



PPT – PER LA LICITACIÓ DEL CONTRACTE DE SUBMINISTRAMENT, TRANSPORT, MUNTATGE I POSADA EN SERVEI DE LA MAQUINÀRIA I EQUIPAMENT DE LA SALA MUNICIPAL DE FITNESS DE GUARDIOLA DE BERGUEDÀ

PLECS DE PRESCRIPCIONS TÈCNIQUES PER A CONTRACTAR EL SUBMINISTRAMENT, TRANSPORT, MUNTATGE I POSADA EN SERVEI DE LA MAQUINÀRIA I EQUIPAMENT DE LA SALA MUNICIPAL DE FITNESS DE GUARDIOLA DE BERGUEDÀ PER PROCEDIMENT OBERT SIMPLIFICAT - EXPEDIENT 777/2026

1. OBJECTE DE LES PRESCRIPCIONS TÈCNIQUES

El present Plec de Prescripcions Tècniques tenen per objecte definir les característiques tècniques, funcionals, de seguretat, de qualitat, així com les condicions de lliurament, instal·lació, posada en servei i serveis digitals associats de la maquinària cardiovascular, de musculació guiada, pes lliure, bancs i complements per a la Sala Municipal de Fitness de Guardiola de Berguedà.

2. PRESCRIPCIONS TÈCNIQUES COMUNES DE L'EQUIPAMENT

Tot l'equipament ha de ser nou, de primer ús i dissenyat específicament per a un ús professional col·lectiu intensiu en instal·lacions esportives públiques.

Les descripcions s'expressen de forma funcional sense denominacions comercials ni marques, d'acord amb l'article 126 de la LCSP, admetent-se solucions equivalents degudament acreditades.

Els equips disposaran de proteccions en elements mòbils, punts de risc i plaques de càrrega (davantera i posterior). Les regulacions han de permetre l'ús a usuaris d'alçada entre 1,40 m i 2,00 m.

Els equips disposaran d'Estructura tubular d'acer amb un gruix mínim de referència de 3 mm en musculació, acabats resistents a la corrosió i entapissats d'alta resistència i fàcil neteja.

Totes les instruccions d'ús, pictogrames de seguretat i identificació del múscul treballat han d'estar redactades en llengua catalana.

3. SERVEIS DIGITALS I APLICACIÓ D'ENTRENAMENT

S'ha d'oferir una solució digital de seguiment de l'entrenament, pròpia o de tercers, sense cost addicional durant un mínim de 3 anys des de la recepció.

Les plataformes han de ser accessibles des de dispositius mòbils (iOS/Android) o web adaptable, i han d'estar disponibles en català (mínim castellà).





PPT – PER LA LICITACIÓ DEL CONTRACTE DE SUBMINISTRAMENT, TRANSPORT, MUNTATGE I POSADA EN SERVEI DE LA MAQUINÀRIA I EQUIPAMENT DE LA SALA MUNICIPAL DE FITNESS DE GUARDIOLA DE BERGUEDÀ

L'accés es realitzarà mitjançant correu electrònic i identificació d'equips via codis QR o equivalents.

S'haurà de disposar d'un registre de dades de força (exercici, càrrega, sèries, repeticions) i cardio (durada, distància, calories, potència, velocitat), s'haurà de permetre l'exportació de dades i el seguiment d'objectius.

Caldrà garantir el compliment de la privacitat i protecció de dades, l'ús bàsic i segur de les màquines no pot dependre de la connexió permanent a Internet. El tractament de dades complirà estrictament el RGPD.

4. DESCRIPCIÓ DETALLADA DE L'EQUIPAMENT I MAQUINÀRIA

4.1. Equipament Cardiovascular

Codi	Descripció	Uts	Prescripcions Tècniques Mínimes Exigibles
C01	Cinta de córrer	2	Motor amb potència de referència mínima de 6 CV. Velocitat màxima d'almenys 30 km/h. Inclinació positiva regulable en mínim 18 nivells i declinació fins al -3%. Banda útil mínima de 163 x 60 cm. Capacitat d'usuari de 220 kg. Aturada d'emergència, consola amb lectura clara i connectivitat amb la solució d'entrenament.
C02	El·líptica	2	Mínim 34 nivells de resistència, longitud de passa mínima de 50 cm i capacitat d'usuari de 180 kg. Pedals amplis antilliscants, accés lateral, manillar fix i braços mòbils, regulació ràpida des del manillar i consola amb connectivitat.
C03	Bicicleta vertical	2	Mínim 34 nivells de resistència i 7 programes més el manual. Seient regulable verticalment amb ajuda mecànica o equivalent, pedals amplis, consola amb un mínim de 5 idiomes (inclòs castellà), connectivitat i capacitat mínima de 180 kg.
C04	Bicicleta de ciclisme interior	1	Estructura protegida contra la corrosió, regulació vertical i horitzontal de seient i manillar, transmissió per corretja, pedals de doble funció, doble porta-ampolles i aturada d'emergència. Volant d'inèrcia de referència de 20 kg. Mínim 30 nivells de resistència amb indicació numèrica, indicació de potència i cadència, i connectivitat sense fils. Capacitat de 180 kg.
C05	Rem ergòmetre	1	Apte per a alta intensitat, 12 nivells de resistència com a mínim (combinada aire/magnètica o equivalent). Receptor de pols sense fils, pantalla orientable retroil·luminada i capacitat de 180 kg.





