



Sigue moviéndote

X-MOVE planifica y realiza instalaciones de skate, escalada y ocio de alta calidad en toda Europa. Como pioneros en la planificación y construcción de instalaciones públicas del Parkour, X-MOVE lleva más de 10 años acompañando este deporte.

Entretanto se han establecido otros deportes urbanos, lo que ha propiciado nuevos encuentros entre atletas de distintas disciplinas. De ahí la creciente necesidad de disponer de lugares comunes y adecuados para la práctica en instalaciones de calidad.

Para poder diseñar instalaciones adecuadas, X-MOVE ha desarrollado conceptos de instalaciones modulares basados en la norma para las instalaciones del Parkour. Éstas cumplen siempre con el principio de la utilidad deportiva máxima.

Además, satisfacen la exigencia, no sólo de los Parkouristas, freerunners, atletas de fuerza y de fitness expertos en entreno creativo, sino también ofrecen a los principiantes un entorno seguro donde aprender los movimientos elementales.

un lugar único
posibilidades múltiples



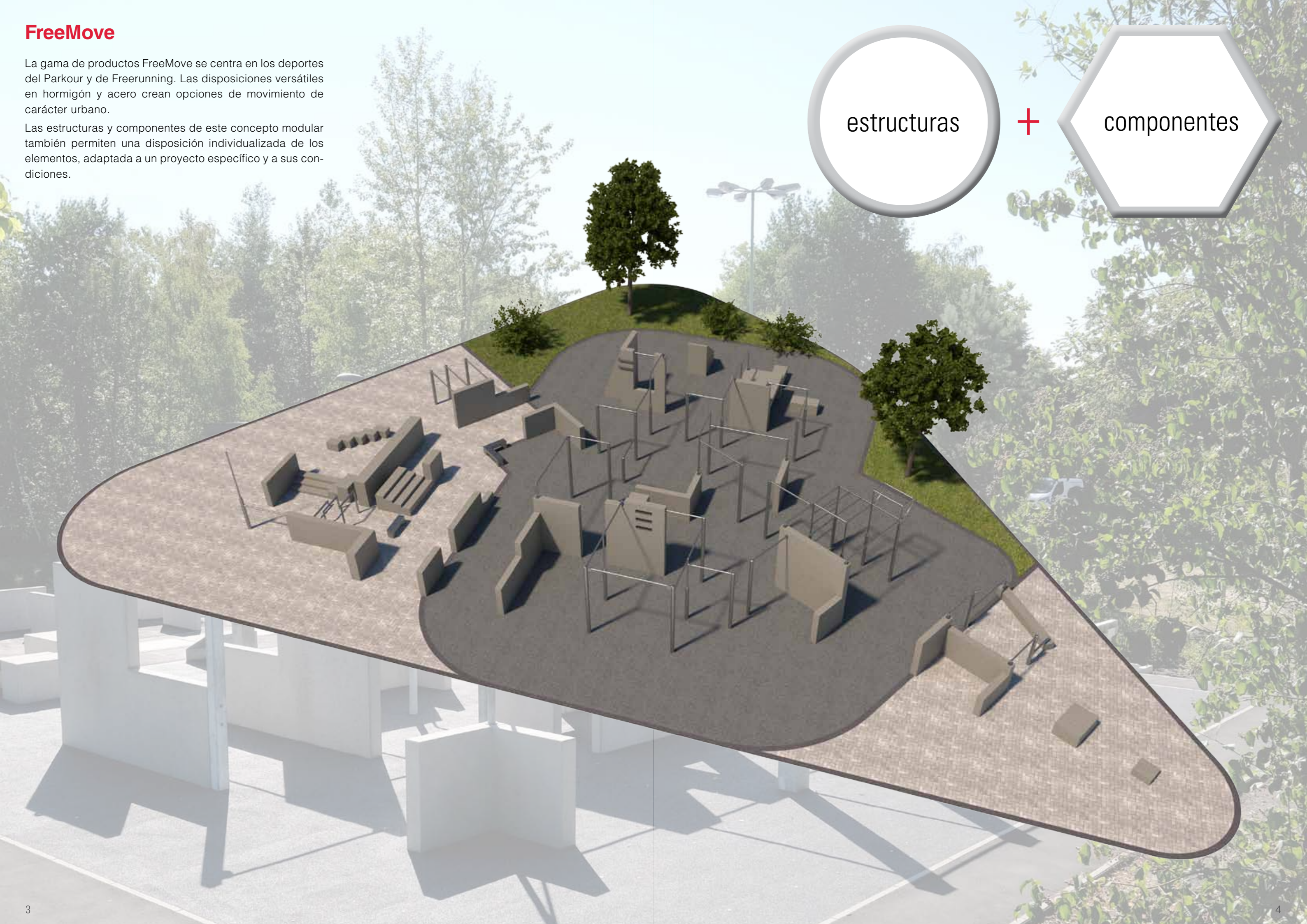
FreeMove

La gama de productos FreeMove se centra en los deportes del Parkour y de Freerunning. Las disposiciones versátiles en hormigón y acero crean opciones de movimiento de carácter urbano.

Las estructuras y componentes de este concepto modular también permiten una disposición individualizada de los elementos, adaptada a un proyecto específico y a sus condiciones.



+

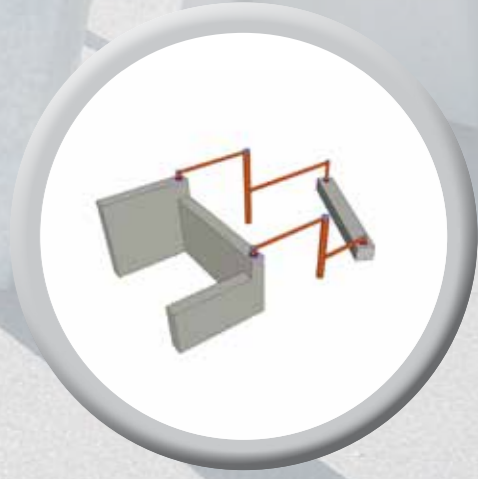
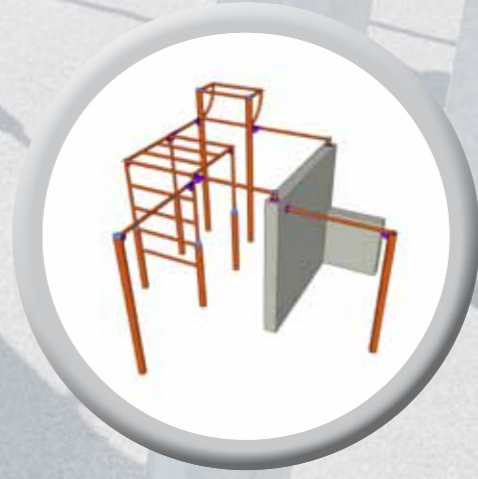
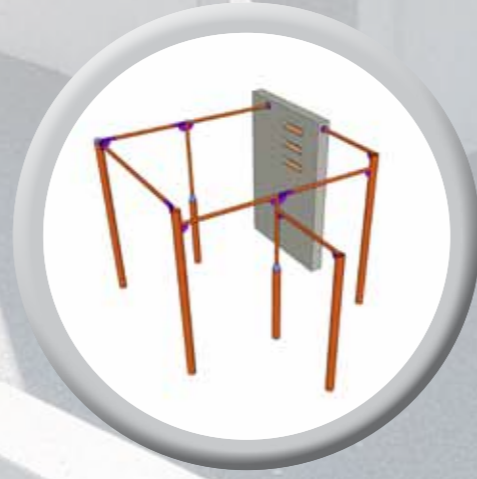
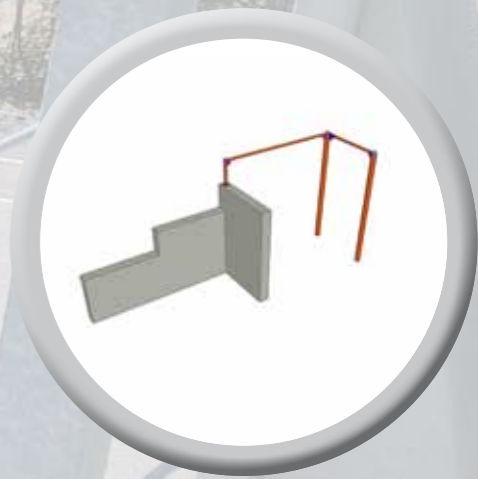
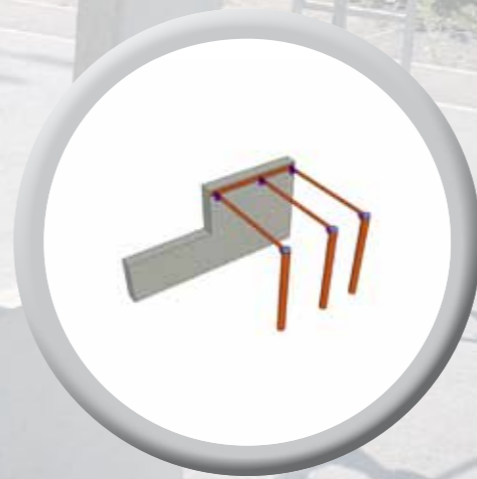
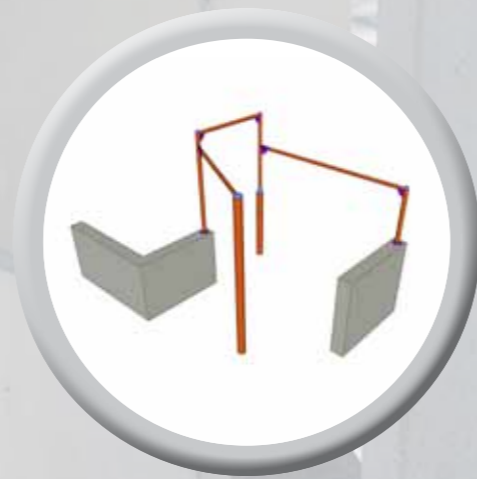


estructuras

Estructuras

Ocho estructuras forman el núcleo del concepto FreeMove. Cada estructura está diseñada para tipos específicos de movimientos y secuencias.

