació	Mínim 4 La pantalla ha de permetre identificar el pes màxim de referència de les persones usuàries per a establir el programa d'entrenament personalitzat.
Idioma en pantalla	Mínim castellà
Integració i compatibilitat amb altres App's i software d'entrenaments	Si
Dimensions màximes en execució	170 × 148 × 175 cm (LxAxH)
Regulació assistida	Seient, en un mínim de 6 posicions
Sistema de càrrega	De plaques, amb selector i carcassa protectora completa posterior i davantera. Transmissió mitjançant cable.
Càrrega mínima (pes apilat plaques)	90 kg
Elements d'execució	Doble agafada, permet execució independent de cada braç.
Wifi i Bluetooth	Si
Programes d'entrenament	Mínim 3



Característiques tècniques	
Connectivitat Ethernet	Si
Alimentació elèctrica	Si
Tipus ús	Professional

3. Rem assegut

Màquina que permet el treball de la musculatura de l'esquena. Musculatura principal implicada: dorsal ample, trapezis i romboides.

L'execució es realitza des de posició asseguda amb el pit recolzat completament contra el coixinet, els peus recolzats al terra o a la base de la màquina i les mans a les agafades dels braços de la màquina. S'executa un moviment de "rem", convergent i independent de braços.

Característiques tècniques	
Pantalla	Tàtil, de mínim 15". Tecnologia mínima LCD
Inici sessió	Tecnologia RFID
Paràmetres mínims d'informació	Mínim 4 La pantalla ha de permetre identificar el pes màxim de referència de les persones usuàries per a establir el programa d'entrenament personalitzat.
Idioma en pantalla	Mínim castellà
Integració i compatibilitat amb altres App's i software d'entrenaments	Si
Dimensions màximes en execució	160 × 140 × 142 cm (LxAxH)
Regulació assistida	Seient, amb un mínim de 6 posicions, i coixinet del pit amb un mínim de 8 posicions
Sistema de càrrega	De plaques, amb selector i carcassa protectora completa posterior i davantera. Transmissió mitjançant cable.
Càrrega mínima (pes apilat plaques)	105 kg
Elements d'execució	Doble agafada, permet execució independent de cada braç Base de recolzament per als peus
Wifi i Bluetooth	Si
Programes d'entrenament	Mínim 3
Connectivitat Ethernet	Si
Alimentació elèctrica	Si
Tipus ús	Professional



4. Màquina d'extensió de cames

Màquina que permet el treball aïllat del quàdriceps femoral (part anterior de la cama).

L'execució es realitza des de posició asseguda i l'esquena recolzada completament contra el respatller, amb la part posterior del genoll en contacte amb el farciment, el rodet d'empenta es manté davant dels turmells. S'executa un moviment controlat estirant i flexionant les cames.

Característiques tècniques	
Pantalla	Tàtil, de mínim 15". Tecnologia mínima LCD
Inici sessió	Tecnologia RFID
Paràmetres mínims d'informació	Mínim 4 La pantalla ha de permetre identificar el pes màxim de referència de les persones usuàries per a establir el programa d'entrenament personalitzat.
Idioma en pantalla	Mínim, castellà
Integració i compatibilitat amb altres App's i software d'entrenaments	Si
Dimensions màximes en execució	153 × 126 × 136 cm (LxAxH)
Regulació assistida	Coixinet rodó davant dels turmells i respatller, amb un mínim de 6 posicions
Elements d'execució	Nanses als laterals del seient
Sistema de càrrega	De plaques, amb selector i carcassa protectora completa posterior i davantera. Transmissió mitjançant cable.
Càrrega mínima (pes apilat plaques)	105 kg
Wifi i Bluetooth	Si
Programes d'entrenament	Mínim 3
Connectivitat Ethernet	Si
Alimentació elèctrica	Si
Tipus ús	Professional

5. Màquina de flexió de cames en pronació

Màquina que permet el treball aïllat del múscul femoral de la cama (part posterior de la cuixa) en posició estirada de cap per avall. Musculatura principal implicada: isquiotibials.

L'execució es realitza flexionant i estirant les cames alhora amb un moviment controlat.