PPT – PER LA LICITACIÓ DEL CONTRACTE DE SUBMINISTRAMENT, TRANSPORT, MUNTATGE I POSADA EN SERVEI DE LA MAQUINÀRIA I EQUIPAMENT DE LA SALA MUNICIPAL DE FITNESS DE GUARDIOLA DE BERGUEDÀ

4.2. Musculació Guiada (Cames, Tronc i Politges)

Nota comuna: Alçada màxima de referència de les torres de plaques de 160 cm. Transmissió per cable de diàmetre mínim de 6 mm o equivalent. Protecció davantera i posterior del bloc de plaques.

Codi	Descripció	Uts	Prescripcions Tècniques Mínimes Exigibles
M01	Extensió de cames	1	Treball de quàdriceps amb càrrega seleccionable mínima de 100 kg (increments de 5 kg). Respatller regulable en mínim 3 posicions; limitador de recorregut angular i rodets regulables en 6 posicions. Suport de cap postil·lar/integrat.
M02	Flexió de cames estirat	1	Treball femoral estirat amb càrrega seleccionable mínima de 75 kg (increments de 5 kg). Suports anatòmics per als braços, rodets regulable amb un mínim de 6 posicions i mecànica adaptada al moviment.
M03	Abductors i adductors dual	1	Doble funció amb càrrega seleccionable mínima de 75 kg (increments de 5 kg). Seient/respatller estables, suport de cap, ajust de posició inicial i suports de cuixa anatòmics. Doble porta-objectes.
M04	Prensa de cames horitzontal	1	Càrrega seleccionable mínima de 200 kg (increments de 10 kg). Seient regulable amb indicació de posició, plataforma de peus àmplia i antilliscant, suport de cap i doble porta-objectes.
M05	Press de pit i espatlles dual	1	Doble funció per a pit i espatlles. Càrrega seleccionable mínima de 75 kg (increments de 5 kg). Seient i respatller regulables, dues posicions d'agafada per braç.
M06	Contractora de pit i deltoides	1	Doble funció amb moviment independent de braços. Càrrega seleccionable mínima de 147,5 kg (increments de 7,5 kg). Seient regulable de forma precisa amb ajuda mecànica. Protecció completa de plaques.
M07	Conjunt de 5 estacions de politges	1	Conjunt integrat format per: politja alta (100 kg), politja baixa (100 kg), estació de tríceps (75 kg) i dues politges regulables enfrontades per a encreuaments (50 kg cadascuna). Mínim 20 posicions d'alçada en encreuaments i barres de dominades superiors. Inclou tots els accessoris i manetes requerits.





PPT – PER LA LICITACIÓ DEL CONTRACTE DE SUBMINISTRAMENT, TRANSPORT, MUNTATGE I POSADA EN SERVEI DE LA MAQUINÀRIA I EQUIPAMENT DE LA SALA MUNICIPAL DE FITNESS DE GUARDIOLA DE BERGUEDÀ