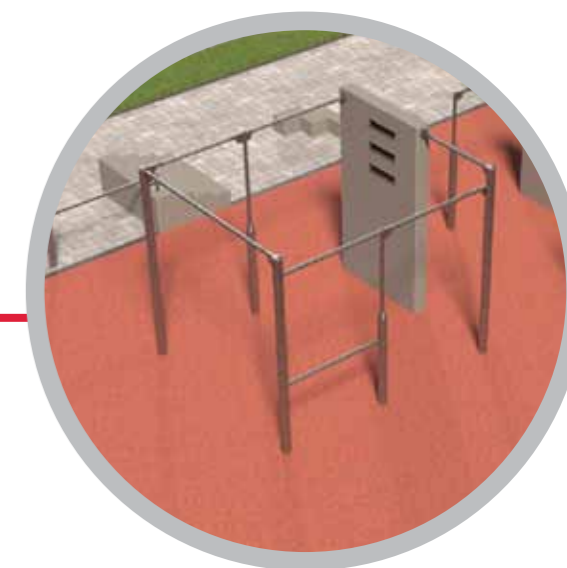
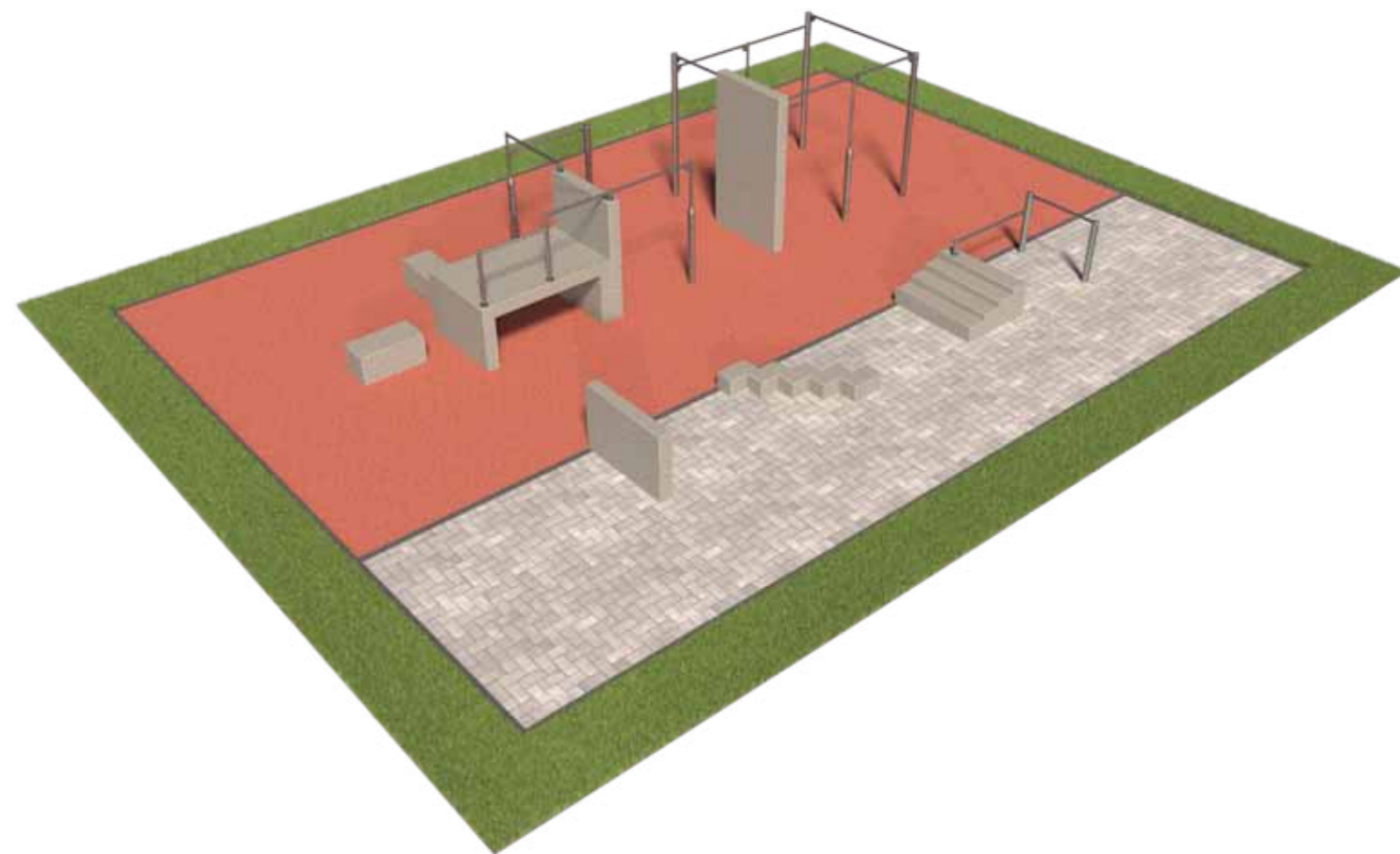
La combinación de al menos dos estructuras ya permite un entrenamiento variado y creativo.



Componentes

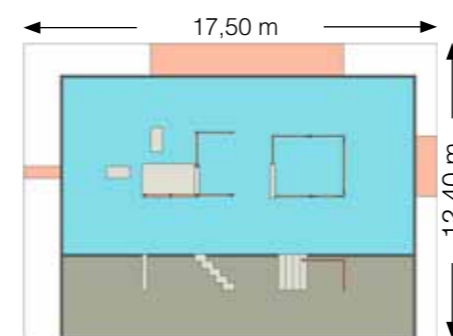
Los componentes se utilizan para entrenar otros tipos de movimientos, como saltos de precisión, superación o trucos de pared.

Los componentes de las estructuras, ya colocados en una superficie, ofrecen muchos más retos deportivos y recorridos en su combinación y relación posicional.



StartUp

Dos estructuras - seis componentes



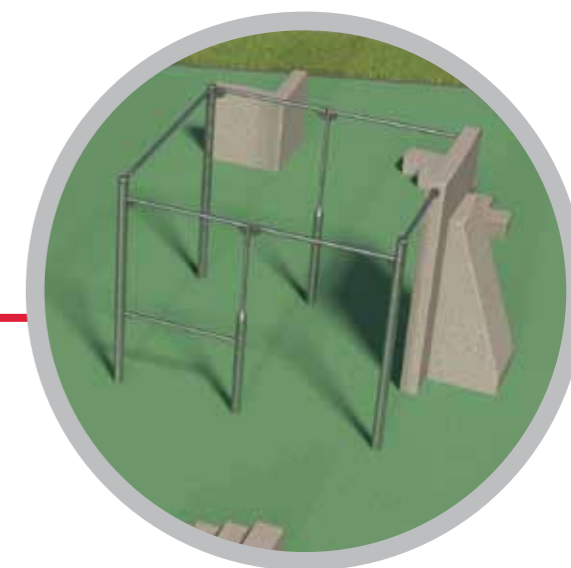
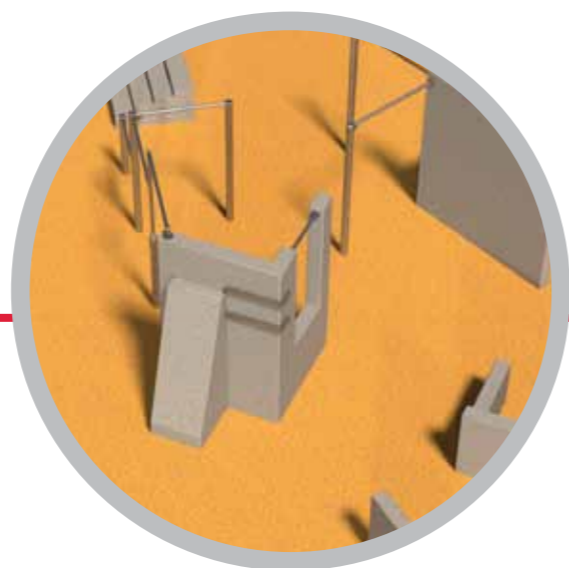
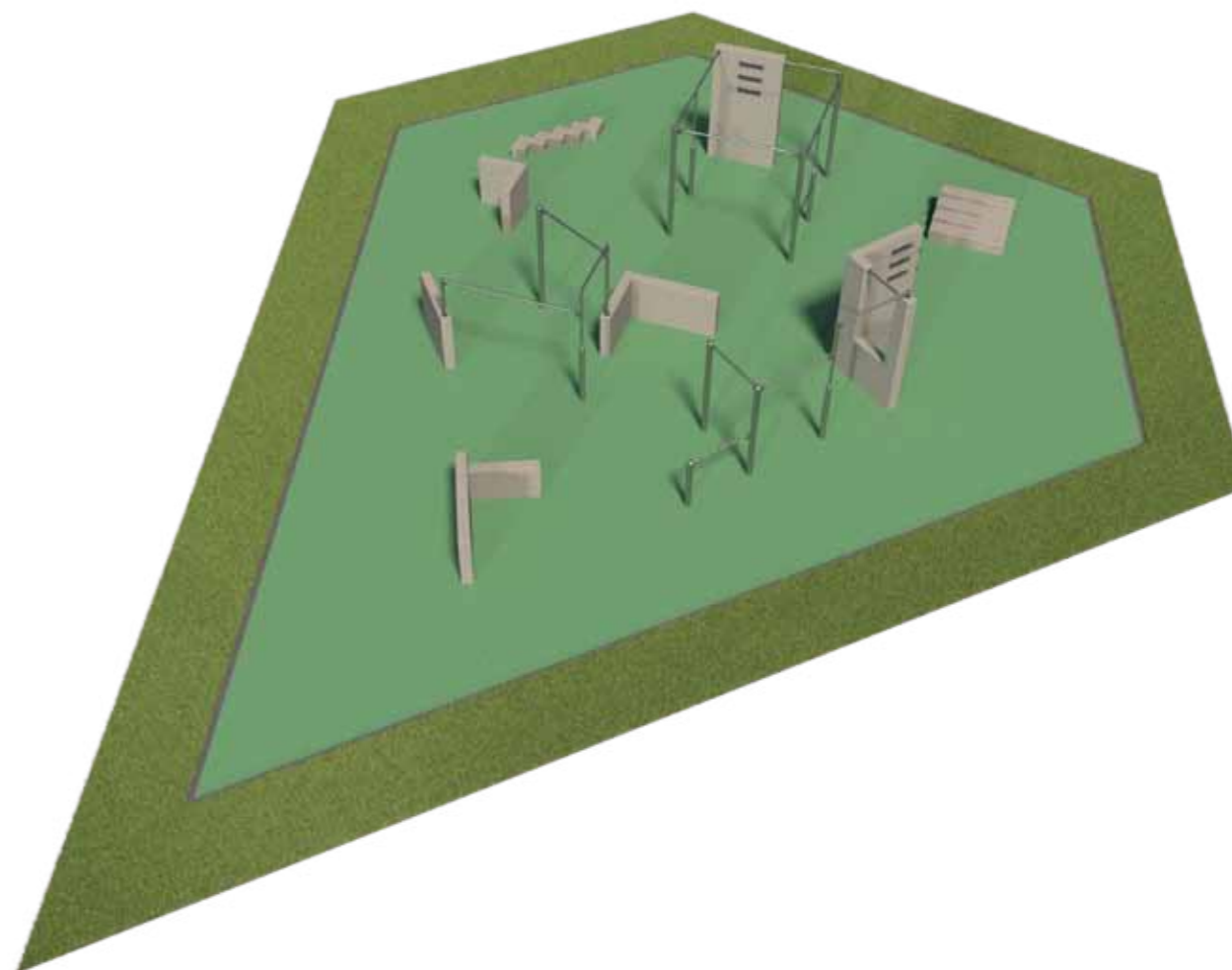
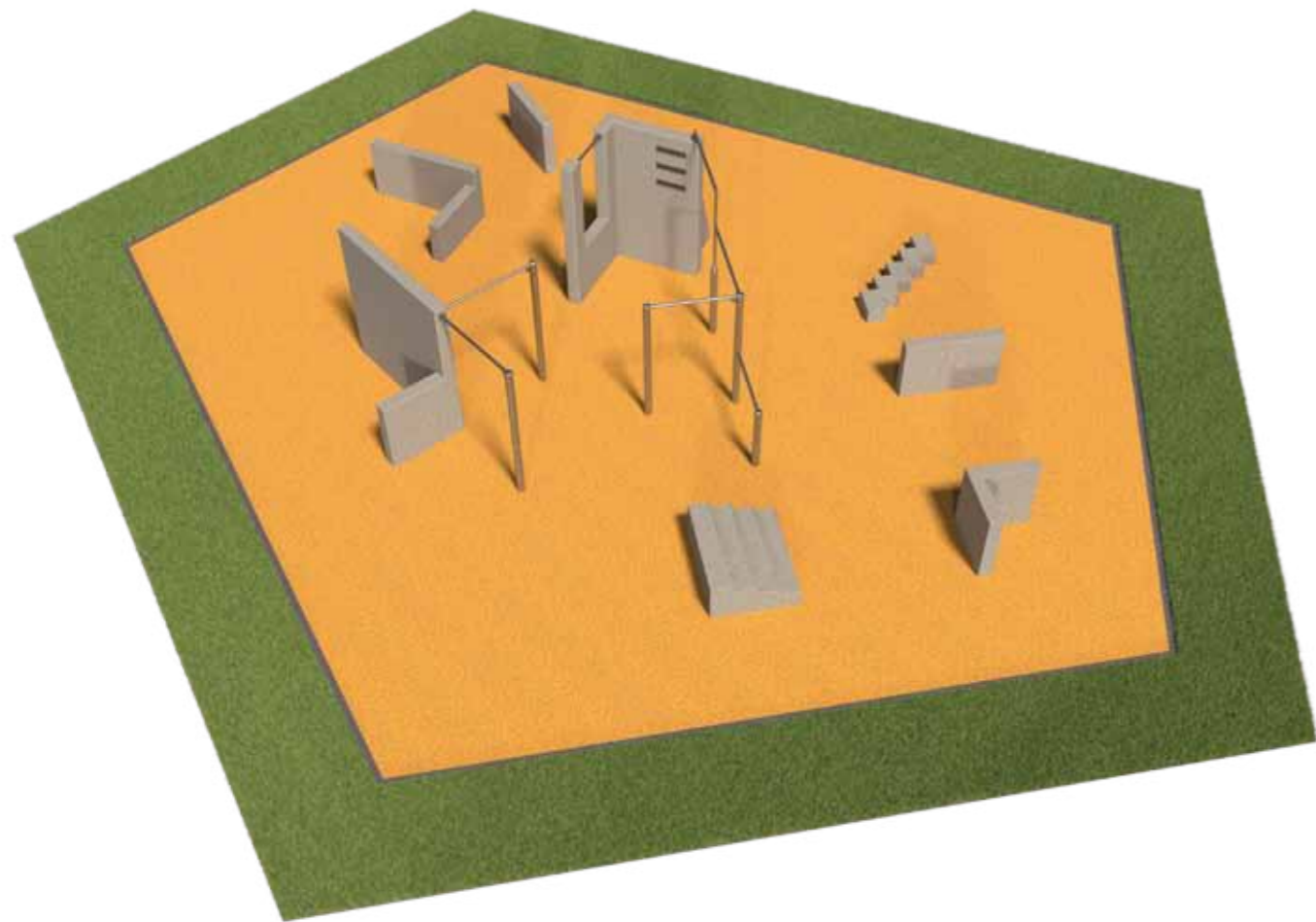
Plano

