



## Ajuntament de La Pobla de Lillet

**Expedient núm.:** 247/2026  
**Plec de prescripcions tècniques**  
**Procediment:** Contractacions.

### **PLEC DE PRESCRIPCIONS TÈCNiques CONTRACTE DE SUBMINISTRAMENT I INSTAL·LACIÓ DE L'EQUIPAMENT ESPORTIU CARDIOVASCULAR I MUSCULAR DEL GIMNÀS MUNICIPAL DE LA POBLA DE LILLET**

#### **1.- OBJECTE**

El present contracte té per objecte la contractació pel subministrament de l'equipament cardiovascular i muscular per equipar el gimnàs, que haurà de ser lliurat a l'equipament pel qual està destinat, incloent en el preu el servei de transport, muntatge i instal·lació.

El present plec de prescripcions tècniques defineix els aspectes tècnics determinats a l'Annex I que, com a mínim, hauran de garantir les diferents empreses licitadores tant pel que fa a la qualitat dels materials i productes com pel que fa als mitjans humans i materials necessaris per executar de manera correcta els diferents treballs requerits pel transport, subministrament i instal·lació de l'equipament esportiu.

#### **2.- SUBMINISTRAMENT I INSTAL·LACIÓ DE MAQUINÀRIA AL GIMNÀS MUNICIPAL**

La instal·lació de la maquinària al gimnàs és un procés crucial per assegurar que l'equipament estigui col·locat de manera segura, eficient i que es maximitzi l'espai disponible.

Caldrà tenir en compte les següents etapes:

**Planificació i disseny de l'espai:** La instal·lació i distribució de les màquines i altres elements del gimnàs es farà d'acord amb el plànol que consta a l'Annex II del present plec. Si escau, el procediment d'instal·lació i distribució serà supervisat pel responsable del contracte o per qui aquest disegni.

**Mesurament i marcatge de l'espai:** Utilitzar cinta de mesurar i cinta adhesiva per marcar les dimensions de cada màquina i la seva ubicació en el terra. Això ajudarà a garantir que l'equipament estigui col·locat de manera uniforme i que hi hagi prou espai entre les màquines per a un ús segur i còmode.

**Cal seguir les instruccions del fabricant per a muntar i instal·lar cada màquina.** Assegurar de tenir les eines adequades i de seguir totes les indicacions de seguretat durant el procés de muntatge.

**Connectivitat elèctrica i de comunicació:** si les màquines requereixen alimentació elèctrica o connexió a internet, cal assegurar-se de disposar d'instal·lacions de seguretat durant el





## Ajuntament de La Pobla de Lillet

procés de muntatge.

Proves i ajustos: Una vegada muntades les màquines, caldrà realitzar proves per assegurar que funcionen correctament i que estan ajustades adequadament per als usuaris. Cal verificar que tots els components estiguin en bon estat i que els ajustos de resistència o altres paràmetres siguin adequats.

Proves i ajustos: Una vegada muntades les màquines, caldrà realitzar proves per assegurar que funcionen correctament i que estan ajustades adequadament per als usuaris. Cal verificar que tots el components estiguin en bon estat i que els ajustos de resistència o altres paràmetres siguin adequats.

Senyalització de seguretat i instruccions d'ús: Caldrà col·locar senyals de seguretat clars i instruccions d'ús properes a cada màquina per a orientar els usuaris i prevenir accidents. Això és especialment important per a les màquines més complexes o aquelles que poden comportar riscos si no s'utilitzen adequadament.

L'empresa adjudicatària es compromet al subministrament i instal·lació dels productes assenyalats en el present plec de prescripcions tècniques, d'acord amb els aspectes tècnics detallats en l'Annex I.

### 3.- MATERIAL I MAQUINÀRIA A SUBMINISTRAR.

A continuació es detalla el tipus de maquinària i material objecte del contracte.