4.3. Pes Lliure, Bancs i Accessoris

Codi	Descripció	Uts	Prescripcions Tècniques Mínimes Exigibles
P01	Bastidor amb barra guiada	1	Compatible amb discs de 50 mm. Barra cromada o equivalent, guiatge amb rodaments lineals, topalls regulables de seguretat i mínim 10 posicions de retenció. 6 suports d'emmagatzematge de discs i barra de dominades.
P02	Prensa inclinada de cames a 45°	1	Posició de treball a 45 graus. 4 allotjaments de càrrega laterals per a discs de 50 mm i 4 suports d'emmagatzematge. Doble bloqueig del carro, plataforma antilliscant i respatlleer regulable.
P03	Banc regulable inclinat/declinat	3	Posicions horitzontal, inclinada i declinada (rang -8° a +85°). Indicació d'angle, bloqueig segur, rodes i nansa de transport.
P04	Banc de press horitzontal	1	Banc estable amb suport continu, reposapeus elevat, plataforma d'assistència, 2 posicions de suport de barra i 4 suports de discs.
P05	Banc de bíceps Scott	1	Suport de braços encoixinat, suport de barra i seient regulable amb bloqueig segur i assistència mecànica o equivalent.
P06	Suport de manuelles	2	Capacitat mínima de 6 parells per suport (12 parells en total entre els dos suports). Allotjaments protegits amb cautxú/poliuretà per evitar el deteriorament.
P07-P18	Joc de manuelles de poliuretà	24	12 parells de manuelles (2,5 a 30 kg en increments de 2,5 kg, total 390 kg). Recobriment de poliuretà o equivalent, agafada antilliscant i identificació de pes permanent.
P19-P20	Barres olímpica i Z	2	Una barra recta de 220 cm (20 kg) i una barra corbada Z de 120 cm, ambdues per a discs de 50 mm, incloent-hi els corresponents tancaments/fixacions de seguretat.
P21-P27	Joc de discs olímpics de poliuretà	46	Diàmetre interior de 50 mm, recobriment de poliuretà amb agafades. Desglossament: 2x1,25kg, 4x2,5kg, 10x5kg, 10x10kg, 8x15kg, 6x20kg i 6x25kg (Total: 552,5 kg).





PPT – PER LA LICITACIÓ DEL CONTRACTE DE SUBMINISTRAMENT, TRANSPORT, MUNTATGE I POSADA EN SERVEI DE LA MAQUINÀRIA I EQUIPAMENT DE LA SALA MUNICIPAL DE FITNESS DE GUARDIOLA DE BERGUEDÀ

4.4. Estiraments i Complements

Codi	Descripció	Uts	Prescripcions Tècniques Mínimes Exigibles
E01	Espatllera de fusta/metall	2	Dimensions 240 x 96 cm, estructura lateral metàl·lica i 13 barrots de fusta de gran resistència. Inclou fixacions murals.
E02- E03	Màrfegues i suport mural	1 joc	10 màrfegues de 140 x 60 x 1,5 cm de cautxú/EVA netejable amb orificis reforçats i 1 suport metàl·lic mural de fixació.
E04	Banc d'abdominals	1	Superfície de suport contínua, mínim 3 posicions d'inclinació, 4 rodets de subjecció, rodes i nansa de transport.
E05	Banc d'hiperextensions a 45°	1	Posició a 45 graus, suport de cuixes regulable en alçada assistit, plataforma àmplia, rodets de turmell, rodes i nansa.

5. CONDICIONS DE LLIURAMENT, TRANSPORT I MUNTATGE

L'adjudicatari serà responsable del transport, descàrrega, elevació i moviment interior del material fins a la sala de fitness (planta superior).

El muntatge serà realitzat per personal tècnic especialitzat, verificant el parell, l'alineació de cables, l'estabilitat i els elements de seguretat i posant-lo a punt per se utilitzat.

En cap cas està permesa la realització d'ancoratges sense autorització expressa dels serveis tècnics municipals.

D'acord amb la condició especial d'execució mediambiental, l'adjudicatari haurà de retirar de forma selectiva tots els embalatges, plàstics i caixes, deixant la sala neta i a punt per al seu ús, fent-ne el reciclatge corresponent.

El termini màxim per al lliurament, muntatge i posada en servei és de 30 dies naturals a comptar des de la signatura de l'acta de presa de dades.

6. RECEPCIÓ I POSADA EN SERVEI

Es realitzarà una comprovació funcional de cada equip (regulacions, aturades de seguretat, suavitat de moviment, serveis digitals).





PPT – PER LA LICITACIÓ DEL CONTRACTE DE SUBMINISTRAMENT, TRANSPORT, MUNTATGE I POSADA EN SERVEI DE LA MAQUINÀRIA I EQUIPAMENT DE LA SALA MUNICIPAL DE FITNESS DE GUARDIOLA DE BERGUEDÀ

L'adjudicatari impartirà una sessió d'instrucció inicial sobre el funcionament, seguretat i manteniment de l'equipament al personal designat per l'Ajuntament, i lliurarà els manuals d'usuari en català.

Es formalitzarà la corresponent Acta de Recepció amb l'inventari complet de la maquinària i accessoris.

DOCUMENT DATAT I SIGNAT DIGITALMENT AL MARGE