Producto: FM-2-6-SU

- Total: ○ 217 m²
- con absorción de impactos*: ● 109 m²
- sin absorción: ● 50 m²
- superficie de aproximación: ● libre de objetos

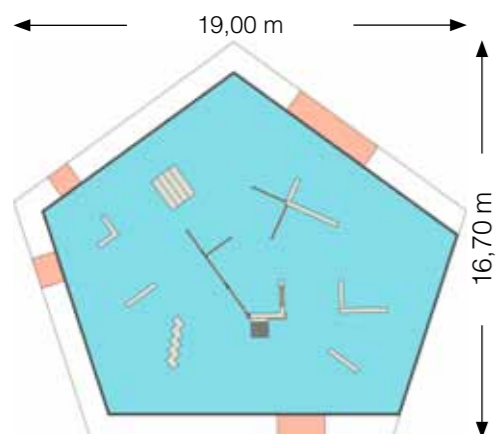
* Granulado de protección contra caídas, vertido sin juntas

Detalles de la superficie



CrissCross

Una estructura - diez componentes



Plano

Producto: FM-1-10-CC

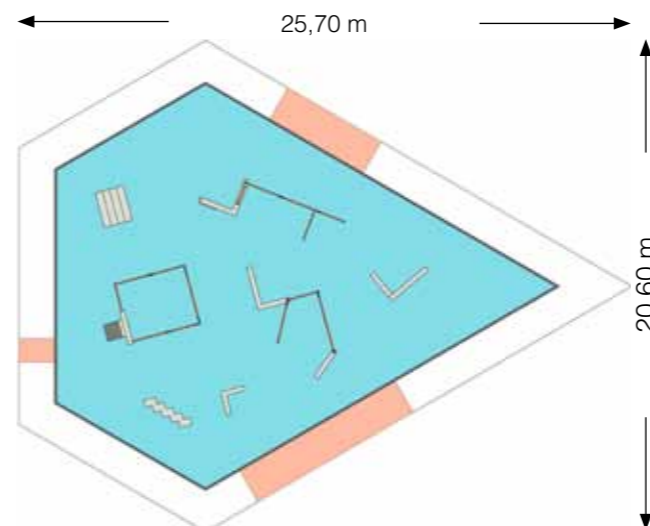
- Total: ○ 220 m²
- con absorción de impactos*: ● 170 m²
- sin absorción: ● 0 m²
- superficie de aproximación: ● libre de objetos

* Granulado de protección contra caídas, vertido sin juntas

Detalles de la superficie

MonkeyIsland

Tres estructuras - cinco componentes



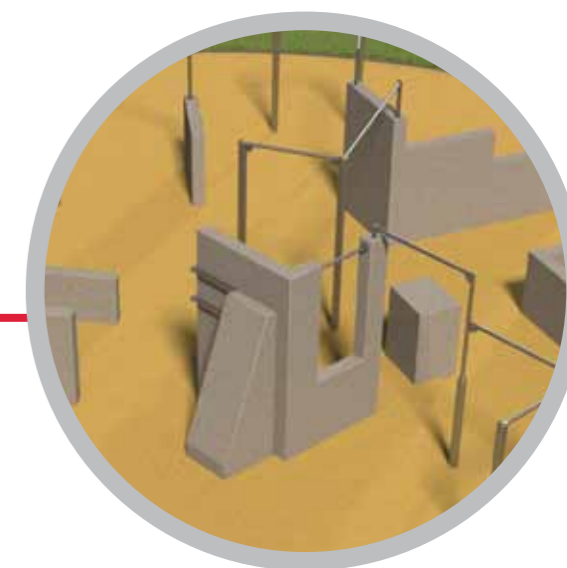
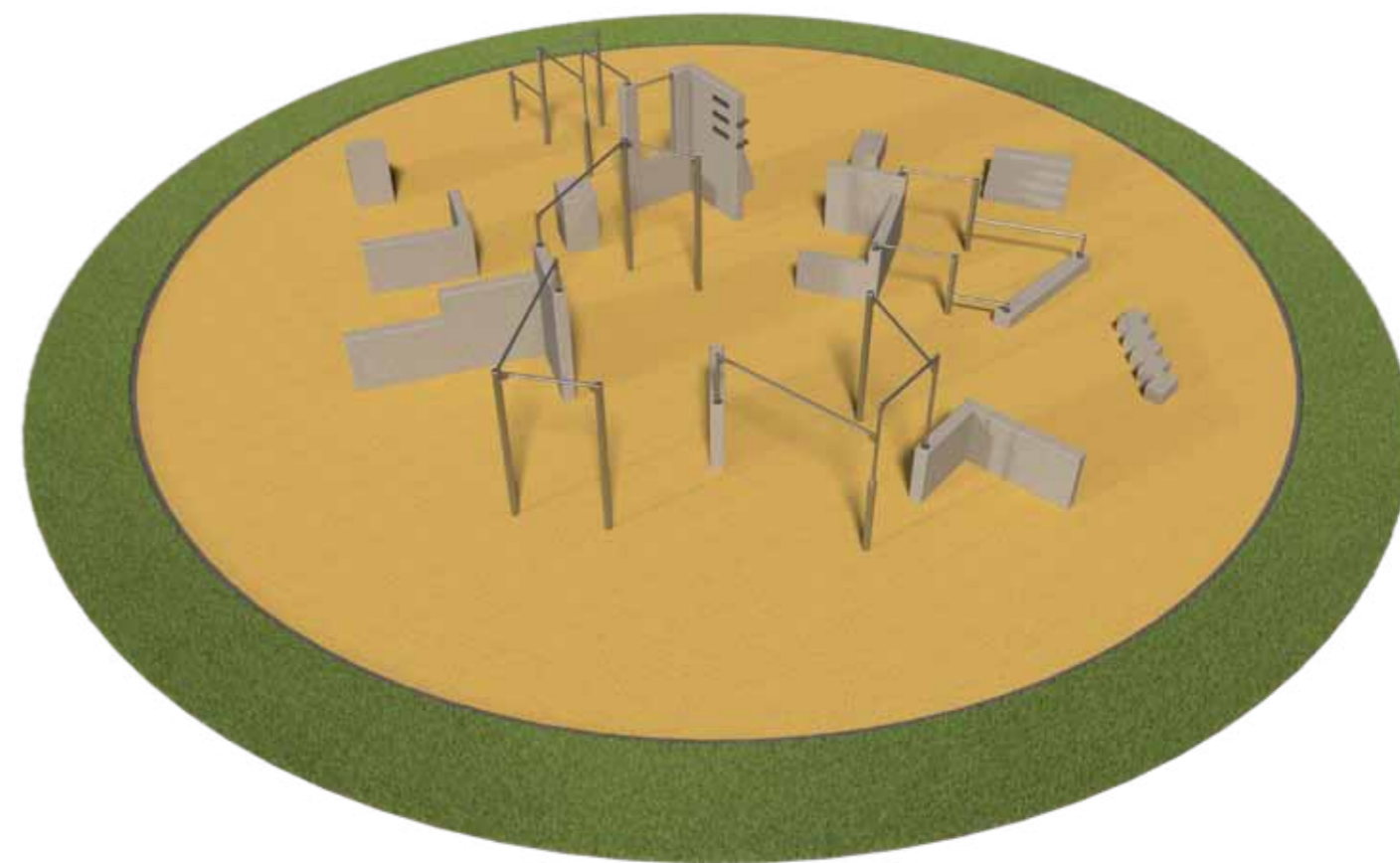
Plano

Producto: FM-3-5-MI

- Total: ○ 309 m²
- con absorción de impactos*: ● 206 m²
- sin absorción: ● 0 m²
- superficie de aproximación: ● libre de objetos

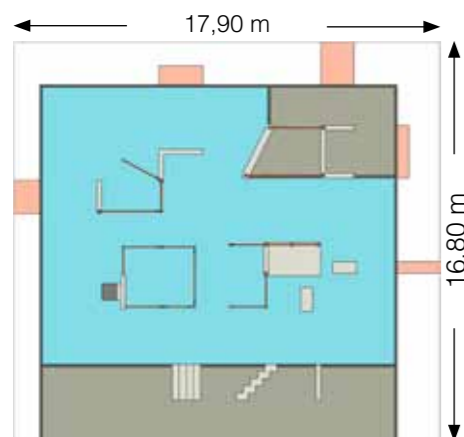
* Granulado de protección contra caídas, vertido sin juntas

Detalles de la superficie



Jump-N-Run

Cuatro estructuras - seis componentes



Plano

Producto: FM-4-6-JR

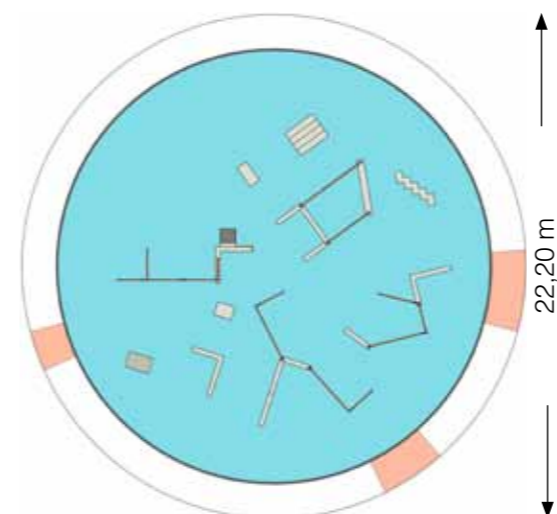
- Total: ○ 301 m²
- con absorción de impactos*: ● 151 m²
- sin absorción: ● 67 m²
- superficie de aproximación: ● libre de objetos

