Ajuntament de Matadepera

PLEC DE PRESCRIPCIONS TÈCNIQUES PER AL CONTRACTE DE SUBMINISTRAMENT I INSTAL·LACIÓ DE L'EQUIPAMENT ESPORTIU PER A LA SALA DE FITNESS DE MATADEPERA

1. OBJECTE DEL CONTRACTE

És objecte d'aquest contracte el subministrament, mitjançant adquisició directa (inversió total i sense opció de *renting*), de l'equipament esportiu per a la sala de fitness, que inclou equips d'entrenament cardiovascular, equips de força (selectoritzables i de càrrega de discs), elements de musculació (pes lliure), material funcional i paviment esportiu. El contracte també inclou el transport, el muntatge i la instal·lació de l'equipament nou, la retirada de l'equipament existent, així com la seva garantia.

2. PRESSUPOST BASE DE LICITACIÓ

D'acord amb els imports establerts, el pressupost base per a la inversió total es desglossa de la següent manera:

PRESSUPOST BASE LICITACIÓ			
	Preu (sense IVA)	IVA (21%)	Preu (amb IVA)
EQUIPAMENT I MAQUINÀRIA FITNESS (inclosos transport i instal·lació)	98.096,17 €	20.600,20 €	118.696,37 €
TOTAL	**98.096,17 €**	**20.600,20 €**	**118.696,37 €**

3. EQUIPAMENT ESPORTIU OBJECTE DEL SUBMINISTRAMENT

L'adjudicatari haurà de subministrar exactament la següent maquinària i material, de conformitat amb el llistat d'equips sol·licitats:

Equips Cardiovasculars:

PRODUCTE	**UNITATS**
REM	1
EL·LÍPTICA	2
BICICLETA RECLINADA	2

BICICLETA CICLISME INDOOR	2
BICICLETA D'ENTRENAMENT TOTAL	1
BICICLETA DE TREN SUPERIOR	1
CINTA DE CÓRRER	3
BICICLETA VERTICAL	2

Característiques mínimes de l'equipament cardiovascular:

Bicicleta vertical

- La bicicleta ha de tenir l'amplitud suficient i sense barreres per accedir a l'equip sense dificultat.
- Les empunyadures i el manillar han de ser de tacte suau i amb multiposició.
- El seient ha de ser de fàcil ajust, ergonòmic i regulable.
- Ha de disposar de suport per a lectura integrat.
- Autogenerada (que no sigui necessària corrent eléctrica per funcionar).
- Consola amb pantalla LCD que registri distància, calories i freqüència cardíac (entre d'altres) i tingui connexió Bluetooth i ANT+. Amb mínim 6 programes d'entrenament integrat.
- Ha de tenir mínim 25 nivells de resistència integrats.
- Ha de permetre el canvi de consola per una de qualitat superior sense necessitat d'haver de canviar l'aparell sencer.
- Capacitat d'ús per a persones de fins a 180 kg com a mínim.

Bicicleta reclinada

- La bicicleta ha de tenir l'amplitud suficient i sense barreres per accedir a l'equip sense dificultat.
- Les empunyadures i el manillar han de ser de tacte suau i amb multiposició.
- El seient ha de ser de fàcil ajust, ergonòmic i regulable.
- Els pedals han d'estar especialment dissenyats i han d'ajudar a trobar i mantenir una postura d'entrenament còmoda i correcta.
- Autogenerada (que no sigui necessària corrent eléctrica per funcionar).
- Consola amb pantalla LCD que registri distància, calories i freqüència cardíac (entre d'altres) i tingui connexió Bluetooth i ANT+. Amb mínim 6 programes d'entrenament integrat.
- Ha de tenir mínim 25 nivells de resistència integrats.
- Ha de permetre el canvi de consola per una de qualitat superior sense necessitat d'haver de canviar l'aparell sencer.
- Capacitat d'ús per a persones de fins a 180 kg com a mínim.

Bicicleta de cicloindoor

- *Autònoma*:

- sense necessitat d'estar endollada a la corrent.