Totes les màquines i material a subministrar per l'empresa adjudicatària han de complir les normatives europees adoptades i ratificades com a normes espanyoles d'equipament esportiu, nacional i comunitàries en material i equipament esportiu d'equipaments fixes per a entrenaments. L'adjudicatari haurà d'aportar per cada una de les màquines i material ofertat, la documentació que confirmi i acrediti aquest acompliment en l'oferta licitadora.

Tot l'equipament ha de disposar del **certificat oficial en vigor ISO9001 i ISO 14001 CON**. L'administració es reserva el dret a exigir els certificats en qüestió en qualsevol moment de l'execució del contracte. En cas que s'hagi subministrat una màquina sense el certificats esmentats en vigor, l'empresa estarà obligada a substituir-la per una que sí que els tingui, a càrrec seu.

Les màquines i el material han de ser nous, sense ús i per estrenar.

### EQUIPAMENT CARDIOVASCULAR

UNITATS	DESCRIPCIÓ	PREU UNITAT	TOTAL
1	CINTA DE CORRER	2.105,40.-€	2.405,96.-€
1	EL·LÍPTICA	2.164,80.-€	2.164,80.-€
1	BICICLETA INDOOR VERTICAL	1.501,50.-€	1.501,50.-€

D'acord amb les característiques tècniques previstes a l'Annex I.





## Ajuntament de La Pobla de Lillet

### EQUIPAMENT DE MUSCULACIÓ

UNITATS	DESCRIPCIÓ	PREU UNITARI	TOTAL
1	FLEXIÓ/EXTENSIÓ DE CAMES	2.682,90.-€	2.682,90.-€
1	PRESS DE PIT/ESPATLLA	2.211,00.-€	2.211,00.-€
1	POLITJA ALTA/BIXA (DUAL)	2.651,22.-€	2.651,22.-€
1	GÀBIA DE FORÇA 50MM	1.650,00.-€	1.650,00.-€
1	POLITJA DOBLE EN V	2.145,00.-€	2.145,00.-€
2	BANC INCLINACIÓ/DECLINACIÓ REGULAR	671,88.-€	1.343,76.-€
1	BANC MULTIPRESS OLIMPIC	1.615,68.-€	1.615,68.-€
1	BARRA 220CM DIA 50MM AMB FIXACIONS	223,07.-€	223,07.-€
1	BARRA BICEPS DIA 50MM AMB FIXACIONS	76,20.-€	76,20.-€
1	MANILLAR REM DORSAL	29,70.-€	29,70.-€
1	SUPORT PER A MANUELLES HEXAGONALS	297,00.-€	297,00.-€
2	MANUELLA TPU HEXAGONAL 12,5 KG	38,08.-€	76,16.-€
2	MANUELLA TPU HEXAGONAL 15 KG	45,70.-€	91,40.-€
2	MANUELLA TPU HEXAGONAL 17,5 KG	53,31.-€	106,62.-€
2	MANUELLA TPU HEXAGONAL 20 KG	60,93.-€	121,86.-€
4	DISC TPU DE 2,5 KG DIA. 50 MM AMB AGAFADORS	12,74.-€	50,96.-€
6	DISC TPU DE 2,5 KG DIA. 50 MM AMB AGAFADORS	16,39.-€	98,34.-€
8	DISC TPU DE 5 KG DIA. 50 MM AMB AGAFADORS	30,58.-€	244,64.-€
8	DISC TPU DE 10 KG DIA. 50 MM AMB AGAFADORS	61,15.-€	489,20.-€
6	DISC TPU DE 15 KG DIA. 50 MM AMB AGAFADORS	91,72.-€	550,32.-€
4	DISC TPU DE 20 KG. DIA. 50 MM AMB AGAFADOS	122,29.-€	489,16.-€

D'acord amb les característiques tècniques previstes a l'Annex I.