* Granulado de protección contra caídas, vertido sin juntas

Detalles de la superficie

CirclePit

Cuatro estructuras - ocho componentes



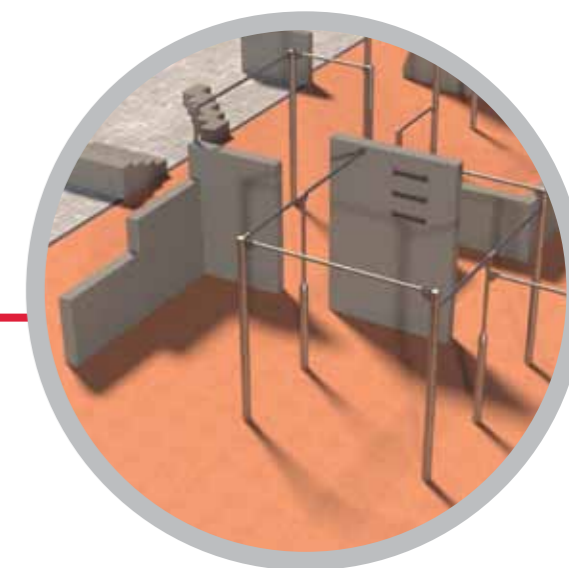
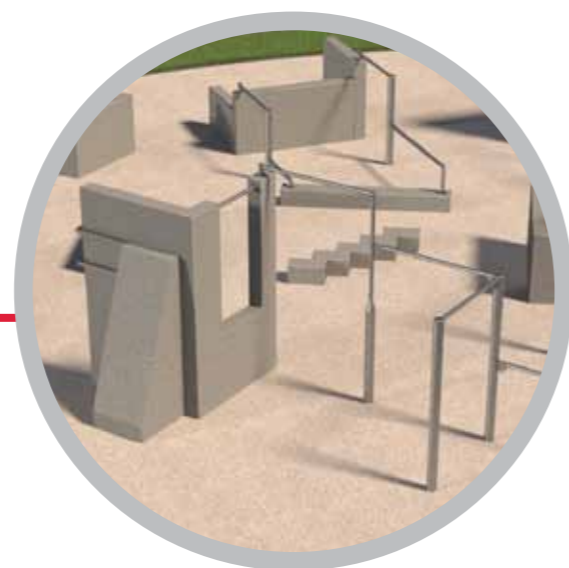
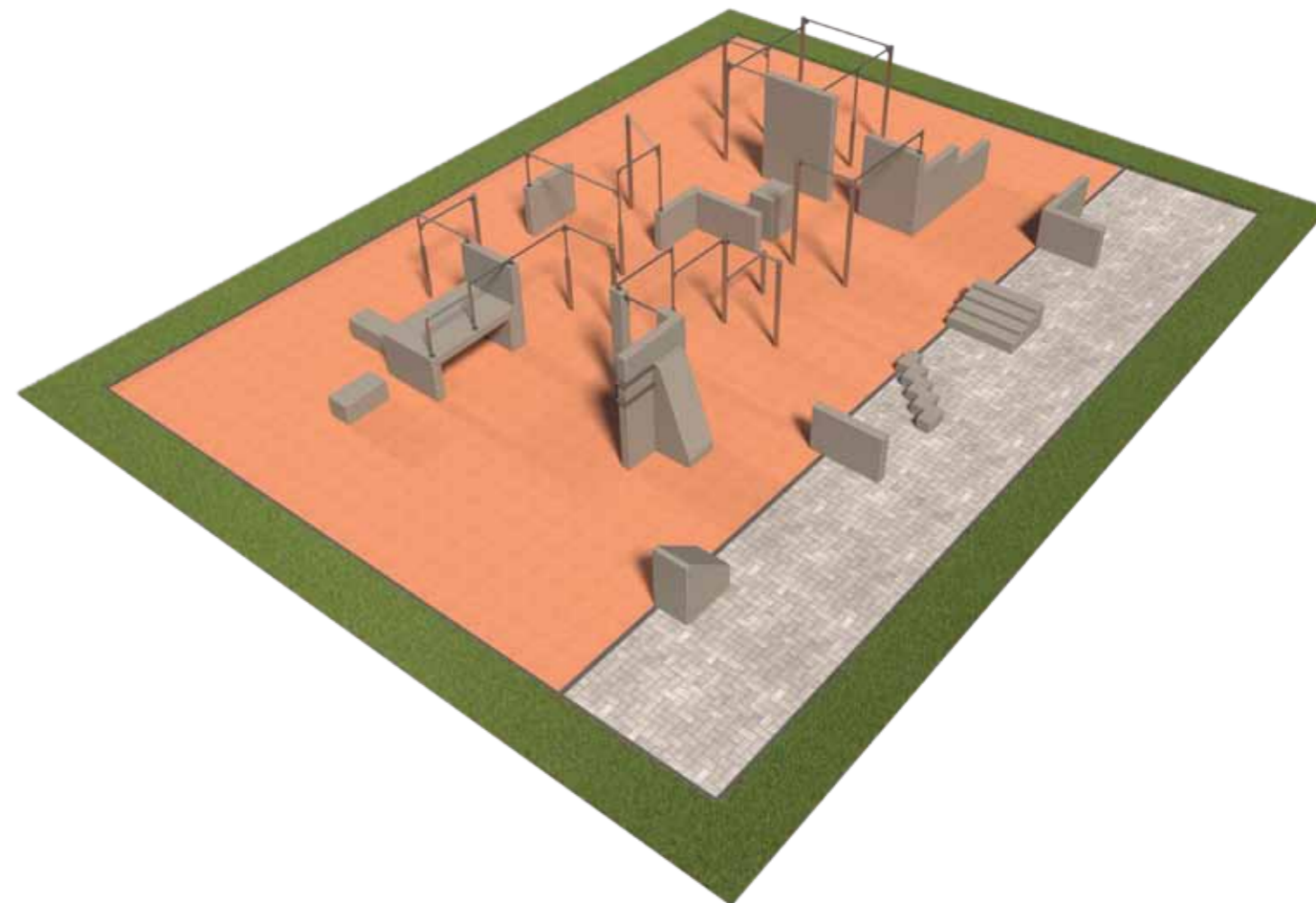
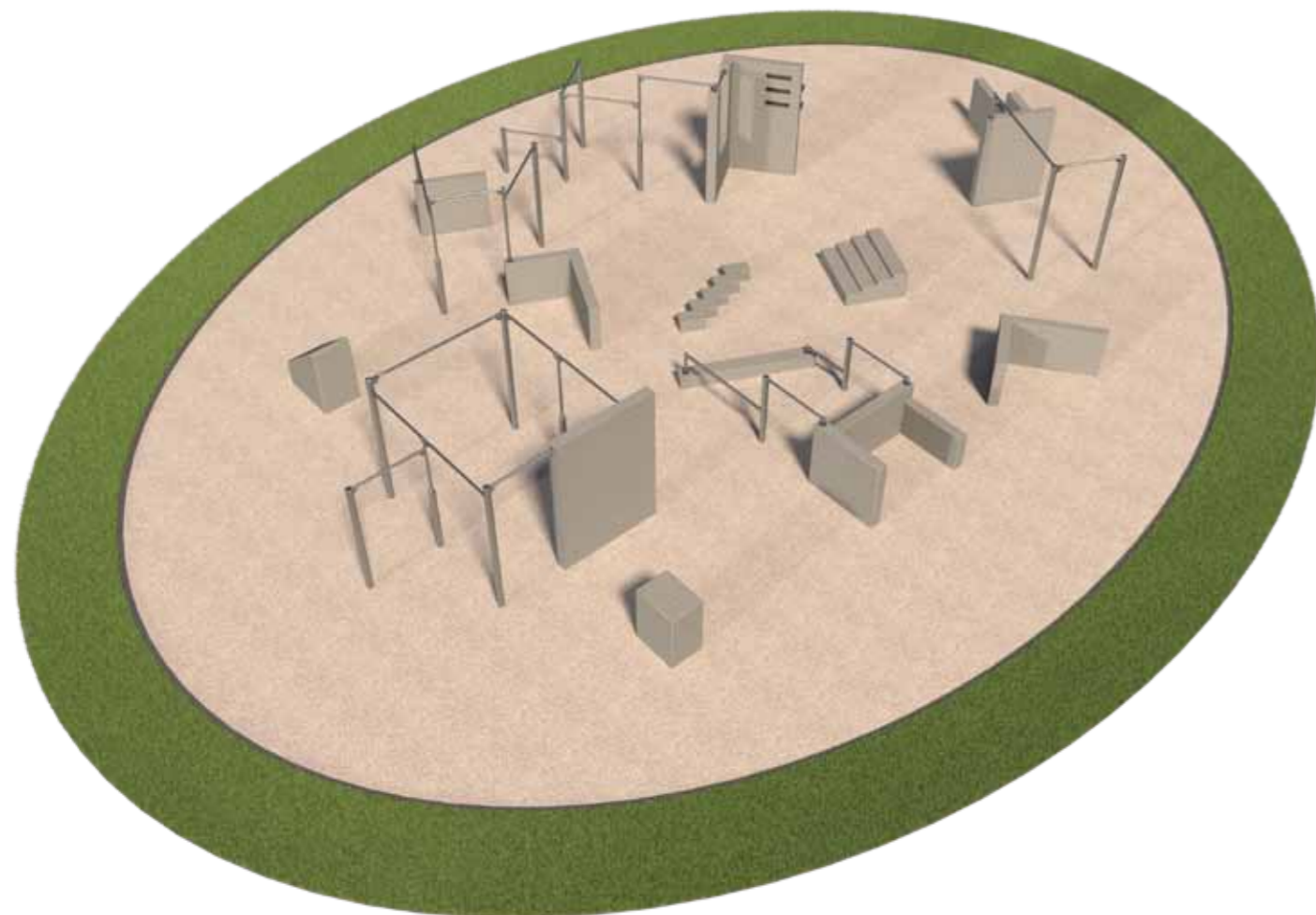
Plano

Producto: FM-4-8-CP

- Total: ○ 387 m²
- con absorción de impactos*: ● 284 m²
- sin absorción: ● 0 m²
- superficie de aproximación: ● libre de objetos

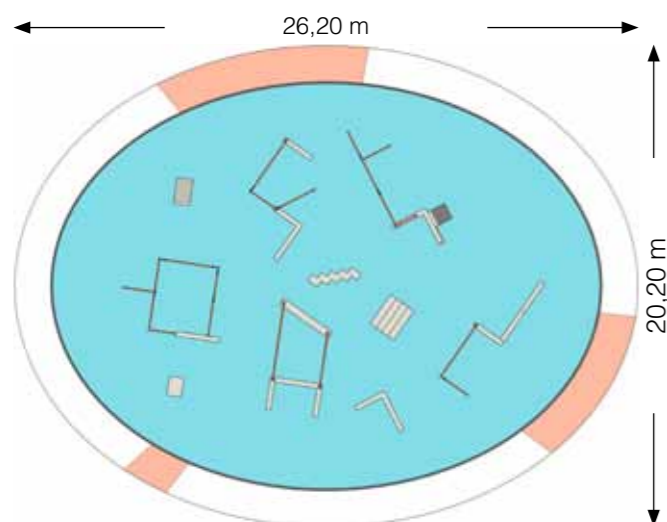
* Granulado de protección contra caídas, vertido sin juntas

Detalles de la superficie



DiveIn

Cinco estructuras - seis componentes



Producto: FM-5-6-DI

Total:	○	416 m ²
con absorción de impactos*:	●	307 m ²
sin absorción:	●	0 m ²
superficie de aproximación:	○	libre de objetos

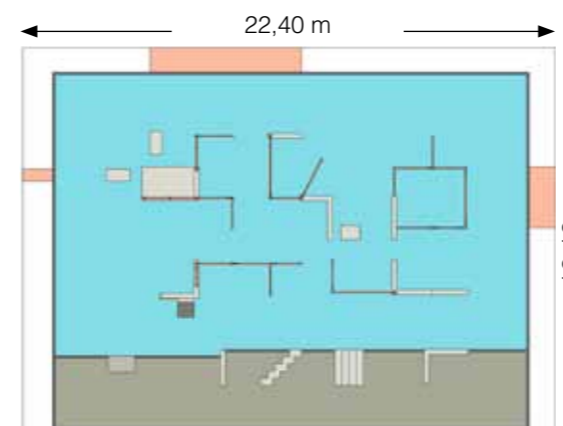
* Granulado de protección contra caídas, vertido sin juntas

Detalles de la superficie

Plano

FiveChaps

Cinco estructuras - nueve componentes



Producto: FM-5-9-FC

Total:	○	361 m ²
con absorción de impactos*:	●	230 m ²
sin absorción:	●	62 m ²
superficie de aproximación:	○	libre de objetos

* Granulado de protección contra caídas, vertido sin juntas

Detalles de la superficie

Plano

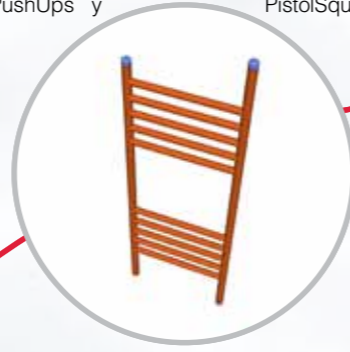
UrbanAthletics

La gama de productos UrbanAthletics se centra en los deportes modernos de fuerza y de fitness. Se basa en un módulo básico que puede ampliarse con hasta diez complementos.

El módulo básico ya ofrece a los atletas de fuerza y de fitness buenas opciones de entrenamiento. Los complementos amplían la gama de deportes y crean un lugar atractivo para el entrenamiento individual de corredores del Parkour y de los Freerunners.

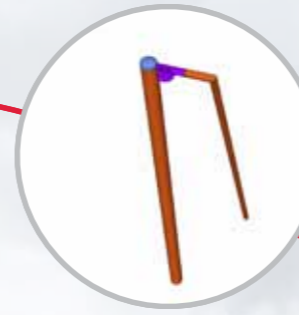
ESPALDERA VERTICAL

La espaldera vertical de la pared ofrece innumerables posibilidades para realizar ejercicios de tensión corporal de todos los niveles de dificultad. Es especialmente adecuada para que los principiantes aprendan a hacer PushUps y PistolSquats.