- *Manillar*:

  - ha de tenir com a mínim quatre posicions diferents, per oferir una solució ergonòmica i perfecta per a cada forma de pedalejar.
  - tiges del manillar i guies d'acer o d'alumini anoditzat.
  - el disseny de la lleva ha de ser ergonòmic.
  - s'ha de poder regular en alçada i horitzontal.

- *Seient*:

  - encoixinat unisex.
  - bastidor d'acer o d'alumini anoditzat.
  - s'ha de poder regular en alçada i horitzontal.
  - ha de tenir un sistema de bloqueig.

- Protecció contra la suor:

  - el disseny ha de ser repel·lent a l'aigua.
  - el volant d'inèrcia ha de ser estanc i tapat.

- Pedals:

  - han de disposar d'un sistema d'utilització dual de sèrie: opció automàtica tipus SPD o similar (*clipless*) i opció amb clip i cinta o sistema similar per subjectar-les.

- Sistema de resistència:

  - magnètica: Imants permanents de neodimi o similar.
  - Regulació de la resistència amb rosca o palanca.

- Volant d'inèrcia:

  - Pes del volant d'inèrcia: igual o superior als 15kg.
  - Posició: darrere per reduir l'exposició a la suor.

- Protectors:

  - al davant o darrera per fer estiraments i protegir l'estructura de la bicicleta o sistema de protecció similar, per evitar rodaments amb les cales del calçat a l'estructura de les bicicletes i el seu posterior deteriorament per oxidació.

- Ha de disposar d'un mínim de 2 potes d'anivellament.

- Ha de ser molt fàcil d'ajustar: que no sigui necessari baixar de la bici.

- Amb revestiment anti-esgarrapades, per evitar les marques de les sabatilles.

- Altres especificacions:

  - Pes de la bicicleta: no pot superar els 65kg.
  - Sistema de fre: magnètic, amb polsador de parada d'emergència.
  - Transmissió: per corretja tipus POLY-V o similar.
  - Material del quadre: acer d'alta resistència; les peces d'assemblatge han de ser d'acer inoxidable, acer o alumini.
  - Senyalització: ha de portar senyals i marques permanents gravades amb làser o similar (que garanteixi la seva duració) a les ranures de regulació; han de servir de referència visual per ajustar la bicicleta.
  - Bieles: han de ser d'acer per assegurar la màxima resistència per a les sessions més intenses.
  - Ha d'incloure dues rodes davanteres per facilitar-ne el transport.
  - Ha d'incloure suport integrat per ampolla o bidó d'aigua (doble) per afavorir la hidratació de l'usuari.

Cinta de córrer

- Interval de velocitat: 0 a 20 km/h.
- Interval d'inclinació: 0 a 15 %
- La superfície de la cinta de córrer ha de ser esmorteïda, així millora la sensació d'entrenament i s'adapta millor 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 velocitat i la inclinació de manera immediata amb un mecanisme similar a una palanca per gent per a mobilitat reduïda o amb deficiències visuals. Els controls a la consola han d'estar a la vista.
- Ha de disposar d'un llum de seguretat, per a que se sàpiga quan la cinta està parada i disponible.
- Ha de disposar de parada d'emergència.
- Amb parada automàtica si detecta que ja no hi ha l'usuari.
- Ha de disposar d'un programa de rutines on la combinació de moviments, exercicis i intensitat les defineixi automàticament l'equip.

- Consola amb pantalla LCD que registri distància, calories i freqüència cardíac (entre d'altres) i tingui connexió Bluetooth i ANT+.
- Ha de permetre el canvi de consola per una de qualitat superior sense necessitat d'haver de canviar l'aparell sencer.

El·líptica

- Els braços s'han de moure en una trajectòria convergent i les cames han de poder fer passes de mínim 50 cm, garantint un moviment fluïd i continu.
- L'alçada d'accés màxima ha de ser de 25cm.
- Ha de disposar d'un programa de rutines on la combinació de moviments, exercicis i intensitat les defineixi automàticament l'equip.
- S'ha de poder fer l'exercici seguint els vídeos que apareguin a la pantalla.
- Autogenerada (que no sigui necessària corrent eléctrica per funcionar).
- Consola amb pantalla LCD que registri distància, calories i freqüència cardíac (entre d'altres) i tingui connexió Bluetooth i ANT+.
- Ha de permetre el canvi de consola per una de qualitat superior sense necessitat d'haver de canviar l'aparell sencer.
- Capacitat d'ús per a persones de fins a 180 kg com a mínim.

