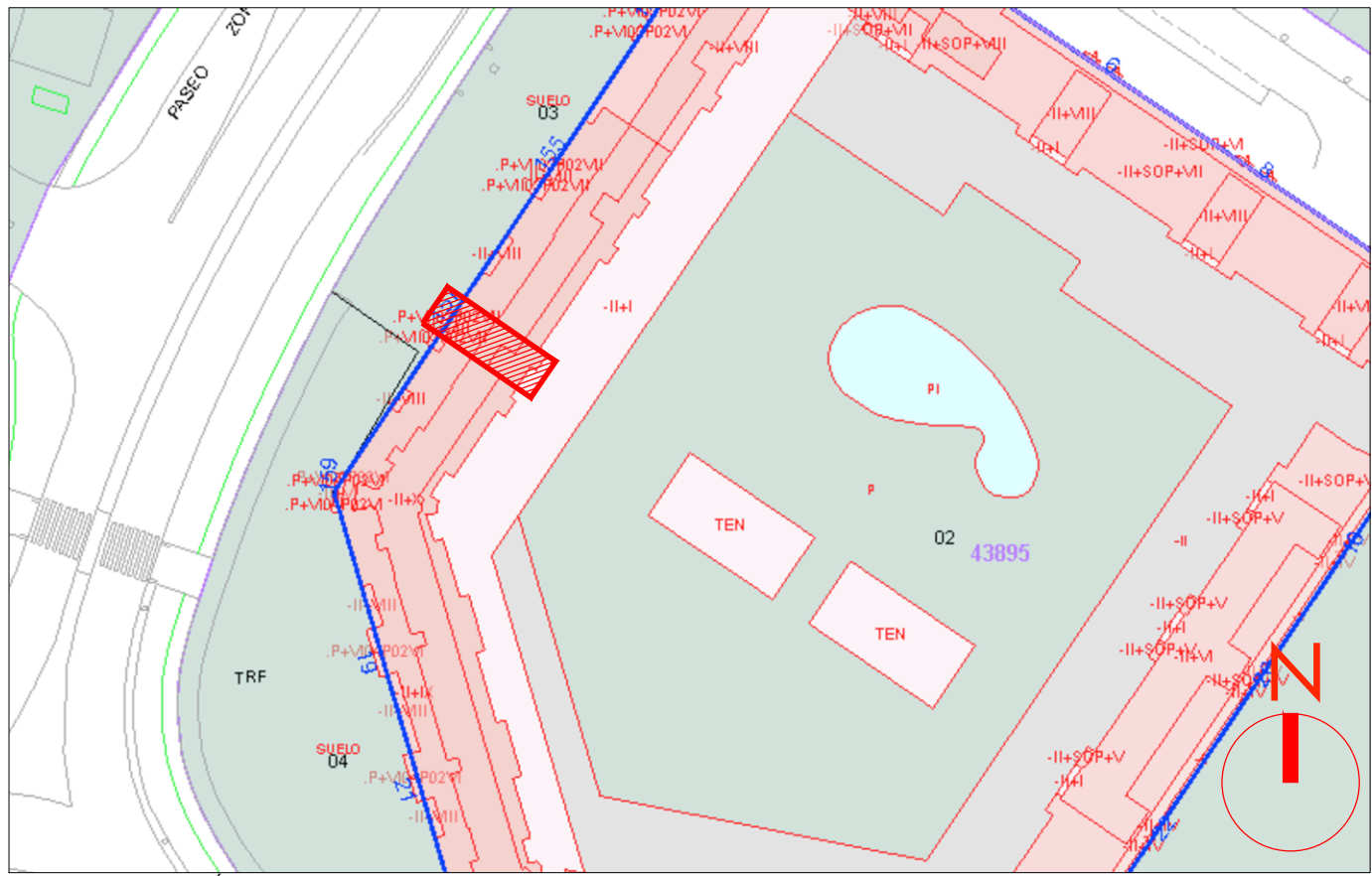
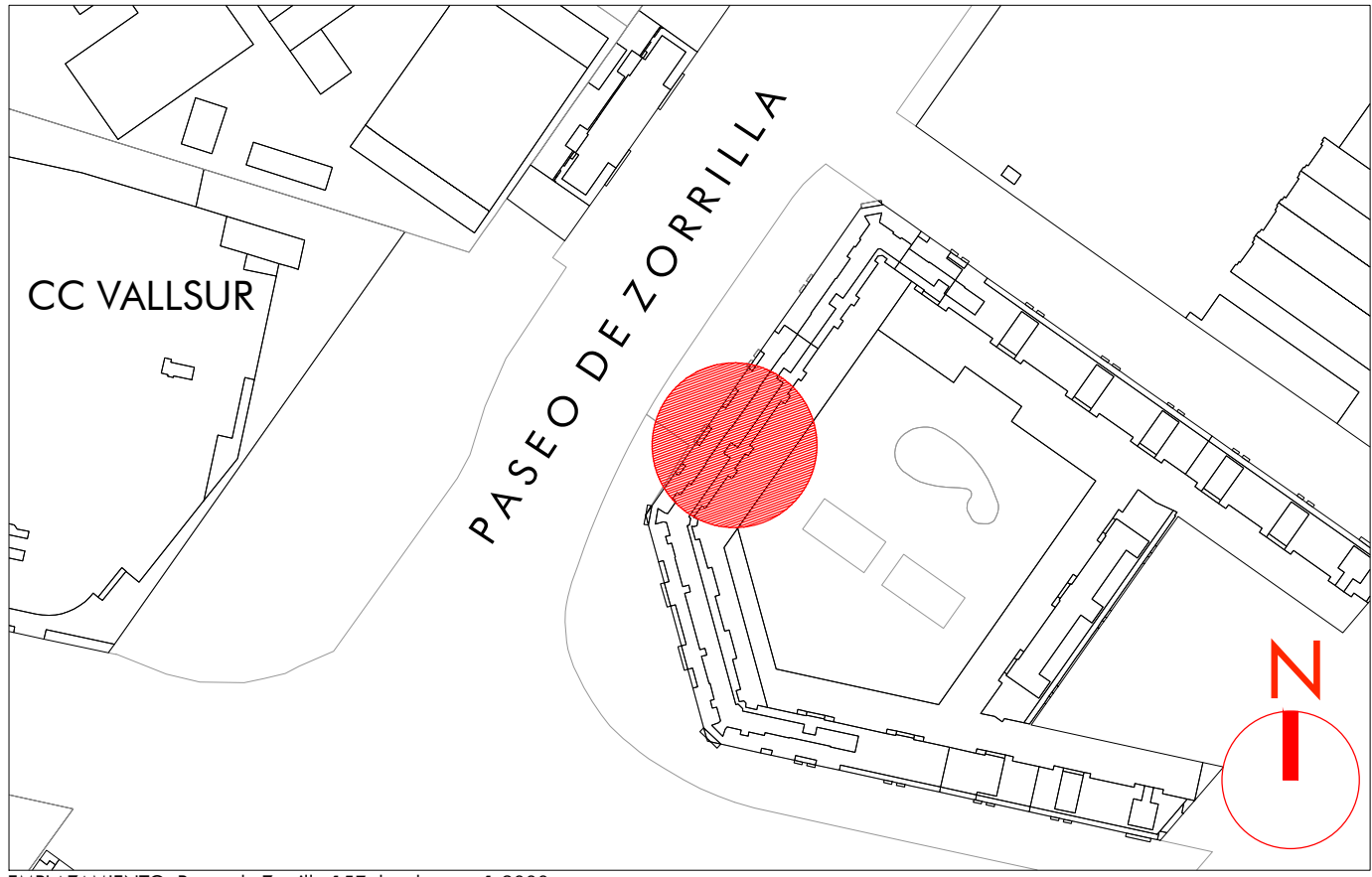