BANDERA

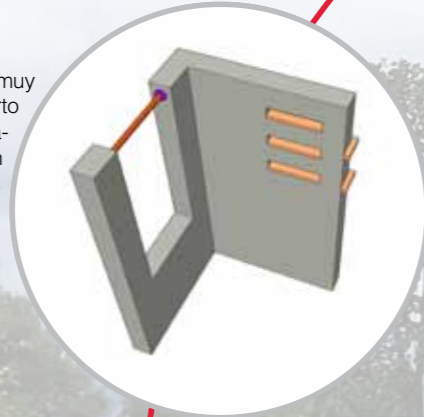
La bandera puede utilizarse para ejercicios de remo, para desarrollar los músculos de los brazos y de la espalda, así como otras variantes de ejercicios de tensión corporal.



módulo básico

PARED EN L

La pared en L es un elemento multifuncional muy popular. Un hueco con un tubo de acero corto ofrece oportunidades de superación. Las cajas y las barras de agarre integradas permiten además de realizar diversos tipos de ejercicios de saltos de brazos y de escalada. Combinando el muro en L con diversas construcciones tubulares de acero, surgen numerosas y variadas posibilidades de combinaciones y usos.



ESPALDERA HORIZONTAL

La espaldera horizontal de pared ofrece a los atletas de los deportes de fitness, así como a los del Parkour, numerosas oportunidades para desarrollar sus habilidades para colgarse, balancearse y para realizar ejercicios de tracción. Para los corredores del Parkour avanzados, este elemento también ofrece la oportunidad de desarrollar las habilidades existentes en equilibrio de pie sobre tubos de acero.



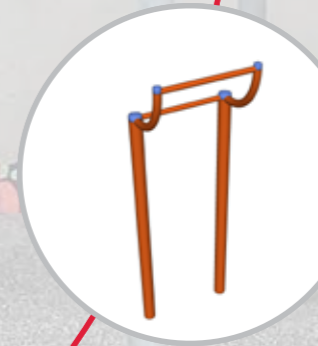
ESFERA

El núcleo de la Esfera es una pelota del tamaño de un balón de voleibol con una superficie rugosa. Permite variaciones de ejercicio del MuscleUp así como del Front- / BackLever. Debido al redondeo, los músculos de la muñeca y del hombro se entrenan de manera más intensa.



DEVILSLADDER

La DevilsLadder ofrece un amplio abanico de posibilidades para un entrenamiento de fuerza de los músculos de los brazos, además de ejercicios exigentes de tensión corporal en altura.



BARRAS OSCILANTES

Con barras horizontales dispuestas a diferentes alturas, los músculos de los hombros, brazos, abdominales y de la espalda pueden entrenarse de forma equilibrada en casi todas las gamas de potencia; son la herramienta de entrenamiento esencial para aprender MuscleUps y Front- / BackLevers.



ANILLAS ALTAS

Los deportistas ambiciosos pueden colocar aquí sus propias anillas para entrenar gimnasia acrobática y ejercicios de calistenia. Las dos pelotas también ofrecen posibilidades de variación sin anillas, por ejemplo, para los movimientos de flexiones de brazos y Dips.



AddOns

Hay un total de diez complementos disponibles para complementar el módulo básico. Una selección y un número coordinados deciden el tipo y el alcance de las oportunidades de entrenamiento.

AddOn 01
El cubo de hormigón sirve como kicker por sí solo o en combinación con otros elementos como punto de salto o aterrizaje.

AddOn 02
Este complemento permite, sobre todo a los principiantes, equilibrar de forma óptima la musculatura desarrollada en las barras oscilantes.

AddOn 03
El complemento ideal para el entrenamiento de la tensión corporal y la iniciación a los ejercicios acrobáticos.

AddOn 04
Este complemento ofrece al usuario tres opciones diferentes para entrenar movimientos de superación a la altura de la cadera.

AddOn 05
Los atletas de fitness pueden entrenar aquí los Crunches y SitUps, mientras que los corredores del Parkour pueden combinar un kicker inclinado con un elemento de superación.

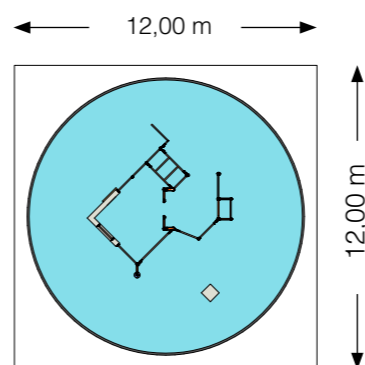
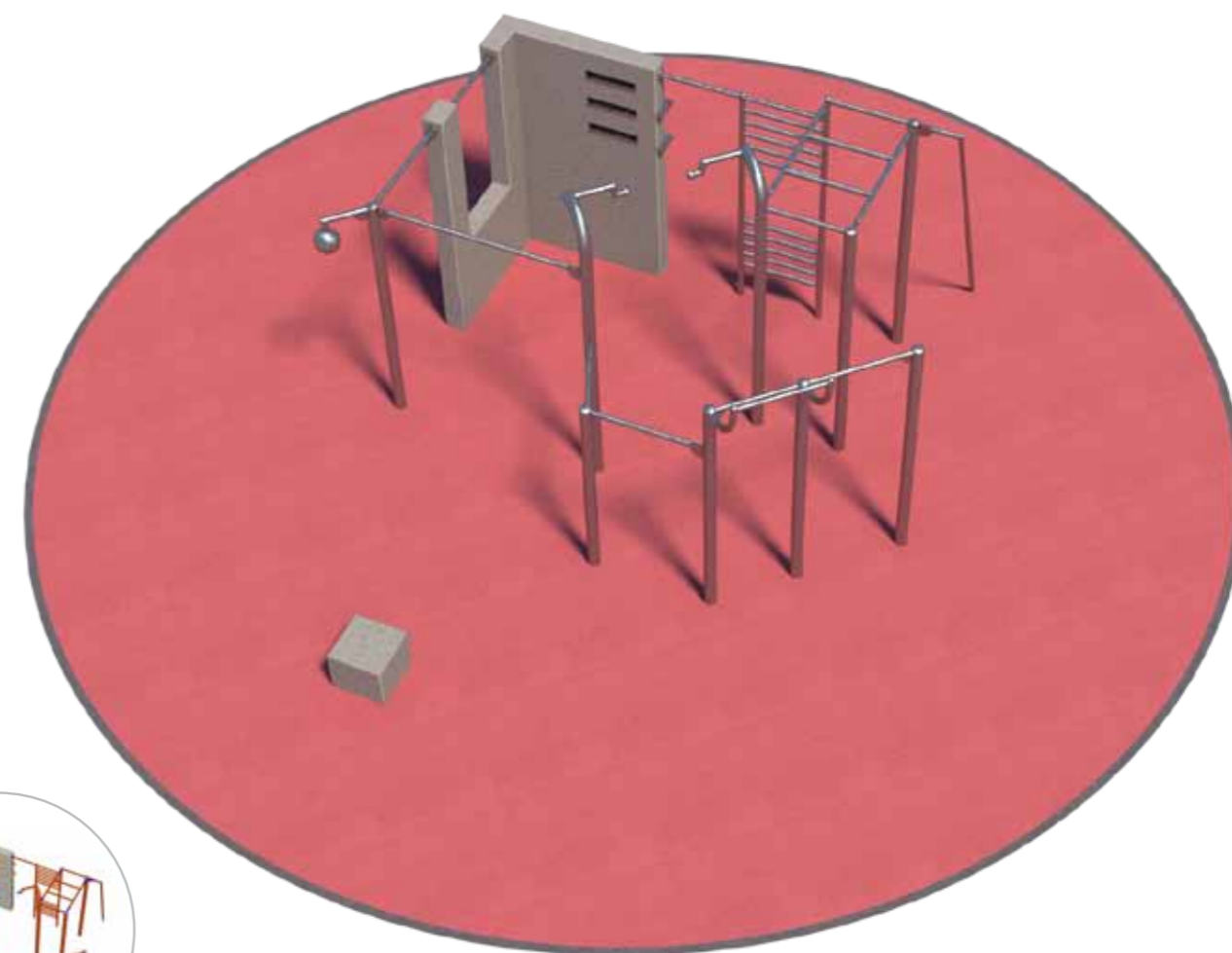
AddOn 06
Las superaciones, superaciones dobles y superaciones con aterrizajes de precisión son posibles en una serie de variaciones.

AddOn 07
La pared alta e inclinada ofrece a los usuarios oportunidades de primera clase para entrenar una amplia variedad de trucos de pared, así como giros y volteretas con la palma de la mano.

AddOn 08
Los saltos de precisión son una habilidad básica importante en el Parkour. Pueden formarse paso a paso con este complemento.

AddOn 09
La geometría de la pared hace que esta estación sea especialmente adecuada para aprender ejercicios de tensión corporal como planches y levers.

AddOn 10
Además de la posibilidad de entrenar dips en el bloque poligonal se pueden realizar diversos ejercicios adicionales de remo y flexiones.