Bicicleta de tren superior

- Ha de ser autoalimentada mitjançant generador propi, sense necessitat de connexió elèctrica permanent.
- Ha de tenir un sistema de resistència magnètica manual regulable.
- Consola amb pantalla LCD que registri distància, calories i freqüència cardíac (entre d'altres) i tingui connexió Bluetooth i ANT+.
- Ha d'oferir la possibilitat de treball amb moviments sincrònics, asincrònics i independents dels braços.
- Ha de disposar d'un sistema de bloqueig de manovelles que permeti alternar entre moviment fix i moviment lliure.
- S'ha de poder ajustar d'alçada de forma ràpida.
- El seient s'ha de poder moure per permetre l'accessibilitat per part de persones en cadira de rodes.
- Ha de ser accessible per a usuaris amb diferents nivells de capacitat funcional.
- Ha de disposar d'un suport integrat per a dispositius mòbils.
- El sistema de transmissió ha de ser mitjançant cadena i corretja Poly-V o equivalent.
- Ha de dur rodes i nansa integrades per facilitar-ne el transport.

Rem

- El rem ha de ser un equip complet per a l'entrenament de la potència, velocitat, resistència i agilitat.
- Tots els ajustaments del rem han d'estar a l'abast, estant asseguts en una posició còmoda i ergonòmica.
- S'ha de poder regular el nivell d'1 a 10 com a mínim o seleccionar el factor d'arrossegament específic per a l'entrenament cardiovascular visualitzat a la consola.
- Ha d'establir un nivell de resistència baixa, mitjana i alta per realitzar el moviment de remar amb càrrega addicional o per executar exercicis específics de potència. La resistència que ofereixi el rem ha d'estar dissenyada per seguir la corba natural del cop de rem dins de l'aigua.
- Els usuaris han de poder seleccionar el nivell de resistència estant còmodament asseguts, sense necessitat d'aixecar-se per ajustar la intensitat.
- S'ha de poder canviar la modalitat d'entrenament, passant de cardiovascular a l'entrenament de la potència girant simplement el pom ajustable de resistència o un mecanisme similar.
- El rem ha de ser segur per fer extensions triples (malucs, genolls i turmells) amb moviments de força explosius.
- Pantalla autogenerada (sense piles).
- Altres:
  - Rodes de transport.
  - Peus d'anivellament.

Bicicleta d'entrenament total

- Consola amb pantalla LCD que registri com a mínim distància, potència, temps, cadència, calories i freqüència cardíac (entre d'altres) i tingui connexió Bluetooth i ANT+.
- Amb ventilador silenciós d'acer.
- Sistema de resistència electromagnètica.
- Seient ergonòmic i regulable.
- Estructura d'acer d'alta resistència.
- Manillar multi posició ergonòmic.
- Reposapeus específics per a exercicis exclusius de tren superior.
- Porta ampolles integrat
- Rodes de transport integrades per facilitar-ne el transport.

***** Pel que fa a tot l'equipament d'entrenament cardiovascular s'admetrà qualsevol aparell equivalent que acrediti prestacions iguals o superiors pel que fa a

característiques tècniques, qualitat constructiva, ergonomia, compatibilitat amb sistemes de control cardíac i aptitud per a entrenament funcional, d'acord amb l'article 126 de la LCSP.

Equips de Força (Selectoritzables i Plaques):

PRODUCTE	UNITATS
MULTIESTACIÓ DE 6 ESTACIONS	1
PRESS DE BANCA VERTICAL	1
PRESS D'ESPATLLES	1
MÀQUINA SMITH (MULTIPOWER)	1
PRESS DE CAMES DECLINAT	1
ENTRENAMENT DE GLUTI	1
PRESS DE CAMES HORITZONTAL	1
PRESS DE PIT CONVERGENT	1
PRESS D'ESPATLLES CONVERGENT	1
CURL DE CAMES ASSEGUT	1
EXTENSIÓ DE CAMES	1
PULLDOWN D'ESPATLLES DIVERGENT	1
PRESS DE TRÍCEPS ASSEGUT	1
PRESS D'ESQUENA ASSEGUT DIVERGENT	1
CURL DE BÍCEPS	1
HIP ABDUCTOR/ADDUCTOR	1
PRESS DE GLUTI	1