Característiques tècniques	
Pantalla	Tàtil, de mínim 15". Tecnologia mínima LCD



Característiques tècniques	
Inici sessió	Tecnologia RFID
Paràmetres mínims d'informació	Mínim 4 La pantalla ha de permetre identificar el pes màxim de referència de les persones usuàries per a establir el programa d'entrenament personalitzat.
Idioma en pantalla	Mínim, castellà
Integració i compatibilitat amb altres App's i software d'entrenaments	Si
Dimensions màximes en execució	175 ×115× 135 cm (LxAxH)
Regulació assistida	Coixinet rodó darrera genolls amb un mínim de 5 posicions
Elements d'execució	Nanses davanteres i coixinets per recolzar els colzes
Sistema de càrrega	De plaques, amb selector i carcassa protectora completa posterior i davantera. Transmissió mitjançant cable.
Càrrega mínima (pes apilat plaques)	90 kg
Wifi i Bluetooth	Si
Programes d'entrenament	Mínim 3
Connectivitat Ethernet	Si
Alimentació elèctrica	Si
Tipus ús	Professional

6. Màquina pectoral/espatlla

Màquina destinada al treball de la musculatura del pit i espatlles. Musculatura principal implicada: pectoral i deltoides.

L'execució es realitza des de posició asseguda, els peus recolzats al terra o a la base de la màquina), el pit o l'esquena recolzat contra el coixí (respatller) i les mans als mànecs dels braços/palanques de la màquina. S'executa un moviment d'apropament del braços (treball de pit), o bé el moviment d'elevació de braços (treball de deltoides). El moviment dels braços s'ha de poder realitzar de forma independent.

Característiques tècniques	
Pantalla	Tàctil, de mínim 15". Tecnologia mínima LCD
Inici sessió	Tecnologia RFID
Paràmetres mínims d'informació	Mínim 4 La pantalla ha de permetre identificar el pes màxim de referència de les persones usuàries per a establir el programa d'entrenament personalitzat.



Característiques tècniques	
Idioma en pantalla	Mínim castellà
Integració i compatibilitat amb altres App's i software d'entrenaments	Si
Dimensions màximes en execució	145 × 195 × 198 cm (LxAxH)
Regulació assistida	Seient, amb un mínim de 6 posicions,
Sistema de càrrega	De plaques, amb selector i carcassa protectora completa posterior i davantera. Transmissió mitjançant cable.
Càrrega mínima (pes apilat plaques)	130 kg
Elements d'execució	Braços amb un mínim de 8 posicions d'inici per treballar pectoral i deltoides. Base de recolzament per als peus
Wifi i Bluetooth	Si
Programes d'entrenament	Mínim 4
Connectivitat Ethernet	Si
Alimentació elèctrica	Si
Tipus ús	Professional

2. ALTRES ESTRUCTURES DE TREBALL DE FORÇA

2.1 Relació d'estructures

Núm	Altres estructures de treball de força	Unitats
1	Dominades assistides càrrega plaques	1
2	Multi estació 4 estacions	1
3	Multi estació 8 estacions	1
4	Multipower càrrega disc	1
5	Prensa de cames càrrega disc	1
6	Prensa cames "HackSquat" càrrega disc	1
7	Tracció maluc "Hip Trust" càrrega disc	1
8	Màquina de braços cíclica	1

2.2 Característiques tècniques

1. Dominades assistides càrrega plaques

Màquina destinada al treball de la musculatura de l'esquena i braços. Musculatura principal implicada: dorsal i bíceps.

L'execució es realitza des de posició de peu (sense assistència) o bé amb els genolls recolzats a l'encoixinat de la màquina (amb assistència), i les mans als mànecs de la



màquina. S'executa un moviment d'elevació el cos gràcies a la flexió de braços, apropant el pit a la barra que conté els mànecs.

Característiques tècniques	
Comptador	Mínim 2 paràmetres d'informació: repeticions i temps de treball
Dimensions màximes	144 × 154 × 220 cm (LxAxH)
Sistema de càrrega	De plaques, amb selector i carcassa protectora completa posterior i davantera. Transmissió mitjançant cable.
Càrrega mínima (pes apilat plaques)	65 kg
Regulació assistida	Plataforma per genolls
Elements d'execució	- Plataforma encoixinada per genolls plegable per execució d'exercicis sense recolzament. - Mànecs d'agafada han de tenir diferents posicions
Tipus ús	Professional

2. Multi Estació 4 estacions

Estructura destinada al treball de diferents grups musculars amb multi politges, mitjançant 4 estacions de treball.

Característiques tècniques	
Tipus d'estacions de treball	- 1 Politja alta amb seient i rodets encoixinat per a les cames, de tracció vertical. Càrrega mínima (pes apliat plaques) de 130 kg - 2 Politges altes, de doble politja, regulables en alçada. Càrrega mínima (pes apilat plaques) de 90 kg - 1 Politja baixa amb seient, de tracció horitzontal (rem) i de doble politja, amb base per recolzar els peus. Càrrega mínima (pes apilat plaques) de 130 kg. Ha de permetre intercanviar la posició de les estacions en funció de necessitats. Ha d'incloure els elements necessaris per fixar les 4 estacions.
Elements d'execució	Barra de dominades, barra de de bíceps, barra de tríceps i agafada de rem
Sistema de càrrega	De plaques, amb selector i carcassa protectora completa posterior i davantera.