## Ajuntament de La Pobla de Lillet

---

### 4.-MANTENIMENT I GARANTIA

#### MANTENIMENT

L'empresa adjudicatària es farà càrrec del manteniment de tot l'equipament esportiu subministrat.

El manteniment inclourà 2 revisions anuals per a dur a terme un bon manteniment preventiu.

L'adjudicatari assumirà:

- La mà d'obra
- El transport de les màquines, peces
- Desplaçament del personal tècnic de manteniment.

Les peces a substituir en les reparacions seran originals i estaran homologades pel fabricant. En cas de no disposar, s'haurà de buscar una altra solució que pugui proporcionar aquestes peces, però en cap casa es deixarà cap màquina sense reparar. En el cas que sigui necessària la substitució d'alguna màquina subministrada, l'adjudicatari haurà de fer-ho en un termini no superior a vint (20) dies naturals.

Els treballs realitzats hauran de quedar reflectits en un full de treball signat pel tècnic de manteniment de l'empresa adjudicatària, document que es lliurarà al responsable de l'Àrea d'Esports.

Cal presentar una proposta del pla de manteniment i que com a mínim haurà d'incloure:

#### Manteniment preventiu:

Un nombre de revisions anuals que caldrà definir en la proposta de millores de tot l'equipament cardiovascular, muscular i pes lliure, efectuant la neteja, el greixatge necessari, reparacions i substitucions de peces o elements defectuosos, comprovant el bon estat de tot el material i el correcte ajust de totes les peces de cada element.

#### Manteniment correctiu:

El manteniment correctiu ha d'incloure la substitució de peces que siguin necessàries i la reparació de totes les avaries que es produeixin com a conseqüència de l'ús de les màquines i deteriorament, exceptuant els trencaments provocats per inundacions, incendi, actes vandàlics o causes majors.

Tots els avisos que s'emetin des de l'Àrea d'Esports hauran de ser atesos i esmenats en el termini proposat en els criteris d'adjudicació.

En cas que per importància de l'averia no es pugui complir aquest termini, l'empresa adjudicatària haurà de presentar un informe on justifiqui que no es pot reparar en aquest termini i presentar proposta de reparació en el termini necessari per a que la màquina torni a estar en perfecte estat d'ús. El responsable avaluarà si l'ampliació del termini de reparació és justificada.

#### GARANTIES

La garantia de l'equipament cardiovascular i muscular per al treball de força. El període de garantia d'aquest equipament es d'un mínim de 3 anys per peces, mà d'obra i desplaçaments. L'ampliació de la durada de la garantia d'aquest equipament és un criteri avaluable en els criteris d'adjudicació.





## Ajuntament de La Pobla de Lillet

---

La garantia pot ser extensiva en dos anys més segons el pla de millores del Plec de clàusules administratives particulars.

El període garantia queda vigent a partir de la data de l'acta de recepció del subministrament en la instal·lació.

### 5.- FORMACIÓ

L'empresa adjudicatària realitzarà unes jornades formatives a impartir al personal de les instal·lacions per assolir els coneixements necessaris per a la utilització de l'equipament instal·lat. Les jornades formatives s'impartiran el dies proposats per l'Ajuntament de la Pobla de Lillet i l'empresa adjudicatària.

La seva durada serà la suficient per a donar totes les explicacions pertinents i aclarir tots els dubtes que sorgeixin al personal responsable de les màquines. Aquesta formació es realitzarà sense cap cost per a l'Ajuntament.





## Ajuntament de La Pobla de Lillet

---

### Annex I – Característiques tècniques maquinària

Serà d'obligat compliment cadascuna de les característiques mínimes i generals sol·licitades. Per a això el licitador haurà de presentar un document explícit on una per una indiqui el compliment de les característiques mínimes generals i particulars. Sense aquest document signat i segellat no es valorarà la part tècnica d'aquesta licitació.

Per la valoració tècnica s'adjuntarà una foto i la fitxa tècnica.