Plano

UrbanAthletics 1

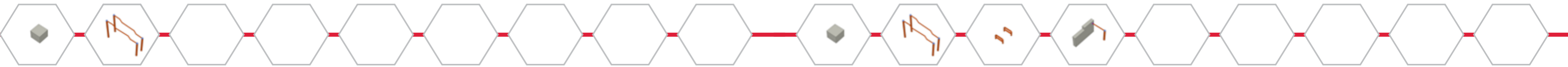
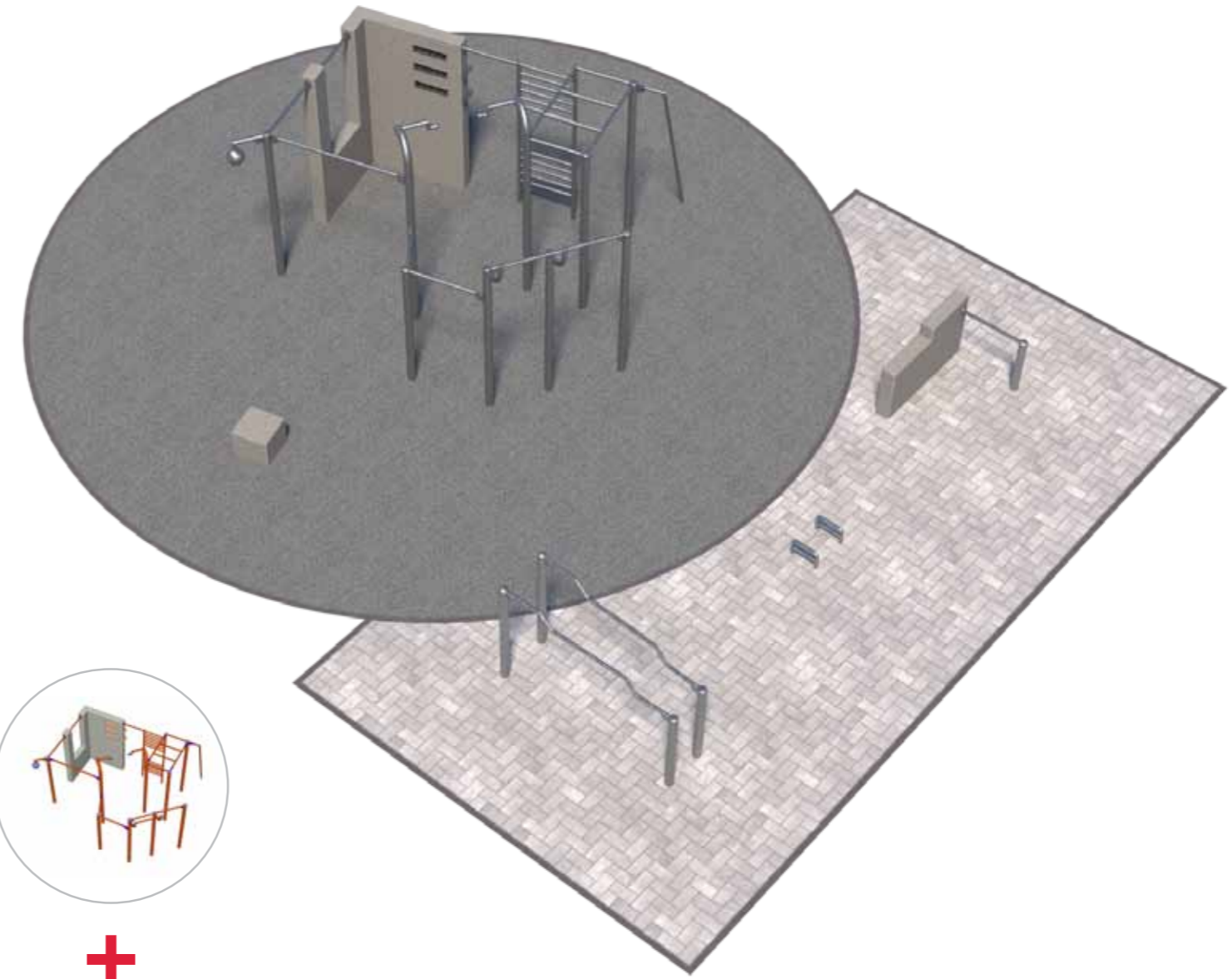
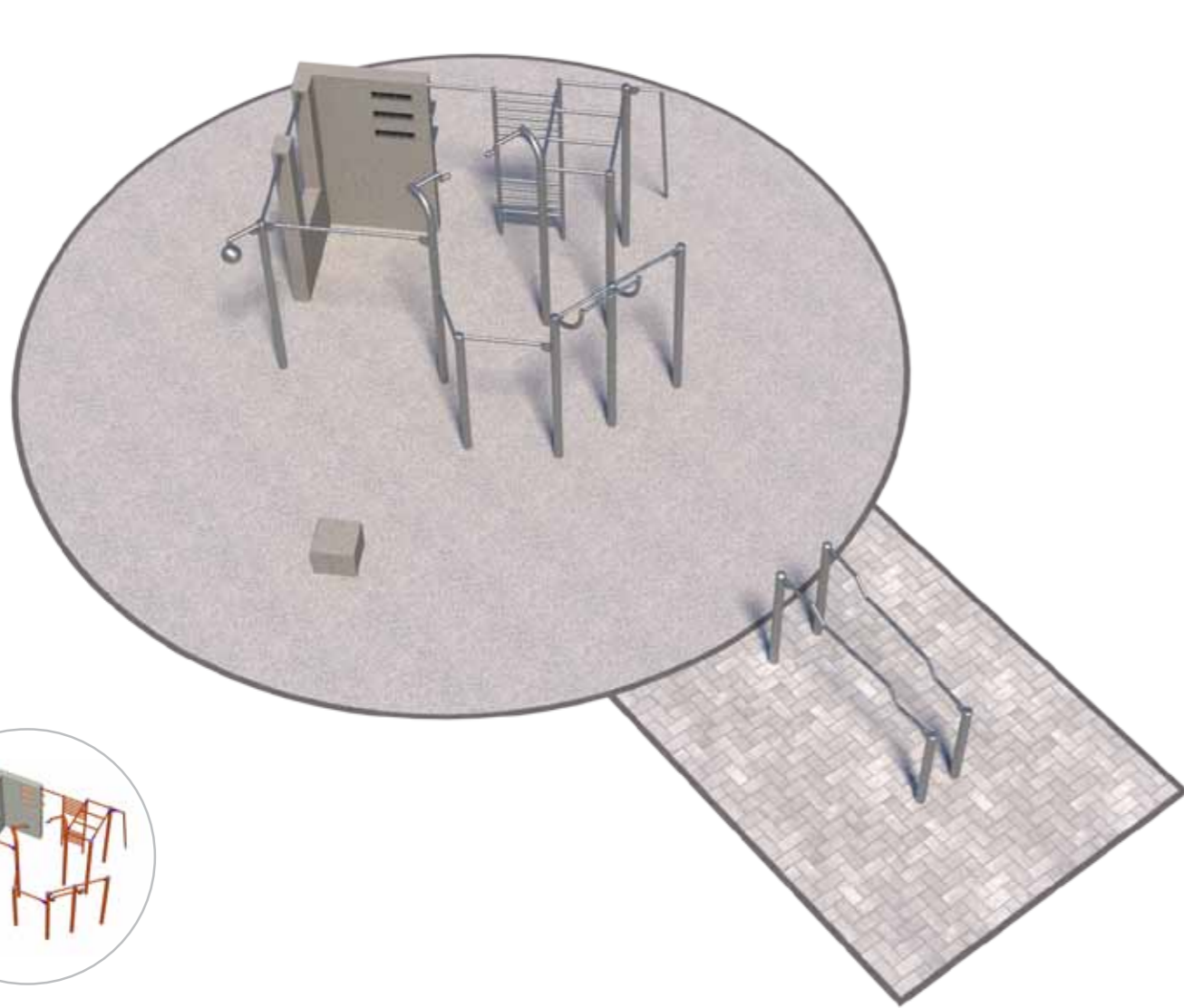
Módulo básico más un AddOn

Producto: UA1-B-1

Total:	○	144 m ²
con absorción de impactos*:	●	93 m ²
sin absorción:	●	0 m ²
libre de objetos:	○	51 m ²

* Granulado de protección contra caídas, vertido sin juntas

Detalles de la superficie



UrbanAthletics 2

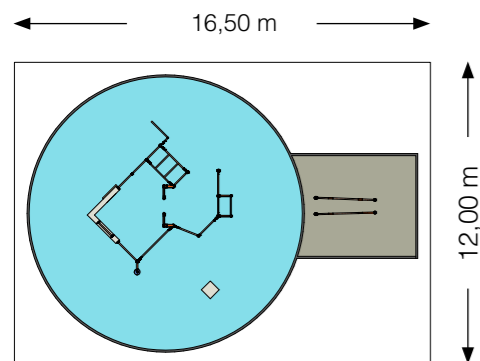
Módulo básico más dos AddOns

Producto: UA2-B-2

- Total: ○ 198 m²
- con absorción de impactos*: ● 93 m²
- sin absorción: ● 18 m²
- libre de objetos: ○ 87 m²

* Granulado de protección contra caídas, vertido sin juntas

Detalles de la superficie



Plano

UrbanAthletics 3

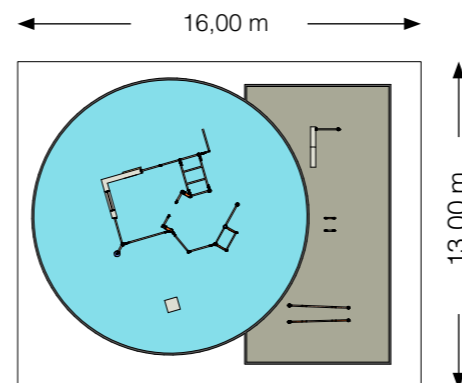
Módulo básico más cuatro AddOns

Producto: UA3-B-4

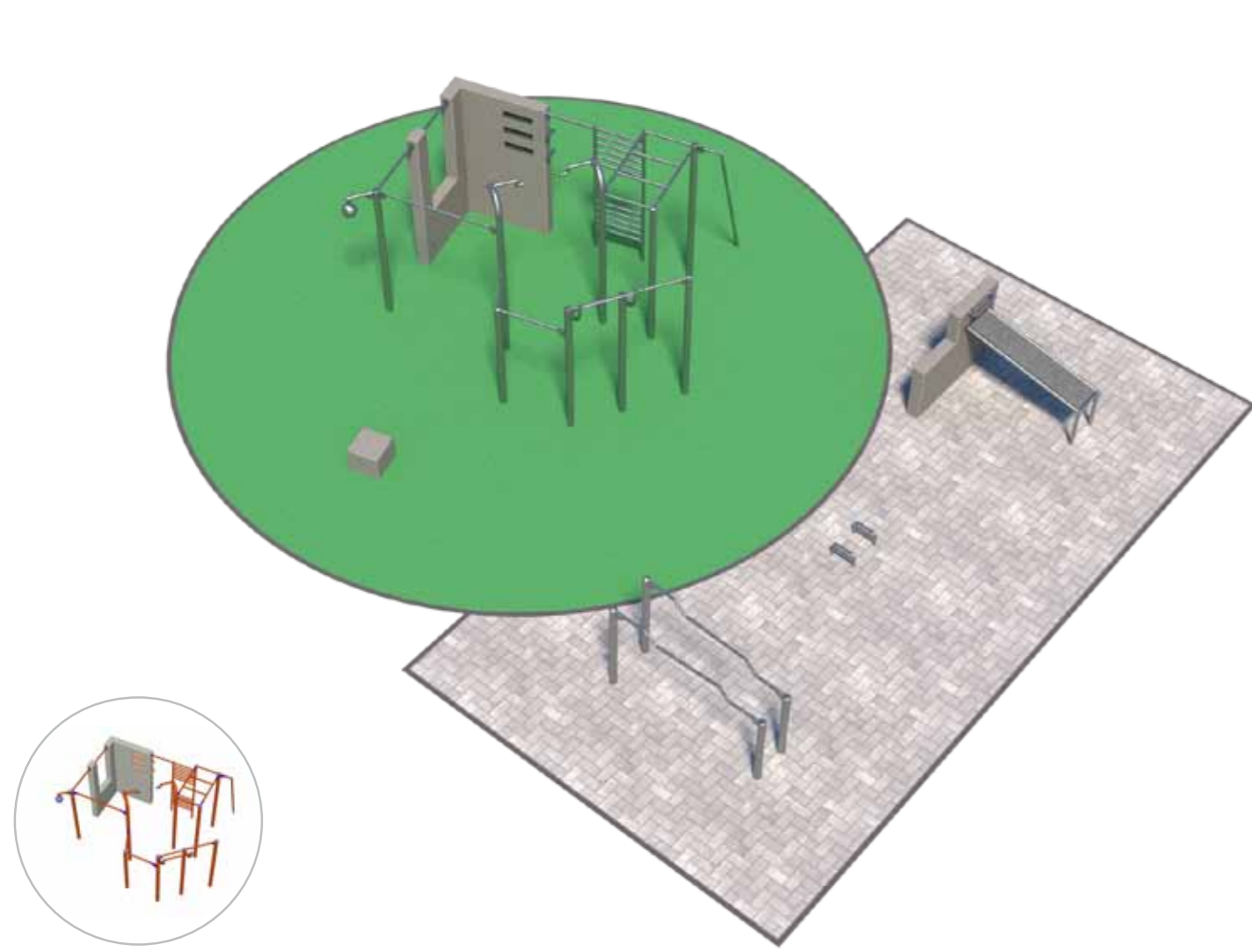
- Total: ○ 208 m²
- con absorción de impactos*: ● 93 m²
- sin absorción: ● 45 m²
- libre de objetos: ○ 70 m²