Característiques tècniques	
	Transmissió mitjançant cable.
Tipus ús	Professional

3. Multi Estació 8 estacions

Estructura destinada al treball de diferents grups musculars amb diferents politges, mitjançant 8 estacions de treball.

Característiques tècniques	
Tipus d'estacions de treball	Tren central, que connecta dos blocs d'estacions de treball amb politges a ambdós costats regulables en alçada i càrrega: - 1 Politja alta amb seient i rodets encoixinat per a les cames, de tracció vertical. Càrrega mínima (pes apilat plaques) de 130 kg - 1 Politja baixa amb seient, de tracció horitzontal (rem) i de doble politja, amb base per recolzar els peus. Càrrega mínima (pes apilat plaques) de 130 kg. - 6 Politges altes, de doble politja, regulables en alçada. Càrrega mínima (pes apilat plaques) de 90 kg - Barra de dominades a la part central del tren amb dos agafades: agafada per dorsal i agafada per bíceps. Ha de permetre intercanviar la posició de les estacions en funció de les necessitats. Ha d'incloure els elements necessaris per fixar les 8 estacions i el tren central.
Sistema de càrrega	De plaques, amb selector. Transmissió mitjançant cable.
Tipus ús	Professional

4. Multipower càrrega de disc

Màquina destinada al treball de grans grups musculars, tant de cames com de tren superior.

L'execució es pot realitzar tant de peu com amb el suport de bancs de treball.



Característiques tècniques	
Dimensions màximes	112 x 235 x 245 cm (LxAxH)
Sistema de càrrega	Càrrega de disc
Elements d'execució	Mínim 8 punts d'emmagatzematge de disc integrats a la màquina. Àmplia base per a recolzar els peus en posició vertical. Sistema de topall per regular el rang de moviment i topalls de seguretat. Sistema de contrapès per garantir una resistència inicial de treball baixa
Tipus ús	Professional

5. Premsa de cames càrrega disc

Màquina destinada al treball de la musculatura de cames. Musculatura principal implicada: quàdriceps, glutis i femorals.

L'execució es realitza en posició estirat cap per amunt, amb inclinació de 45 graus, amb l'esquena recolzada al respatllet i els peus recolzats a la base de la màquina. S'executa un moviment de flexió de maluc i genolls fins assolir un angle de 90 graus amb els genolls i posterior extensió de cames empenyent la plataforma, realitzant un moviment ascendent.

Característiques tècniques	
Dimensions màximes	230 x 172 x 160 cm (LxAxH)
Sistema de càrrega	Càrrega de disc
Elements d'execució	Respatller per recolzar l'esquena regulable en angle d'inclinació. Mínim 4 punts d'emmagatzematge de disc i 4 de càrrega. Àmplia base per a recolzar els peus. Mànecs als laterals del seient per desbloquejar i bloquejar la càrrega per iniciar i finalitzar l'execució. Sistema de topall per regular el rang de moviment de cames per adaptar-se a qualsevol alçada
Tipus ús	Professional



6. Premsa de cames "Hack Squat" càrrega disc

Màquina destinada al treball de la musculatura de cames. Musculatura principal implicada: quàdriceps, glutis i femorals.

L'execució es realitza en posició de peu, amb l'esquena recolzada al respatllet i els peus recolzats a la base de la màquina. S'executa un moviment de flexió de maluc i genolls descendent i posterior extensió de cames per recuperar la posició inicial.

Característiques tècniques	
Dimensions màximes	230 x 150 x 145 cm (LxAxH)
Sistema de càrrega	Càrrega de disc
Elements d'execució	Mínim 4 punts d'emmagatzematge de disc i 2 de càrrega. Àmplia base per a recolzar els peus en posició vertical. Àmplia superfície del respatllet. Palanques als laterals del respatllet per desbloquejar i bloquejar la càrrega per iniciar i finalitzar l'execució. Sistema de topall per regular el rang de moviment per adaptar-se a qualsevol alçada. Coixinets per recolzar les espatlles
Tipus ús	Professional

7. Tracció maluc "Hip Trust" càrrega disc

Màquina destinada al treball de la musculatura del maluc i cames. Musculatura principal implicada: glutis major, mitjà i menor.

L'execució es realitza amb l'esquena recolzada al respatllet i els peus recolzats al terra o base de la màquina. S'executa un moviment d'elevació del maluc.

Característiques tècniques	
Dimensions màximes	170 x 135 x 110 cm (LxAxH)
Sistema de càrrega	Carrega de disc
Elements d'execució	Coixinet rodó per al maluc fàcilment abatible per a facilitar l'accés a l'aparell, i ajustable al cos. Respatller ampli per recolzar l'esquena i àmplia base antilliscant per recolzar els peus.
Tipus ús	Professional



8. Màquina de braços cíclica

Màquina destinada al treball de la musculatura del tren superior mitjançant un moviment cíclic, per al treball escapular i de braços.