Les descripcions ofertes pel licitador han de coincidir amb la imatge del producte lliurat en aquesta licitació, no es valorarà cap descripció que no es pugui corroborar en la imatge del producte presentat.

Donada la importància d'unes certes descripcions tècniques, se sol·licita que aquelles que requereixin una imatge específica, independent del text de la fitxa, siguin acompanyades per aquesta imatge per a poder corroborar el seu compliment

### REQUERIMENTS MÍNIMS QUE HAURAN DE COMPLIR LA MAQUINÀRIA DE TREBALL CARDIOVASCULAR.

#### CARACTERÍSTIQUES TÈCNIQUES MÍNIMES GENERALS

##### Qualitat

- Quant a la qualitat dels productes s'haurà d'acreditar el compliment de les normes Europees (UNE-EN), o equivalent, referents a equipaments esportius.
- S'acreditarà que tot l'equipament està catalogat per l'ús professional, no domèstic.

##### Seguretat

- Compliment de la normativa espanyola i europea existent referent a la seguretat i funcionament d'aparells per a l'entrenament.
- Senyals d'avertiment i seguretat d'ús.
- Carenat de resistència dels blocs de càrregues davanter i darrere a excepció de politges.
- Proteccions laterals de les rodes de les politges.
- Fàcil identificació dels dispositius de regulació.
- Selectors de càrrega magnètics amb cable anti pèrdues.

##### Disseny antropomètric i ergonòmic

- Dissenyats tenint en compte criteris antropomètrics, biomecàniques i de seguretat estructural.





## Ajuntament de La Pobla de Lillet

---

- Dissenyats de tal manera que s'adaptin a la majoria de la població, és a dir que puguin ser usades per persones que mesurin entre 1,40 m i 2,00 m d'altura.
- Fàcil accés a tots els elements de regulació i selecció de càrrega lateral des de la posició de treball per part de l'usuari, en cap cas s'acceptaran càrregues frontals.
- Bona accessibilitat, fàcil entrada i sortida de la màquina sense elements que la dificultin.

### Estructura

- Quadre de tub d'acer
- Pintura de color negre que garanteixi màxima durabilitat resistent a cops, esgarrapades i corrosió, d'acord amb la resta d'instal·lació.
- Potes de goma regulables per a evitar danys o lliscaments en el sòl de la instal·lació.
- Rodes davanteres per un fàcil desplaçament.

### Aplicació

- L'empresa licitadora haurà de disposar d'una aplicació pròpia i gratuïta de temps indefinit que permeti als usuaris registrar totes les dades dels seus entrenaments a través dels equips de cardio, els equips de força guiada i els equips de pes lliure, bancs, etc. L'accés a l'aplicació haurà de realitzar-se mitjançant diversos sistemes de logeo, sent obligatori l'accés a través de codi QR o e-mail.
- En el cas de productes que no disposin de pantalla, com per exemple els elements de pes lliure, s'haurà d'incorporar un codi QR en el propi producte, el qual redirigirà directament a l'usuari a aquest equipament dins de l'aplicació. A partir d'aquí, l'usuari podrà introduir manualment els exercicis realitzats.
- L'aplicació ha de ser disponible per a Android i IOS en idioma castellà com a mínim
- L'aplicació ha de permetre que el tècnic de sala pugui generar rutines de treball personalitzades per a cada usuari, les quals quedaran reflectides en el dispositiu mòbil de l'usuari mitjançant la pròpia aplicació. Una vegada realitzada aquestes rutines, el tècnic de sala podrà visualitzar en el seu dispositiu els treballs completats per l'usuari i avaluar l'evolució del mateix de manera continuada.
- L'aplicació estarà vinculada via Bluetooth a una bàscula intel·ligent per a realitzar els pesatges i poder-los registrar.
- L'aplicació ha de permetre passar les dades de l'entrenament realitzat en l'exterior a través de l'aplicació de Strava, que haurà d'estar vinculada amb la del propi fabricant. També haurà de permetre introduir manualment qualsevol entrenament de força o de cardio que es realitzin amb altres productes sense connectivitat.
- L'aplicació estarà dividida en exercicis de força, cardio i de pesatge.
- Sobre la informació de força, s'haurà de quedar reflectit el pes aixecat, les repeticions, les sèries, la zona muscular que es treballa, el descans mitjà i incloent la data d'execució de l'exercici realitzat.
- Sobre la informació del cardio haurà de quedar reflectit el tipus d'exercici que es realitza (bicicleta, el·líptica o cinta com a mínim) i la data d'execució de l'exercici, les





