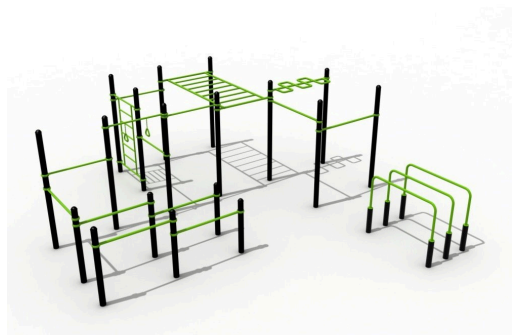


Circuito de Calistenia para Patios Escolares



Estación de entrenamiento al aire libre fabricada en acero de alta resistencia, diseñada para trabajar con el propio peso corporal: dominadas, pasamanos, fondos, escalada, anillas de suspensión y ejercicios de fitness funcional. Su recubrimiento exterior resiste la corrosión en todo tipo de clima, por lo que ofrece un rendimiento durable en patios y espacios deportivos. Permite que varios estudiantes entrenen a la vez, enriquece las clases de Educación Física y promueve hábitos de vida activa en recreos y talleres. Color, tamaño y configuración se adaptan a cada colegio.

Beneficios

Alumnos

- Desarrollan fuerza, coordinación y equilibrio con su propio peso.
- Espacio motivador para la actividad física en recreos y talleres.

Profesor

- Circuito versátil para clases de Educación Física por estaciones.
- Varios estudiantes trabajan a la vez con ejercicios graduables.

Colegio o institución

- Acero resistente a la intemperie y de bajo mantenimiento.
- Promueve la vida saludable y diversifica la oferta deportiva.

Justificación técnica

Cuenta 410 602	Implementos deportivos
Fondos que pueden financiarlo	Subvención General · SEP · Mantenimiento
Condición de uso	Con SEP, debe vincularse a una acción explícita del PME.
Dimensión / subdimensión PME	Gestión de Recursos / Gestión de recursos educativos
Vínculo complementario PME	Gestión Pedagógica / Enseñanza y aprendizaje en el aula
Indicador de seguimiento (sugerido)	Nº de clases de Educación Física y talleres que usan el circuito por semana.

Referencias: Manual de Cuentas para la Rendición de Recursos 2026 (Superintendencia de Educación) y Orientaciones PME 2026 (Mineduc). La pertinencia final del gasto la evalúa la entidad sostenedora.

Datos técnicos

Construcción

Material	Acero de alta calidad y alta resistencia
Recubrimiento	Exterior, resistente a la corrosión para todo tipo de clima
Uso	Exterior; parques, escuelas, complejos deportivos, comunidades y parques de fitness
Personalización	Color, tamaño, estructura y logotipo personalizables; diseño específico para cada sitio
Fabricación	OEM/ODM con soporte de ingeniería profesional

Estaciones del circuito

Barras de dominadas	Barras altas a distintas alturas
Pasamanos	Barras de mono (monkey bars), incluido tramo de agarre ondulado
Escalera vertical	Escalada y trabajo de agarre
Anillas	Suspensión para entrenamiento
Barras bajas	Remo invertido, flexiones inclinadas y equilibrio
Barras paralelas	Fondos (dips) y soportes

Zonas musculares que se trabajan

Espalda	Dorsales, trapecios y romboides (dominadas, remo invertido)
Brazos	Bíceps, tríceps y antebrazos (dominadas, fondos, pasamanos)
Hombros y pecho	Deltoides y pectorales (fondos, flexiones, anillas)
Core	Abdominales, oblicuos y zona lumbar (elevaciones de piernas, suspensiones)
Tren inferior	Cuádriceps, glúteos e isquiotibiales (escalada, saltos y ejercicios funcionales)

Habilidades físicas que se desarrollan

Fuerza	Fuerza relativa con el propio peso corporal
Resistencia muscular	Repeticiones y circuitos por estaciones
Agarre	Fuerza de prensión en pasamanos, escalera y anillas
Coordinación	Desplazamientos en pasamanos y cambios de estación
Equilibrio y control corporal	Paralelas, anillas y posiciones de suspensión
Movilidad	Flexibilidad de hombros y columna en suspensiones

Aplicaciones

Entrenamiento	Calistenia, entrenamiento callejero y entrenamiento funcional
En el colegio	Clases de Educación Física, talleres deportivos y recreos activos