Característiques tècniques	
Consola	Tecnologia mínima LCD
Paràmetres d'informació	Mínim 4 paràmetres de l'entrenament
Elements d'execució	Bieles i agafadors rotatoris i neutres per facilitar l'adherència en qualsevol direcció. Bieles independents per a un moviment independent per a cada braç. Seient abatible per facilitar l'accés a usuaris amb mobilitat reduïda amb cadira de rodes, i per permetre el treball en posició de peu. Palanca per bloqueig ràpid de tipus de moviment cíclic
Alimentació	Per autogeneració
Sistema de resistència	Sistema de transmissió per cadena
Dimensions màximes	Longitud màxima 160 cm
Programes d'entrenament	Mínim 12
Tipus ús	Professional



ANNEX 4. EQUIPAMENT DE PES LLIURE I ACCESSORIS A SUBMINISTRAR

1. Bancs i suports

Núm	Elements	Unitats
1	Banc pla olímpic	2
2	Banc inclinat olímpic	1
3	Banc lumbar (hiperextensió)	1
4	Banc declinat ajustable	1
5	Banc de bíceps	1
6	Banc multi ajustable	4
7	Suport disc olímpic	1
8	Suport barres olímpiques	1
9	Suport barres muntades amb pes integrat	2
10	Suport manuelles	1

Els elements de treball funcional de la sala han de permetre el correcte entrenament, garantir l'alta durabilitat i els materials de primera qualitat, d'ús professional.

Núm	Element	Característiques
1	Banc pla olímpic	Ha de disposar de suports mòbils per a la barra que faciliti l'aixecament de la mateixa i tornin automàticament al seu lloc deixant el recorregut lliure per fer l'exercici. El banc ha d'estar integrat i ancorat a l'estructura. L'estructura ha de disposar com a mínim de 10 ganxos per emmagatzemar els discos.
2	Banc inclinat olímpic	Ha de disposar de suports mòbils per a la barra que faciliti l'aixecament de la mateixa i tornin automàticament al seu lloc deixant el recorregut lliure per fer l'exercici. El banc ha d'estar integrat i ancorat a l'estructura. L'estructura ha de disposar com a mínim de 10 ganxos per emmagatzemar els discos. Seient regulable en alçada.



Núm	Element	Característiques
3	Banc lumbar (hiperextensió)	Ha de disposar de: - coixinets amplis per a les cames - plataformes àmplies i antilliscants per a recolzar els peus - nanses laterals per a agafar-se durant l'exercici
4	Banc declinat ajustable	Ajustaments: - Respatller: ha de tenir com a mínim 7 posicions regulables, en posició declinada, des d'un mínim de 2,5° fins a un mínim de 85°. - Seient: regulable en l'alçada. El coixí del respatller ha de ser ampli per donar major estabilitat. Ha de disposar de: - coixinets per a les cames - rodes integrades per al transport
5	Banc de bíceps	Banc exclusiu per al treball de la musculatura de braços (bíceps). Ha de disposar de: - coixí per recolzar braços ampli i resistent - seient amb inclinació per a la correcta posició del cos per a l'execució de l'exercici - proteccions en l'estructura i barres
6	Banc multi ajustable	Ajustaments: - Respatller i seient regulables, en sistema multi angle. Coixí del respatller ampli per a major estabilitat. Ha de disposar de rodes i nanses integrades per al transport.
7	Suport disc olímpic	Capacitat d'emmagatzematge: mínim 250 kg. Punts d'emmagatzematge: mínim 8. Els punts per a discos més pesats han de ser els més baixos per facilitar la seva col·locació. Ha de disposar d'elements de goma o similar



Núm	Element	Característiques
		per protegir l'estructura. Dimensions màximes: 88 x 60 x 110 (LxAxAI)
8	Suport barres olímpiques	Capacitat d'emmagatzematge: mínim 8 barres. Tipus estructura: base per a la col·locació de barres en posició vertical. L'estructura ha de ser compacte, per ocupar poc espai.
9	Suport barres muntades amb pes integrat	Capacitat d'emmagatzematge: per a un mínim de 5 barres. Tipus estructura: base amb braços verticals per a la col·locació de barres en posició horitzontal
10	Suport manuelles hexagonals	Estructura per a manuelles hexagonals Capacitat d'emmagatzematge: per a un mínim de 5 parells de manuelles, tipus hexagonals, de 2,5 fins a 12,5 kg. Tipus estructura: base per a la col·locació en paret.