## Ajuntament de La Pobla de Lillet

calories, distància, durada, potència màxima, potència mitjana, cadència màxima, freqüència cardíaca màxima i velocitat mitjana.

- Sobre la informació del pesatge l'aplicació haurà de poder registrar la següent informació: pes total, pes muscular, pes gras, peso aigua, BMR, BMI, pes ossi, greix visceral, grassa braç esquerre, grassa braç dret, grassa cama esquerra, grassa cama dreta, grassa tors, perímetre braç esquerre, perímetre braç dret, perímetre cama esquerra, perímetre cama dreta i perímetre tors.
- L'aplicació haurà de permetre a l'adreça del centre visualitzar l'estat de les màquines, filtrar estadístiques d'ús i enviar comunicats i promocions als usuaris. Serà d'obligat compliment que l'empresa licitadora lliuri documentació gràfica que corrobori el compliment d'aquest apartat en cadascuna de les seves funcionalitats i mostra de codis QR de cardio, màquines de guiades i elements de pes lliure. Sense aquesta documentació l'oferta tècnica no serà valorada.

### CARACTERÍSTIQUES TÈCNIQUES PARTICULARS

Unitats	Descripció
1	<b>CINTA DE CORRER</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Motor mínim 6 cv</li><li>- Velocitat de 0,8 a 24 km/h</li><li>- Inclinació mínim 17 nivells</li><li>- Aturada de seguretat, aturada anti caigudes</li><li>- Mínim de 12 programes preestablerts</li><li>- Programa HRC</li><li>- Programa de test físic</li><li>- Doble comandament d'accés de velocitat, elevació fora del marcador principal amb pantalla de dades de visió ràpida</li><li>- Banda de lliscament amb marca de seguretat per a indicar moviment</li><li>- Porta ampolles, porta objectes i suport per tablet</li><li>- Connectivitat Bluetooth</li><li>- Banda mínima de 158 x 59 cm d'amplada</li><li>- Declinació del -3% en declinació.</li><li>- Pes màxim de l'usuari 220 Kg.</li></ul>
1	<b>ELÍPTICA</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- 31 nivells de resistències</li><li>- Sistema d'auto alimentació, no requereix estar connectat a la xarxa.</li><li>- Gambada mínima de 50 cm.</li><li>- Recolza peus de gran dimensió i encoixinats</li><li>- Mecanisme mecànic a la part davantera, entrada a la màquina per la part de darrera.</li><li>- Porta ampolles, porta objectes</li><li>- Diferents programes d'entrenament</li><li>- Pantalla de 16 polzades</li><li>- Manillar fixe i bastons laterals mòbils, aquests amb doble agafadors</li><li>- Tecles d'ajust ràpid situades al manillar</li><li>- Pes màxim de l'usuari 200 Kg.</li></ul>





## Ajuntament de La Pobla de Lillet

1	<b>BICICLETA VERTICAL</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Sistema d'auto alimentació, no requereix estar connectat a la xarxa</li><li>- 31 nivells de resistència</li><li>- Diferents programes d'entrenament</li><li>- Pedals amplis de gran format</li><li>- Pantalla de 16 polzades</li><li>- Tecles d'ajust ràpid situades al manillar</li><li>- Pes màxim de l'usuari 200 Kg.</li></ul>
---	--

### REQUERIMENTS MÍNIMS QUE HAURAN DE COMPLIR LA MAQUINÀRIA DE TREBALL DE MUSCULACIÓ I COMPLEMENTS DE FORÇA

#### Qualitat

- Quant a la qualitat dels productes s'haurà d'acreditar el compliment de les normes Europees (UNE-EN), o equivalent, referents a equipaments esportius.
- S'acreditarà que tot l'equipament esta catalogat per l'ús professional, no domèstic.