* Granulado de protección contra caídas, vertido sin juntas

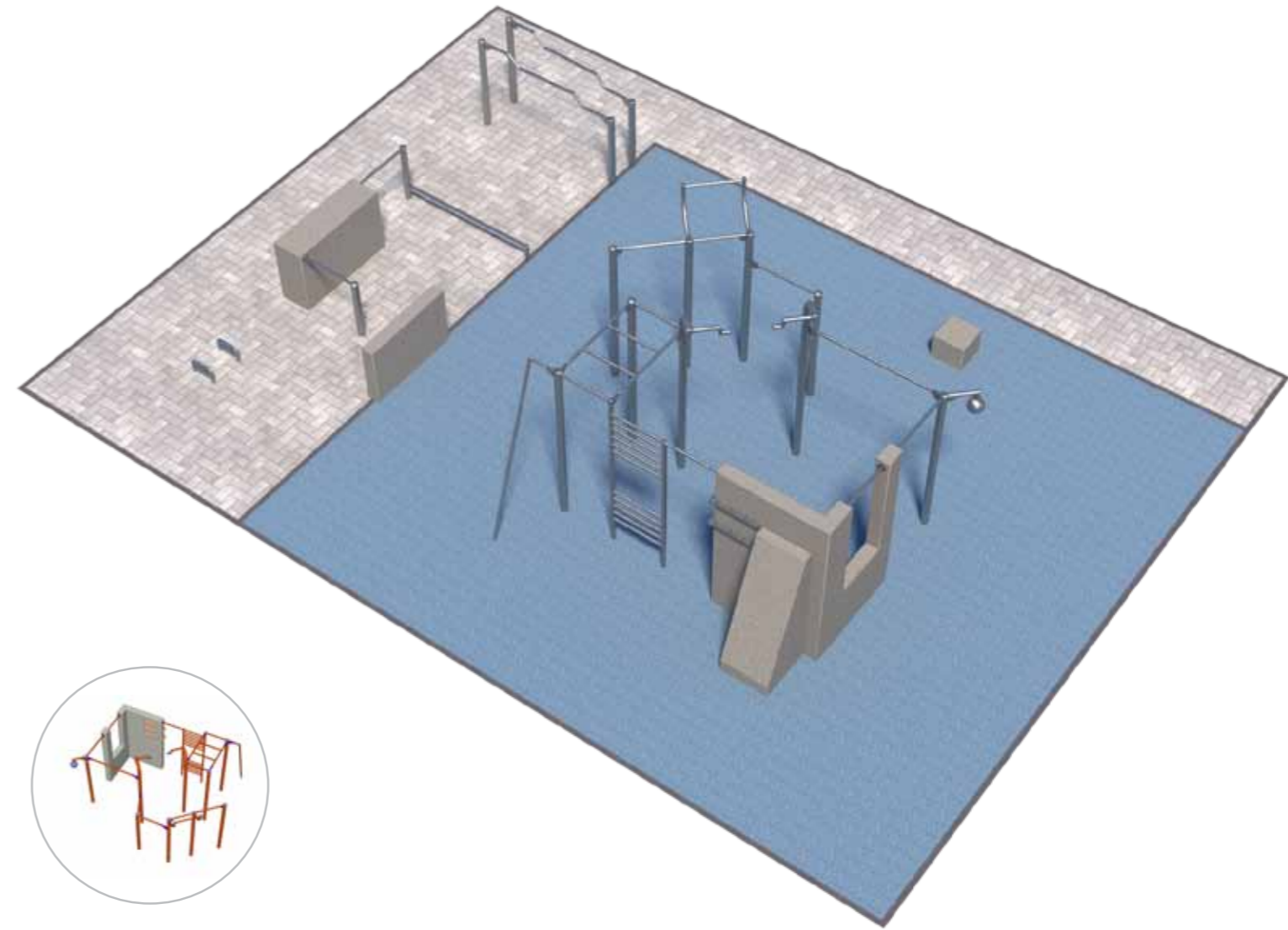
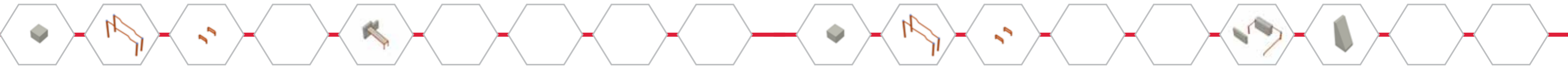
Detalles de la superficie



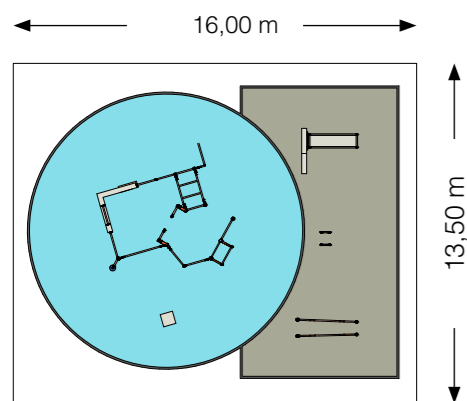
Plano



+



+



Plano

UrbanAthletics 4

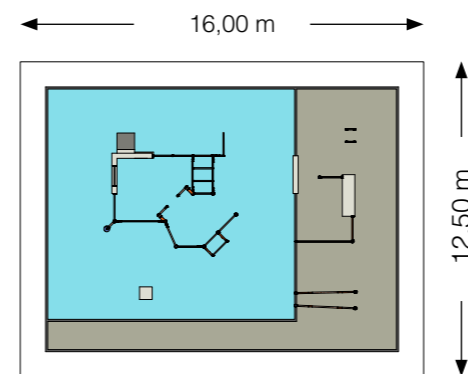
Módulo básico más cuatro AddOns

Producto: UA4-B-4

- Total: ○ 216 m²
- con absorción de impactos*: ● 93 m²
- sin absorción: ● 54 m²
- libre de objetos: ○ 69 m²

* Granulado de protección contra caídas, vertido sin juntas

Detalles de la superficie



Plano

UrbanAthletics 5

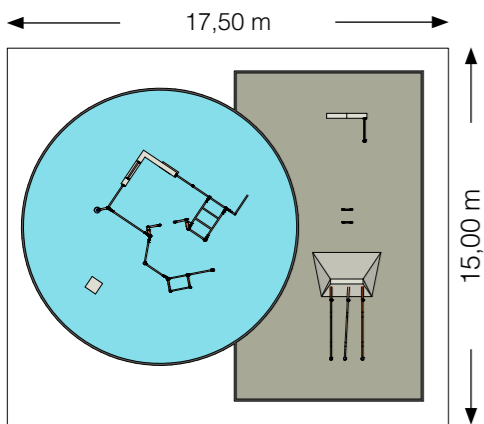
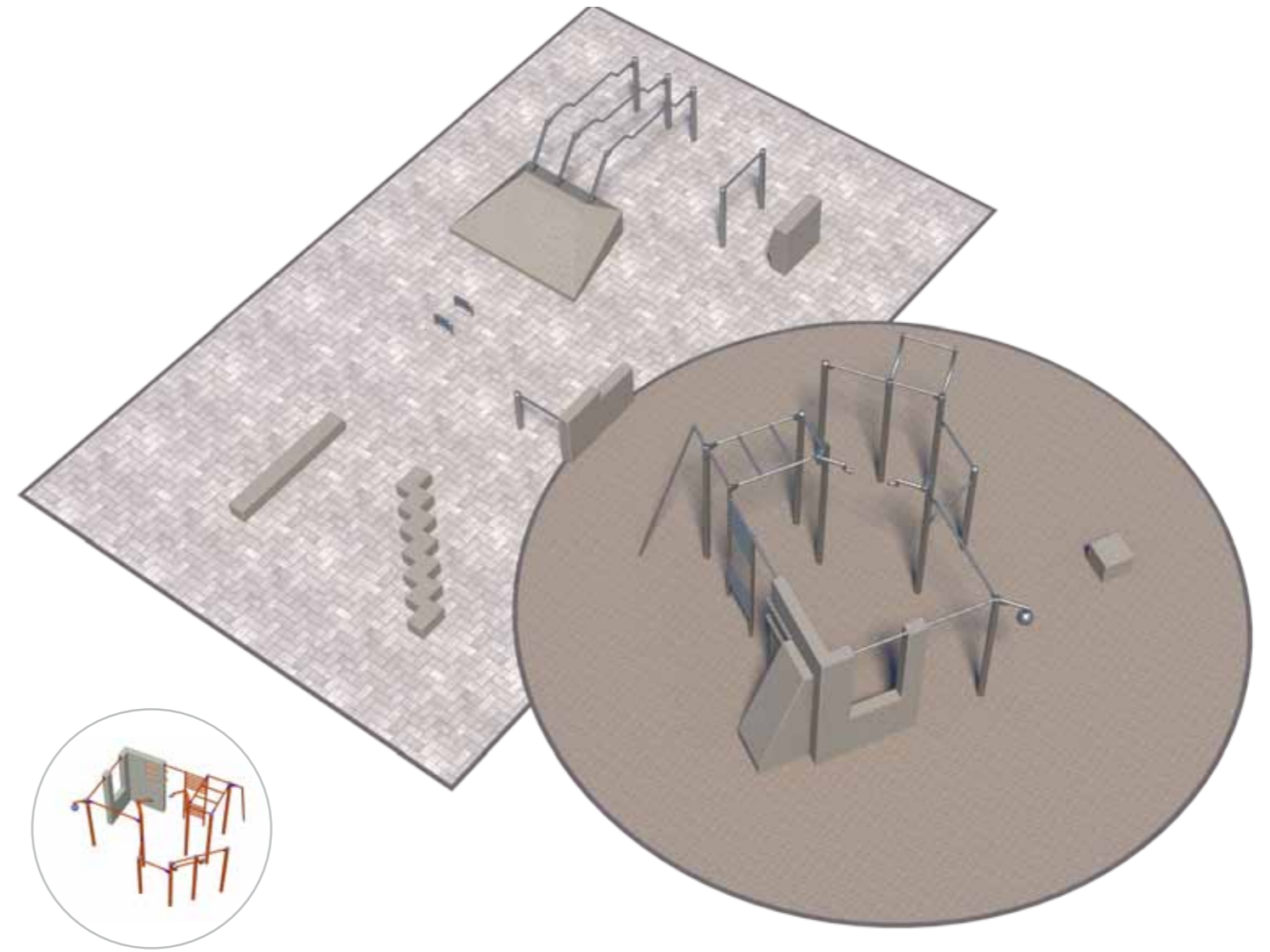
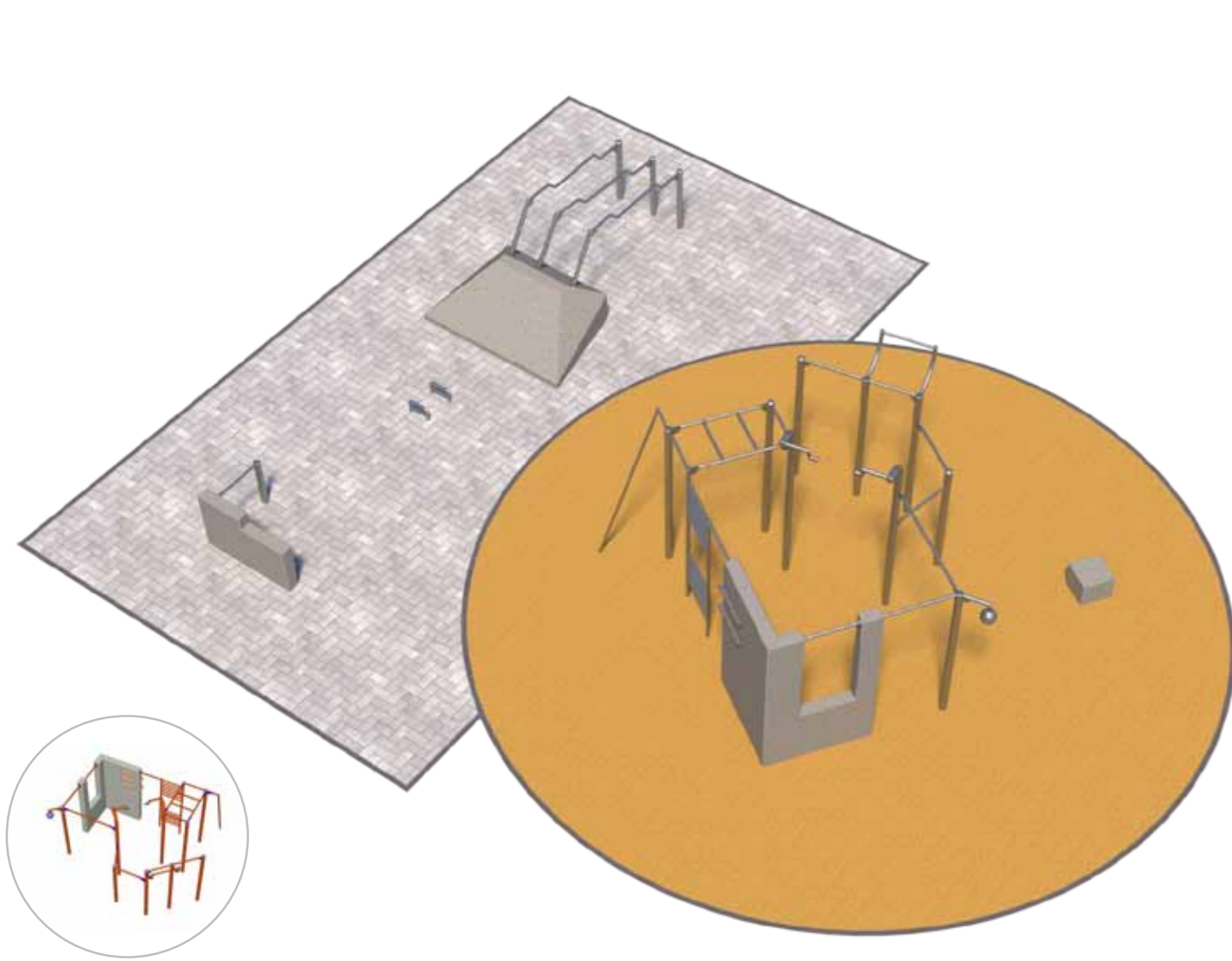
Módulo básico más cinco AddOns