2. Pesos i accessoris

Núm	Elements	Unitats
1	Manuelles	Segons descripció de cada element
2	Manuelles hexagonals	
3	Disc olímpic	
4	Barres olímpiques	
5	Barres muntades amb pes integrat	
6	Agafades/barres per a multi estació	
7	Protector de barra	
8	Topall barra olímpica	

Els elements de treball funcional i pesos lliures de les sales han de permetre el correcte entrenament, gràcies a l'alta durabilitat i els materials de primera qualitat, d'ús professional.

Tots els elements amb pes han de tenir clarament identificat el seu pes, en un lloc visible. Si és possible, fer ús de colors diferenciadors per facilitar la identificació.



Núm	Element	Característiques	Unitats
1	Manuelles (7,5 a 40 kg)	Manuella 7,5 kg	2 unitats
		Manuella 10 kg	2 unitats
		Manuella 12,5 kg	4 unitats
		Manuella 15 kg	6 unitats
		Manuella 17,5 kg	4 unitats
		Manuella 20 kg	4 unitats
		Manuella 22,5 kg	6 unitats
		Manuella 25 kg	6 unitats
		Manuella 27,5 kg	4 unitats
		Manuella 30 kg	2 unitats
		Manuella 32,5 kg	2 unitats
		Manuella 35 kg	2 unitats
		Manuella 37,5 kg	4 unitats
		Manuella 40 kg	2 unitats
2	Manuelles hexagonals (2,5 a 12,5 kg)	Manuella hexagonal 2,5 kg	2 unitats
		Manuella hexagonal 5 kg	2 unitats
		Manuella hexagonal 7,5 kg	2 unitats
		Manuella hexagonal 10 kg	2 unitats
		Manuella hexagonal 12,5 kg	2 unitats
3	Disc olímpic	De gran resistència, amb casquet d'acer per facilitar el muntatge a la barra, de 51 mm, i de color negre.	
		Unitats:	
		Disc 1,25 kg	10 unitats
		Disc 2,5 kg	10 unitats
		Disc 5 kg	16 unitats
		Disc 10 kg	16 unitats
		Disc 15 kg	10 unitats
4	Barres olímpiques	Barra de 25 mm diàmetre i 2,00 m longitud, pes aproximat de 15 kg, apte per a disc olímpic de 50 mm.	1 unitat
		Barra de 28 mm diàmetre i 1,20 m, pes aproximat de 12 kg, apte per a disc olímpic de 50 mm.	2 unitats
		Barra de 28 mm diàmetre i 2,20 m longitud, pes aproximat de 22 kg i apte per a disc olímpic de 50 mm	3 unitats
		Barra en forma "Z", de 28 mm diàmetre i 1,20 m de longitud, pes aproximat de 10 kg i apte per a disc de 50 mm	1 unitat
5	Barres muntades amb pes integrat	Barra recta de 10 kg	1 unitat
		Barra recta de 15 kg	1 unitat



AJUNTAMENT DE SANT JOAN DESPÍ
Aquest document és una còpia autèntica del document electrònic original. Comprovi l'autenticitat del document a la Seu Electrònica de l'Ajuntament de Sant Joan Despí (<https://www.seu-e.cat/ca/web/santjoandespi/seu-electronica>). Utilitzi el "Codi Segur de Verificació" que apareix a la capçalera.



Núm	Element	Característiques	Unitats
		Barra recta de 20 kg	1 unitat
		Barra recta de 25 kg	1 unitat
		Barra recta de 30 kg	1 unitat
		Barra "Z" de 12,5 kg	1 unitat
		Barra "Z" de 15 kg	1 unitat
		Barra "Z" de 17,5 kg	1 unitat
		Barra "Z" de 20 kg	1 unitat
		Barra "Z" de 25 kg	1 unitat
6	Agafades/barres per a multi estació	Barra recta paral·lela, de 87 cm de longitud aproximadament, amb anses als extrems per a l'execució del moviment de rem o agafada neutra. Ha de disposar d'un sistema per fixar-se a qualsevol màquina de politges.	1 unitat
		Barra recta per al treball d'esquena, de 97 cm de longitud aproximadament, amb extrems corbats, per a l'execució del moviment de "jalón" en politges. Ha de disposar d'un sistema per fixar-se a qualsevol màquina de politges.	2 unitats
		Barra recte de bíceps/tríceps: de 43 cm de longitud aproximadament. Ha de disposar de recobriment antilliscant per a les mans i d'un sistema per fixar-se a qualsevol màquina de politges.	2 unitats
		Agafades una mà: empunyadura o mànec per treballar a una mà en politges. Recobriment antilliscant en la part d'agafada de la mà. Ha de disposar d'un sistema per fixar-se a qualsevol màquina de politges	10 unitats
		Corda de tríceps: corda flexible i resistent amb dos extrems de plàstic robust i antilliscant per a cada mà. Ha de disposar d'un sistema per fixar-se a qualsevol màquina de politges	2 unitats



AJUNTAMENT DE SANT JOAN DESPÍ
Aquest document és una còpia autèntica del document electrònic original. Comprovi l'autenticitat del document a la Seu Electrònica de l'Ajuntament de Sant Joan Despí (<https://www.seu-e.cat/ca/web/santjoandespi/seu-electronica>). Utilitzi el "Codi Segur de Verificació" que apareix a la capçalera.