#### Seguretat

- Compliment de la normativa espanyola i europea existent referent a la seguretat i funcionament d'aparells per a l'entrenament.
- Senyals d'avertiment i seguretat d'ús.
- Carenat de resistència dels blocs de càrregues davanter i darrere a excepció de politges.
- Proteccions laterals de les rodes de les politges.
- Fàcil identificació dels dispositius de regulació.
- Selectors de càrrega magnètics amb cable anti pèrdues.

#### Disseny antropomètric i ergonòmic

- Dissenyats tenint en compte criteris antropomètrics, biomecàniques i de seguretat estructural.
- Dissenyats de tal manera que s'adaptin a la majoria de la població, és a dir que puguin ser usades per persones que mesurin entre 1,40 m i 2,00 m d'altura.
- Fàcil accés a tots els elements de regulació i selecció de càrrega lateral des de la posició de treball per part de l'usuari, en cap cas s'acceptaran càrregues frontals.
- Bona accessibilitat, fàcil entrada i sortida de la màquina sense elements que la dificultin.
- Suports i agarris que permetin adaptar el cos a l'exercici i que disposin d'un sistema de regulació, que permeti que coincideixin els eixos mecànics amb els eixos anatòmics.





## Ajuntament de La Pobla de Lillet

---

- Seients i respatlles que assegurin l'estabilitat necessària per a realitzar el moviment i la posició correcta per a cada exercici.
- Trajectòries de moviment naturals.
- Disseny que permeti adaptar les càrregues a les variacions de força relacionades amb la biomecànica articular.

### Panells explicatius

- Fàcilment visibles des de la posició de treball, especificant els consells en la utilització, i la posició d'inici i de fi d'exercici en qüestió.
- Indicació clara del grup muscular implicat.
- QR, amb informació del funcionament del producte.
- QR, amb accés a l'aplicació sol·licitada.
- Informació en català, castellà o sense text.

### Estructura

- Quadre de tub d'acer d'un gruix mínim de 3 mm.
- Pintura de color negre que garanteixi màxima durabilitat resistent a cops, esgarrapades i corrosió, d'acord amb la resta d'instal·lació.
- Tubs amb perfils arrodonits.
- Sistema d'increments de pes, sense salts en la càrrega, per a l'adequada adaptació a la intensitat desitjada en cada tipus d'entrenament
- Torres de plaques dotades amb un sistema d'amortiment per a minimitzar sorolls i plaques equipades amb casquets de tefló acte-lubrificats per a un lliscament suau.
- Barres guia de les plaques d'alumini.
- Excèntriques de treball no metàl·liques.
- Rodaments lineals de màxima qualitat industrial per a carros de lliscament.
- Potes de goma regulables per a evitar danys o lliscaments en el sòl de la instal·lació.
- Protectors de mà antilliscants amb textura resistent

### Aplicació

- L'empresa licitadora haurà de disposar d'una aplicació pròpia i gratuïta de temps indefinit que permeti als usuaris registrar totes les dades dels seus entrenaments a través dels equips de cardio, els equips de força guiada i els equips de pes lliure, bancs, etc. L'accés a l'aplicació haurà de realitzar-se mitjançant diversos sistemes de logeo, sent obligatori l'accés a través de codi QR o e-mail.
- En el cas de productes que no disposin de pantalla, com per exemple els elements de pes lliure, s'haurà d'incorporar un codi QR en el propi producte, el qual redirigirà directament a l'usuari a aquest equipament dins de l'aplicació. A partir d'aquí, l'usuari podrà introduir manualment els exercicis realitzats.