Característiques mínimes de l'equipament de força de pes guiat:

- Codi QR amb tutorials d'ús pels usuaris.
- Banderoles de guiatge de la realització correcte de l'exercici i dels músculs que es treballen en cadascuna de les màquines.
- Entapissats amb escuma d'alta intensitat.
- Cada equip ha de disposar de com a mínim 2 suports per deixar-hi dispositius mòbils i ampolles.
- Els xassís han d'estar soldats en la seva major part, a excepció d'aquells que per les seves dimensions dificulti l'accés a les instal·lacions i a la sala de fitness.

***** Pel que fa a tot l'equipament selectoritzable d'entrenament de força s'admetrà qualsevol aparell equivalent que acrediti prestacions iguals o superiors pel que fa a característiques tècniques, qualitat constructiva, ergonomia, i aptitud per a entrenament de força, d'acord amb l'article 126 de la LCSP.

Pes Lliure, Bancs i Accessoris:

PRODUCTE	UNITATS
BANC DECLINAT	1
BANC PLA OLÍMPIC	1
BANC AJUSTABLE	4
BANC D'EXTENSIÓ DORSAL	1
BANC DE PRESS INCLINAT	1
BANC DE CURL DE BÍCEPS	4
DISC OLÍMPIC 1,25Kg	14
DISC OLÍMPIC 2,50Kg	20
DISC OLÍMPIC 5Kg	26
DISC OLÍMPIC 10Kg	20
DISC OLÍMPIC 15Kg	14
DISC OLÍMPIC 20Kg	20
DISC OLÍMPIC 25Kg	20
SUPORT D'ARBRE DE DISCS OLÍMPICS	1
MANUELLA 2,5Kg (un)	2
MANUELLA 5Kg (un)	2
MANUELLA 7,5Kg (un)	4
MANUELLA 10Kg (un)	4
MANUELLA 12,5Kg (un)	4
MANUELLA 15Kg (un)	4
MANUELLA 17,5Kg (un)	4
MANUELLA 20Kg (un)	4
MANUELLA 22,5Kg (un)	2
MANUELLA 25Kg (un)	2
MANUELLA 27,5Kg (un)	2
MANUELLA 30Kg (un)	2
MANUELLA 32,5Kg (un)	2
MANUELLA 35Kg (un)	2
RACK PER 10 PARELLS DE MANUELLES	2
MANUELLES D'ENTRENAMENT GUIAT 1Kg (pr)	1
MANUELLES D'ENTRENAMENT GUIAT 2Kg (pr)	1
MANUELLES D'ENTRENAMENT GUIAT 3Kg (pr)	1
MANUELLES D'ENTRENAMENT GUIAT 4Kg (pr)	1
MANUELLES D'ENTRENAMENT GUIAT 5Kg (pr)	1
MANUELLES D'ENTRENAMENT GUIAT 6Kg (pr)	1
MANUELLES D'ENTRENAMENT GUIAT 7Kg (pr)	1
MANUELLES D'ENTRENAMENT GUIAT 8Kg (pr)	1
MANUELLES D'ENTRENAMENT GUIAT 9Kg (pr)	1
MANUELLES D'ENTRENAMENT GUIAT 10Kg (pr)	1
SUPORTS PER 10 PARELLS DE MANUELLES	1

Accessoris de l'equipament de força:

PRODUCTE	UNITATS
CONNECTORS PER LA MULTIESTACIÓ	3
POLITJA DORSAL	2
RECTE DE BÍCEPS	2
REM DE POLITJA BAIXA	1
POLITJA ALTA-BAIXA	1
CORDA DE TRÍCEPS	2
ESTREPS A UNA MÀ	2
DORSAL CORVAT	1
AFERRAT MULTIPOSICIÓ	1
TOPALLS PER BARRES OLÍMPIQUES	10

Característiques mínimes de l'equipament de força de pes lliure

- Estructura d'acer de 3mm com a mínim i pintada.
- Codi QR amb tutorials d'ús pels usuaris.
- Banderoles de guiatge de la realització correcte de l'exercici i dels músculs que es treballen en cadascuna de les màquines.
- Senyals de color diferenciats que guiïn el correcte posicionament de les diferents parts del cos als usuaris.
- Entapissats amb escuma d'alta intensitat.