Núm	Element	Característiques	Unitats
		Joc de 5 barres neutres per a exercicis de tracció amb encoixinat de neoprè als extrems per protegir les mans i canells. Han de disposar d'un sistema per fixar-se a qualsevol màquina de politges. Les unitats es descriuen en centímetres de longitud aproximats.	1 unitat de 80 cm aprox 1 unitat de 66 cm aprox 1 unitat de 54 cm aprox 1 unitat de 23 cm aprox 1 unitat de 12 cm aprox
7	Protector de barra	Coixí rodó d'escuma resistent per protegir les espatlles i el coll en barra olímpica, de longitud aproximada de 45 cm. Ha de disposar de sistema fàcil de col·locació per evitar que es desplaci.	4 unitats
8	Topall barra olímpica	Topalls per assegurar els extrems de la barra quan es carreguen discos. Han de poder ajustar-se al diàmetre de les barres i ser de material que garanteixi durabilitat i seguretat.	16 unitats



ANNEX 5. MÀQUINES EXISTENTS A RETIRAR I COMPRAR DEL POLIESPORTIU SALVADOR GIMENO

Relació de màquines i elements:

1. Equipament de ciclisme indoor

Unitats	Element/màquina	Marca, model i descripció	Fotografia
6	BICICLETA DE CICLISME INDOOR	Marca i model: BH Duke, H946 Bicicleta estàtica, de 24 nivells de resistència de tipus magnètica. Disposa de consola LCD ubicat al manillar i pedals mixtes SPD	
43	BICICLETA DE CICLISME INDOOR	Marca i model: BH Movemia, H945 Bicicleta estàtica, de 16 nivells de resistència de tipus magnètica. Disposa de consola LCD ubicat al manillar i pedals mixtes SPD.	



AJUNTAMENT DE SANT JOAN DESPÍ
Aquest document és una còpia autèntica del document electrònic original. Comprovi l'autenticitat del document a la Seu Electrònica de l'Ajuntament de Sant Joan Despí (<https://www.seu-e.cat/ca/web/santjoandespi/seu-electronica>). Utilitzi el "Codi Segur de Verificació" que apareix a la capçalera.



2. Equipament de treball cardiovascular

Unitats	Element/Maquinària	Marca, model i descripció	Fotografia
12	CINTA DE CÒRRER	Marca i model: BH, TR1000 Accessoris: consola Touch Scream, 19" TR1000BM SERIAL N° 5173774 VOLTS 230V FREQUENCY 50Hz MAX. USER WEIGHT 250kg CLASS 250kg BH 2019 CE DESIGNED BY EXERCYCLE, S.L. ZURRUPITIETA 22 VITORIA-GASTEIZ 01015 (SPAIN) DESIGNED BY EXERCYCLE, S.L. ZURRUPITIETA 22 VITORIA-GASTEIZ 01015 (SPAIN)	
6	EL·LÍPTICA	Marca i model: BH, ER1000 Accessoris: consola Touch Screen, 19" CODE: ER1000RBM MODEL: ER1000 BASE MODEL S/N: 05029123 MAX. USER WEIGHT: 190KG CLASS SA BH 2024 NOT FOR THERAPEUTIC USE EXERCYCLE, S.L. ZURRUPITIETA 22, VITORIA (SPAIN) UK CA	
1	EL·LÍPTICA DE PAS VARIABLE	Marca i model: BH, EV1000 Accessoris: consola Touch Screen, 19" CODE: EV1000BM S/N: BM102824 BH 2019 MAX. USER WEIGHT: 160 KG CLASS SA NOT FOR THERAPEUTIC USE EXERCYCLE, S.L. ZURRUPITIETA 22, VITORIA (SPAIN) CE	



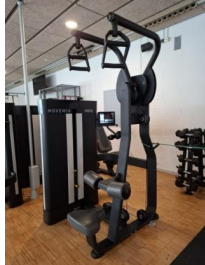
AJUNTAMENT DE SANT JOAN DESPÍ
Aquest document és una còpia autèntica del document electrònic original. Comprovi l'autenticitat del document a la Seu Electrònica de l'Ajuntament de Sant Joan Despí (<https://www.seu-e.cat/ca/web/santjoandespi/seu-electronica>). Utilitzi el "Codi Segur de Verificació" que apareix a la capçalera.