## Ajuntament de La Pobla de Lillet

- L'aplicació ha de ser disponible per a Android i IOS en idioma castellà com a mínim
- L'aplicació ha de permetre que el tècnic de sala pugui generar rutines de treball personalitzades per a cada usuari, les quals quedaran reflectides en el dispositiu mòbil de l'usuari mitjançant la pròpia aplicació. Una vegada realitzada aquestes rutines, el tècnic de sala podrà visualitzar en el seu dispositiu els treballs completats per l'usuari i avaluar l'evolució del mateix de manera continuada.
- L'aplicació estarà vinculada via Bluetooth a una bàscula intel·ligent per a realitzar els pesatges i poder-los registrar.
- L'aplicació ha de permetre passar les dades de l'entrenament realitzat en l'exterior a través de l'aplicació de Strava, que haurà d'estar vinculada amb la del propi fabricant. També haurà de permetre introduir manualment qualsevol entrenament de força o de cardio que es realitzin amb altres productes sense connectivitat.
- L'aplicació estarà dividida en exercicis de força, cardio i de pesatge.
- Sobre la informació de força, s'haurà de quedar reflectit el pes aixecat, les repeticions, les sèries, la zona muscular que es treballa, el descans mitjà i incloent la data d'execució de l'exercici realitzat.
- Sobre la informació del cardio haurà de quedar reflectit el tipus d'exercici que es realitza (bicicleta, el·líptica o cinta com a mínim) i la data d'execució de l'exercici, les calories, distància, durada, potència màxima, potència mitjana, cadència màxima, freqüència cardíaca màxima i velocitat mitjana.
- Serà d'obligat compliment que l'empresa licitadora lliuri documentació gràfica que corrobori el compliment d'aquest apartat en cadascuna de les seves funcionalitats, una declaració responsable i mostra almenys quatre codis \*QR d'accés directe a l'aplicació dels productes de força sol·licitats en el plec com l'extensió/flexió, premsa d'espatlles i pits, la corriola alta i baixa i el banc abatible. Sense aquesta documentació l'oferta tècnica no serà valorada.

### CARACTERÍSTIQUES TÈCNIQUES PARTICULARS

Unitats	Descripció
1	<b>ABDUCTORS/ADUCTORS MÀQUINA DUAL</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Respatller regulable en mínim 3 posicions</li><li>- Carcassa protectora de la càrrega posterior i davantera</li><li>- Doble porta objectes</li><li>- Poms de regulació fabricats en alumini o acer inoxidable</li><li>- Transmissió mitjançant cable. Mínim 6 mm.</li><li>- Càrrega mínima: 75 Kg</li><li>- Plaques de 5 Kg.</li><li>- Alçada màxima grup plaques: 150 cm.</li><li>- Codi QR per veure les imatges del funcionament</li></ul>
1	<b>EXTENSIÓ/FLEXIÓ DE CAMES DUAL</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Carrega de plaques laterals.</li></ul>