Producto: UA5-B-5

- Total: ○ 200 m²
- con absorción de impactos*: ● 90 m²
- sin absorción: ● 50 m²
- libre de objetos: ○ 60 m²

* Granulado de protección contra caídas, vertido sin juntas

Detalles de la superficie



Plano
23

UrbanAthletics 6

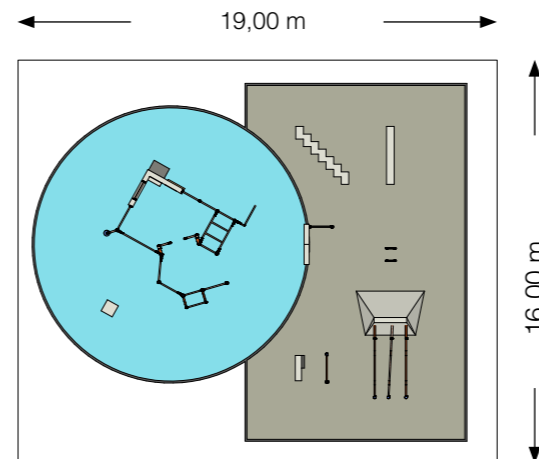
Módulo básico más cuatro AddOns

Producto: UA6-B-4

- Total: ○ 262 m²
- con absorción de impactos*: ● 93 m²
- sin absorción: ● 79 m²
- libre de objetos: ○ 90 m²

* Granulado de protección contra caídas, vertido sin juntas

Detalles de la superficie



Plano

UrbanAthletics 7

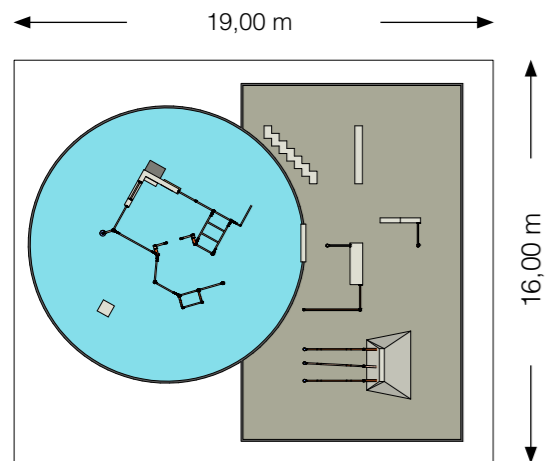
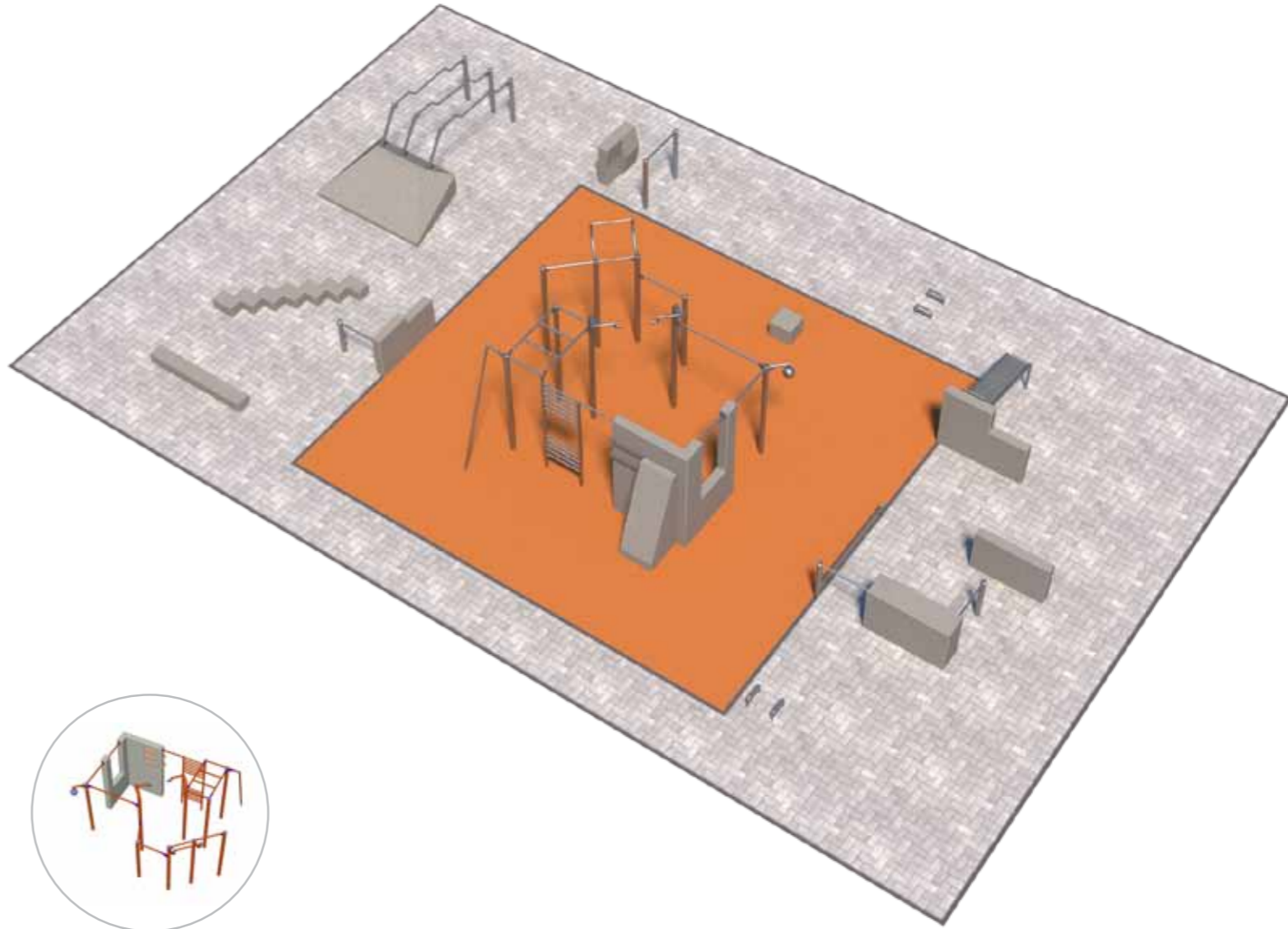
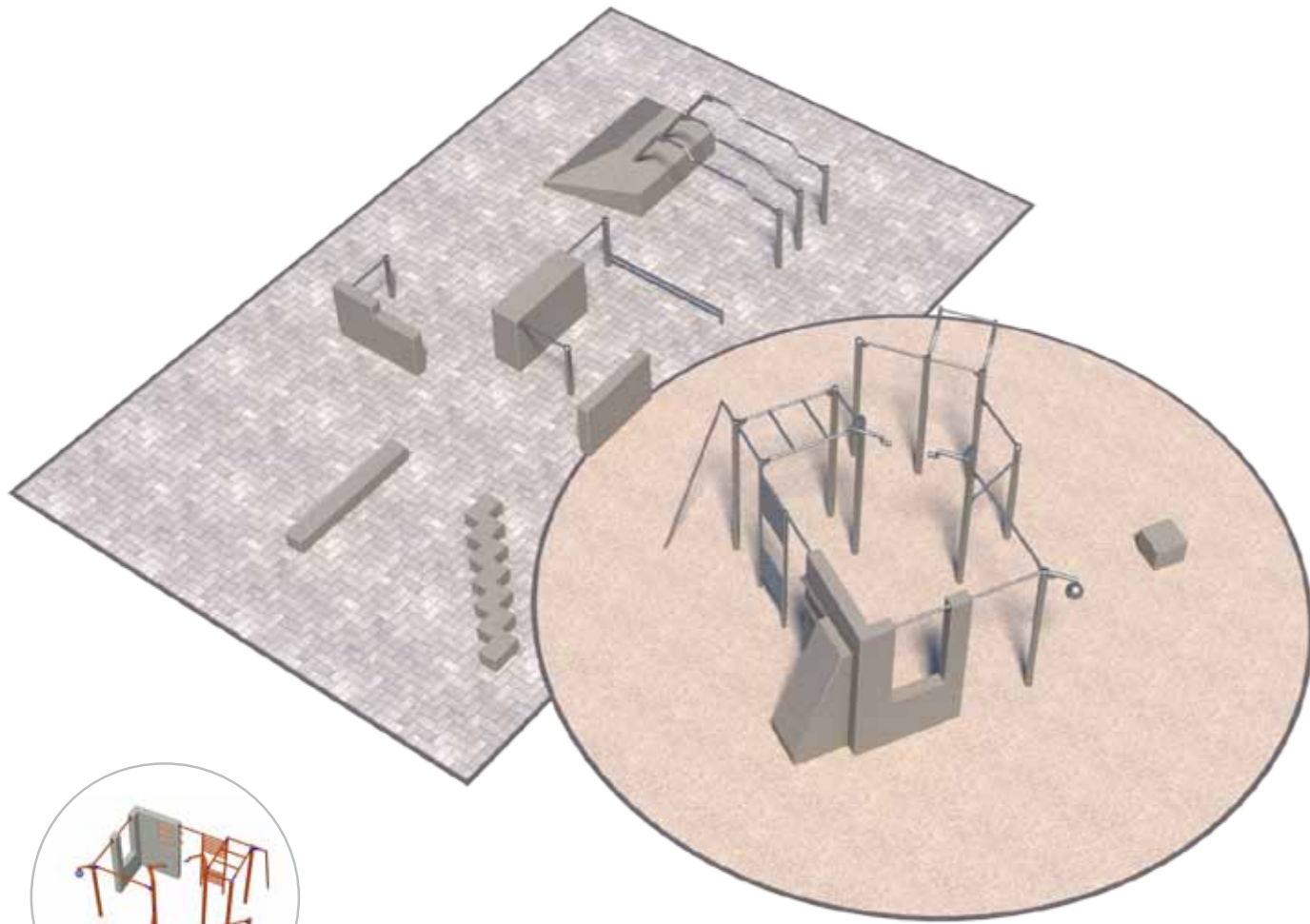
Módulo básico más siete AddOns

Producto: UA7-B-7

- Total: ○ 304 m²
- con absorción de impactos*: ● 93 m²
- sin absorción: ● 105 m²
- libre de objetos: ○ 106 m²

* Granulado de protección contra caídas, vertido sin juntas

Detalles de la superficie



UrbanAthletics 8

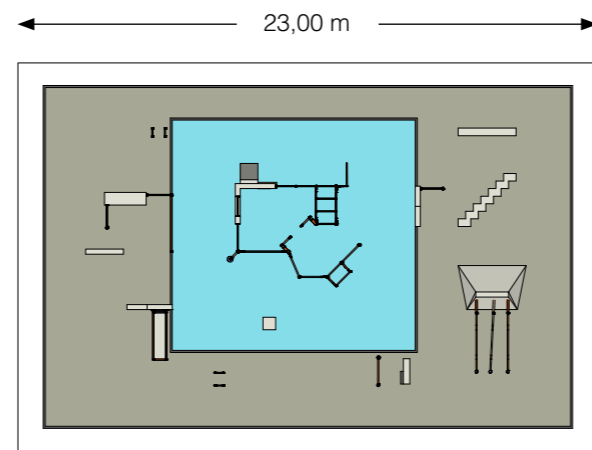
Módulo básico más seis AddOns

Producto: UA8-B-6

- Total: ○ 304 m²
- con absorción de impactos*: ● 93 m²
- sin absorción: ● 105 m²
- libre de objetos: ○ 106 m²

* Granulado de protección contra caídas, vertido sin juntas

Detalles de la superficie



UrbanAthletics 9

Módulo básico más diez AddOns

Producto: UA9-B-10

- Total: ○ 357 m²
- con absorción de impactos*: ● 90 m²
- sin absorción: ● 190 m²
- libre de objetos: ○ 77 m²

* Granulado de protección contra caídas, vertido sin juntas

Detalles de la superficie



BDU • ESPACIOS DE VALOR | Roger de Flor 91 | ES - Barcelona 08013

bdu.es | bdu@bdu.es | (+34) 93 246 49 04