Unitats	Element/Maquinària	Marca, model i descripció	Fotografia
5	BICICLETA VERTICAL	Marca i model: BH, BU1000 Accessoris: consola Touch Screen, 19" CODE:BU1000BM S/N: 8181358 MAX. USER WEIGHT:180KG CLASS SA NOT FOR THERAPEUTIC USE EXERCYCLE, S.L. ZURRUPITIETA 22, VITORIA (SPAIN) BH 2019 i CE	
3	BICICLETA RECLINADA	Marca i model: BH, H895TVC Accessoris: consola Touch Screen, 19" Any: 2019 Max user weight: 190 kg	
1	STEP	Marca i model: BH, R250TVC Accessoris: consola Touch Screen, 19" CODE:R250BM S/N: 6 MAX. USER WEIGHT: 190KG CLASS SA NOT FOR THERAPEUTIC USE EXERCYCLE, S.L. ZURRUPITIETA 22, VITORIA (SPAIN) BH 2016 i CE	
2	REM	Marca i model: BH, RW1000 Accessoris: consola LCD, 5,5" CODE: RW1000BM S/N: BH102884 MAX. USER WEIGHT: 190 KG CLASS SA NOT FOR THERAPEUTIC USE EXERCYCLE, S.L. ZURRUPITIETA 22, VITORIA (SPAIN) BHFITNESS 2019 i CE	



3. Equipament de treball de força

Unitats	Element/Maquinària	Marca, model i descripció	Fotografia
1	PRESS VERTICAL DE PIT I TRÍCEPS	Marca i model: BH, M070 Accessoris: consola Full HD, 11" CODE:M070 S/N:  AV151242 MAX. USER WEIGHT : 150 KG CLASS: S NOT FOR THERAPEUTIC USE EXERCYCLE, S.L. ZURRUPITIETA 22, VITORIA (SPAIN)  	
1	MÀQUINA PER A DORSALS	Marca i model: BH, M550 Accessoris: consola Full HD, 11" CODE:M550 S/N:  AV151833 MAX. USER WEIGHT: 150 KG CLASS: S NOT FOR THERAPEUTIC USE EXERCYCLE, S.L. ZURRUPITIETA 22, VITORIA (SPAIN)  	
1	MÀQUINA PER A BÍCEPS	Marca i model: BH, M130 Accessoris: consola Full HD, 11" CODE:M130 S/N:  AV151812 MAX. USER WEIGHT: 150 KG CLASS: S NOT FOR THERAPEUTIC USE EXERCYCLE, S.L. ZURRUPITIETA 22, VITORIA (SPAIN)  	
1	CONTRACTORA PECTORAL	Marca i model: BH, M270 Accessoris: consola Full HD, 11" Any: 2020 Màx user weight: 150	

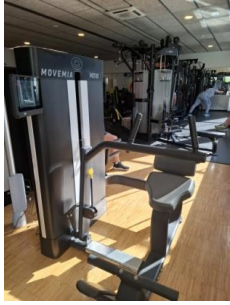


Unitats	Element/Maquinària	Marca, model i descripció	Fotografia
1	MÀQUINA TRÍCEPS ASSEGUT	Marca i model: BH, M160 Accessoris: consola Full HD, 11" CODE: M160 S/N: MAX. USER WEIGHT: 150 KG CLASS: S NOT FOR THERAPEUTIC USE EXERCYCLE, S.L. ZURRUPITIETA 22, VITORIA (SPAIN) BH 2020 i CE	
1	MÀQUINA DELTOIDES POSTERIOR	Marca i model: BH, M410 Accessoris: consola Full HD, 11" Any: 2020 Màx user weight: 150	
1	DOMINADA I FONS AMB ASSISTÈNCIA	Marca i model: BH, M450 Accessoris: consola Full HD, 11" Any: 2020 Màx user weight: 150	



AJUNTAMENT DE SANT JOAN DESPÍ
Aquest document és una còpia autèntica del document electrònic original. Comprovi l'autenticitat del document a la Seu Electrònica de l'Ajuntament de Sant Joan Despí (<https://www.seu-e.cat/ca/web/santjoandespi/seu-electronica>). Utilitzi el "Codi Segur de Verificació" que apareix a la capçalera.