## Ajuntament de La Pobla de Lillet

	<ul style="list-style-type: none"><li>- Regulació respatller. Mínim 3 posicions</li><li>- Carcassa protectora de la càrrega posterior i davantera</li><li>- Excèntrica de l'exercici adaptada.</li><li>- Transmissió mitjançant cable. Mínim 6 mm.</li><li>- Plaques 5 Kg.</li><li>- Càrrega mínima 75 Kg.</li><li>- Poms de regulació fabricats amb alumini o acer inoxidable</li><li>- Goniòmetre d'exercici, mínim 6 posicions</li><li>- Regulació mitjançant 6 posicions</li><li>- Alçada màxima grup plaques: 150 cm</li><li>- Codi QR incorporat amb vídeo d'exercicis</li></ul>
1	<b>PRESS DE PIT / ESPATLLA MÀQUINA DUAL</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Càrrega de plaques laterals</li><li>- Carcassa protectora de la càrrega posterior i davantera.</li><li>- Plaques de 5 Kg.</li><li>- Càrrega mínima 75 Kg.</li><li>- Transmissió mitjançant cable. Mínim 6 mm.</li><li>- Alçada màxima grup plaques: 160 cm</li><li>- Codi QR incorporat amb vídeos d'exercicis.</li></ul>
1	<b>MÀQUINA MULTI FUNCIO DOBLE POLITJA EN UVE (FUNCIONAL TRAINER)</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Dos grups de politges independents</li><li>- Guies de regulació de les politges amb alumini</li><li>- Rati de resistència 1:2</li><li>- Entapissat lumbar regulable situat a la part central per treballs de carreges elevades.</li><li>- Carcassa protectora de la carrega posterior</li><li>- Empunyadures de dominades en barra superior, diversos tipus d'agafadors</li><li>- Plaques de 5 Kg.</li><li>- Suport per a diferents manillars situats a la pròpia màquina</li><li>- Càrrega de plaques: 100 + 100 kg</li><li>- Alçada màxima grup de plaques: 220 cm</li><li>- Transmissió mitjançant cable. Mínim 5mm.</li></ul>
2	<b>BANC DECLINAT / INCLINAT</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Poms de regulació fabricats amb alumini o acer inoxidable</li><li>- Indicadors de graus en barra reguladora</li><li>- Declinació fins un -8%</li><li>- Inclinació mínima fins un 85%</li><li>- Rodes pel seu desplaçament</li></ul>
1	<b>BANC MULTI PRESS OLÍMPIC</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Recolza peus</li><li>- Plataforma d'ajuda incorporada</li></ul>





## Ajuntament de La Pobla de Lillet

	<ul style="list-style-type: none"><li>- Llitera d'una sola peça</li><li>- Mínim 3 suports en diferents alçades per deixar la barra</li><li>- Respatller regulable de -10 a 35 graus</li></ul>
1	<b>POLITJA ALTA / BAIXA DUAL</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Transmissió mitjançant cable. Mínim 6 mm.</li><li>- Recolza peus abatible</li><li>- Carrega en plaques de 5 Kg</li><li>- Carrega de 100 Kg</li><li>- Manillar de dorsal i rem inclòs</li><li>- Llitera elevada</li></ul>
1	<b>GÀBIA DE FORÇA</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Xassís d'acer reforçat de 3 mm</li><li>- Barres de seguretat regulables en altura</li><li>- Suports per a barres regulables en altura (24 posicions)</li><li>- Barres per a dominades</li><li>- Plataforma fàcil accés a dominades, regulable en altura</li><li>- 8 suports discs diàmetre 50 mm.</li></ul>
1	<b>SUPORT PER MANUELLAS HEXAGONALS</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Suport amb 2 pisos horitzontals</li><li>- Mateixa estructura i línia que la resta de material</li></ul>
2	<b>BARRES D'ALÇAMENT</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Barres d'alçament amb rodaments i mànigues de 50 incloses fixacions</li><li>- Barra de 220 cm per discs de diàmetre 50, fixacions incloses</li></ul>
8	<b>MANUELLAS</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Manuella hexagonal</li><li>- Manuella sense cargols i empenyadura cromada i grafitada</li><li>- Manuelles de 2,5, 5, 7,5, 10, 12,5 y 15 Kg.</li></ul>
36	<b>DISCS</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Disc com a mínim de quatre nanses, color negre i franja de color diferent per cada tipus de discs diferenciant-ho per KG</li><li>- Discs de diàmetre 50</li></ul>





## Ajuntament de La Pobla de Lillet

### Annex II. DISTRIBUCIÓ DE LES MÀQUINES A LA SALA