***** Pel que fa a tot l'equipament de pes lliure d'entrenament de força s'admetrà qualsevol aparell i o element equivalent que acrediti prestacions iguals o superiors pel que fa a característiques tècniques, qualitat constructiva, ergonomia, i aptitud per a entrenament de força, d'acord amb l'article 126 de la LCSP.

Paviment:

PRODUCTE	UNITATS
LLOSA DE 1000X1000X15mm (negre/blanc)	165
GESPA ARTIFICIAL DE 30 mm	20m2

***** Pel que fa a tot l'equipament accessori s'admetrà qualsevol element equivalent que acrediti prestacions iguals o superiors pel que fa a característiques tècniques, qualitat, i aptitud per a l'entrenament, d'acord amb l'article 126 de la LCSP.

4. CARACTERÍSTIQUES TÈCNIQUES I PROGRAMARI

- L'equipament subministrat, a més de complir totes les característiques tècniques requerides i amb els requisits mínims descrits al plec, haurà de ser nou i tenir la condició de *qualitat professional*, pensat per un ús de 16h diàries, el que exclou de l'àmbit de la present contractació els equipaments de gama domèstica.
- Tots els equips d'entrenament cardiovascular i de força (ja siguin selectoritzables com de càrrega de discs) hauran de ser de la mateixa marca excepte els accessoris pel pes lliure.
- La maquinària s'ha de poder connectar a una aplicació mitjançant tecnologia NFC o codis QR, que permeti als usuaris veure vídeos dels exercicis, afegir entrenaments manualment, monitoritzar la freqüència cardíaca (Bluetooth) i portar un seguiment dels seus objectius.
- L'empresa adjudicatària haurà d'acreditar el compliment de la norma ISO 9001 (Qualitat).
- El no compliment de qualsevol d'aquests requisits serà motiu d'exclusió del licitador que no en doni compliment.
- L'empresa adjudicatària ha de tenir personal propi encarregat de la post-venda i el manteniment i haurà de garantir l'atenció ràpida i eficient, per reduir les molèsties als usuaris i usuàries del gimnàs municipal de Matadepera.

5. TRANSPORT, MUNTATGE, GARANTIA I MANTENIMENT

En tractar-se d'una inversió total, el contracte adquireix de forma definitiva els béns, eliminant les clàusules de devolució de l'equipament pròpies del *renting*. No obstant això, s'exigeix:

- **Transport i Muntatge:** La instal·lació completa de la maquinària a la sala de fitness anirà a càrrec de l'adjudicatari. A més, s'encarregarà de la retirada i gestió dels residus i embalatges generats.
- **Garantia Total:** L'equipament disposarà d'una **garantia total de 2 anys** inclosa en el preu, o en el seu cas, el termini de garantia millorat i ofert per l'adjudicatari. Aquesta garantia cobreix qualsevol defecte de fabricació o desperfecte derivat del transport i instal·lació.
- **Manteniment:** L'adjudicatari proveirà d'un **Pla de Manteniment** que serveixi com a guia pels tècnics i operaris municipals.
- **Formació:** Es realitzarà una formació (4 hores) per al personal tècnic sobre l'ús dels equips i el manteniment dels mateixos.

6. LLOC DE LLIURAMENT I TERMINI D'ENTREGA

- **Lloc de lliurament:** Els béns s'hauran de lliurar i instal·lar al Gimnàs Municipal de Matadepera, situat al carrer de Mariapfarr, 8 (08230 Matadepera).
- **Termini d'entrega:** El termini d'entrega completa de l'equipament serà de màxim **16 setmanes** a partir de l'endemà de la data de la formalització del

contracte, o en el seu cas, el termini de lliurament millorat i ofert per l'adjudicatari.