Unitats	Element/Maquinària	Marca, model i descripció	Fotografia
1	MÀQUINA ABDOMINALS	Marca i model: BH, M310 Accessoris: consola Full HD, 11" CODE:M250 S/N:  AV151794 MAX. USER WEIGHT: 150 KG CLASS: S NOT FOR THERAPEUTIC USE EXERCYCLE, S.L. ZURRUPITIETA 22, VITORIA (SPAIN)   	
1	MÀQUINA EXTENSIÓ DE QUÀDRICEPS	Marca i model: BH, M10 Accessoris: consola Full HD, 11" CODE:M010 S/N:  AV151229 MAX. USER WEIGHT: 150 KG CLASS: S NOT FOR THERAPEUTIC USE EXERCYCLE, S.L. ZURRUPITIETA 22, VITORIA (SPAIN)   	
1	MÀQUINA FEMORAL ASSEGUT	Marca i model: BH, M170 Accessoris: consola Full HD, 11" CODE:M170 S/N:  AV151772 MAX. USER WEIGHT: 150 CLASS: S NOT FOR THERAPEUTIC USE EXERCYCLE, S.L. ZURRUPITIETA 22, VITORIA (SPAIN)   	



AJUNTAMENT DE SANT JOAN DESPÍ
Aquest document és una còpia autèntica del document electrònic original. Comprovi l'autenticitat del document a la Seu Electrònica de l'Ajuntament de Sant Joan Despí (<https://www.seu-e.cat/ca/web/santjoandespi/seu-electronica>). Utilitzi el "Codi Segur de Verificació" que apareix a la capçalera.



Unitats	Element/Maquinària	Marca, model i descripció	Fotografia
1	MÀQUINA ABDUCTOR I ADDUCTOR	Marca i model: BH, M250 Accessoris: consola Full HD, 11" CODE:M250 S/N: AV151794 MAX. USER WEIGHT: 150 KG CLASS: S NOT FOR THERAPEUTIC USE EXERCYCLE, S.L. ZURRUPITIETA 22, VITORIA (SPAIN) 	
1	PREMSA DE CAMES	Marca i model: BH, M050 Accessoris: consola Full HD, 11" Any: 2020 Màx user weight: 150	
1	MÀQUINA DE GLUTIS	Marca i model: BH, M330 Accessoris: consola Full HD, 11" CODE:M330 S/N: AV151895 MAX. USER WEIGHT: 150 KG CLASS: S NOT FOR THERAPEUTIC USE EXERCYCLE, S.L. ZURRUPITIETA 22, VITORIA (SPAIN) 	



AJUNTAMENT DE SANT JOAN DESPÍ
Aquest document és una còpia autèntica del document electrònic original. Comprovi l'autenticitat del document a la Seu Electrònica de l'Ajuntament de Sant Joan Despí (<https://www.seu-e.cat/ca/web/santjoandespi/seu-electronica>). Utilitzi el "Codi Segur de Verificació" que apareix a la capçalera.

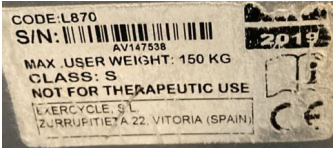


Unitats	Element/Maquinària	Marca, model i descripció	Fotografia
1	MÀQUINA 5 ESTACIONS	Marca i model: BH, L365 	
1	TORRE 4 ESTACIONS	Marca i model: BH, L480 	
1	MULTIPOWER	Marca i model: BH, L350 	
1	GÀBIA PER A SQUAT	Marca i model: BH, L845 Aquesta màquina es troba desmuntada	



Unitats	Element/Maquinària	Marca, model i descripció	Fotografia
1	BANC INCLINAT 40° (lumbar)	Marca i model: BH, L805 Any 2019	
5	BANC MULTIPOSICIÓ	Marca i model: BH, L825 	
1	BANC SCOTT	Marca i model: BH, L830 Any: 2019	



Unitats	Element/Maquinària	Marca, model i descripció	Fotografia
1	BANC DECLINAT	Marca i model: L835B 	
1	BARBEL RACK (suport barres)	Marca i model: BH, L870 	



ANNEX 6. MÀQUINES EXISTENTS A MANTENIR EN SALA DE FITNES DEL POLIESPORTIU SALVADOR GIMENO

Relació de màquines:

1. Equipament de treball de força de resistència electrònica

Unitats	Maquina	Marca
1	Màquina extensió de cames	E-Gym
1	Màquina d'abdominals	E-Gym
1	Màquina d'extensió d'esquena	E-Gym
1	Màquina de flexió de cames	E-Gym
1	Prensa de pit	E-Gym
1	Màquina de rem en posició asseguda	E-Gym
1	Prensa de cames	E-Gym
1	Màquina de treball de bíceps	E-Gym
1	Prensa d'espatlles	E-Gym

2. Altres estructures

Unitats	Maquina	Marca
3	Estructures metàl·liques d'entrenament funcional (Racks)	S/R
3	Suport per manuelles	BH

Sant Joan Despí, a la data de la signatura electrònica.

La Cap del Servei d'Esports, Mirian Laguna Aranda