FOTOGRAFÍA DE FACHADA

EMPLAZAMIENTO

Proyecto Técnico y de Actividad
Reforma de local comercial para nueva actividad de gimnasio

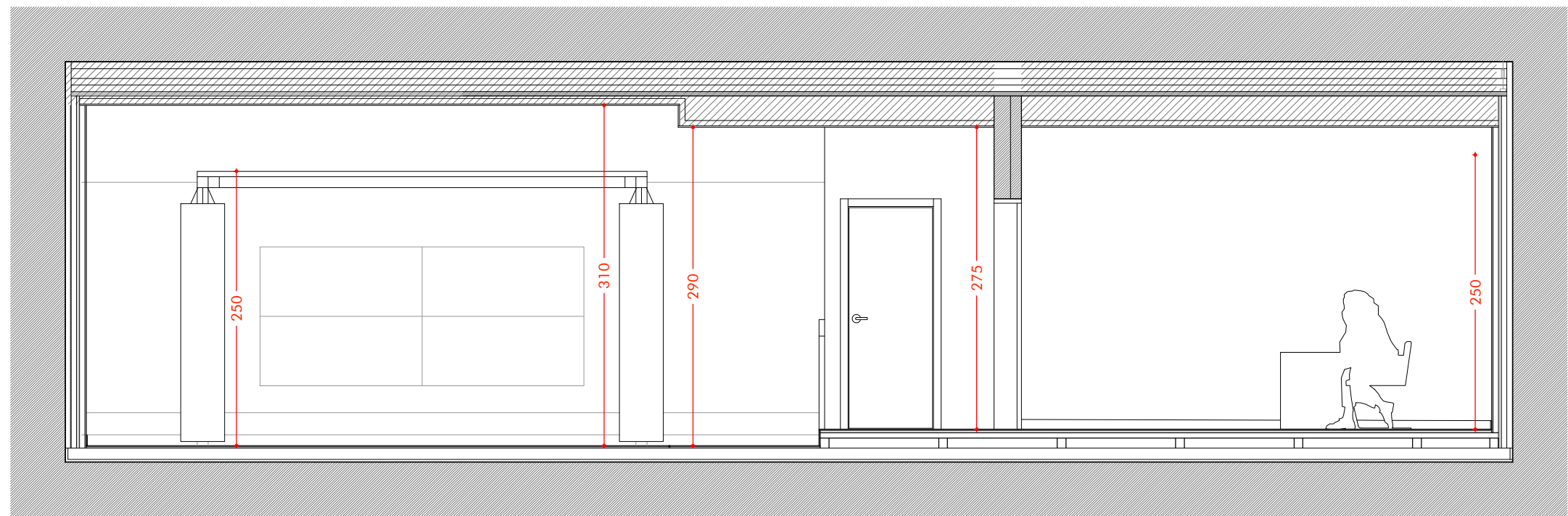
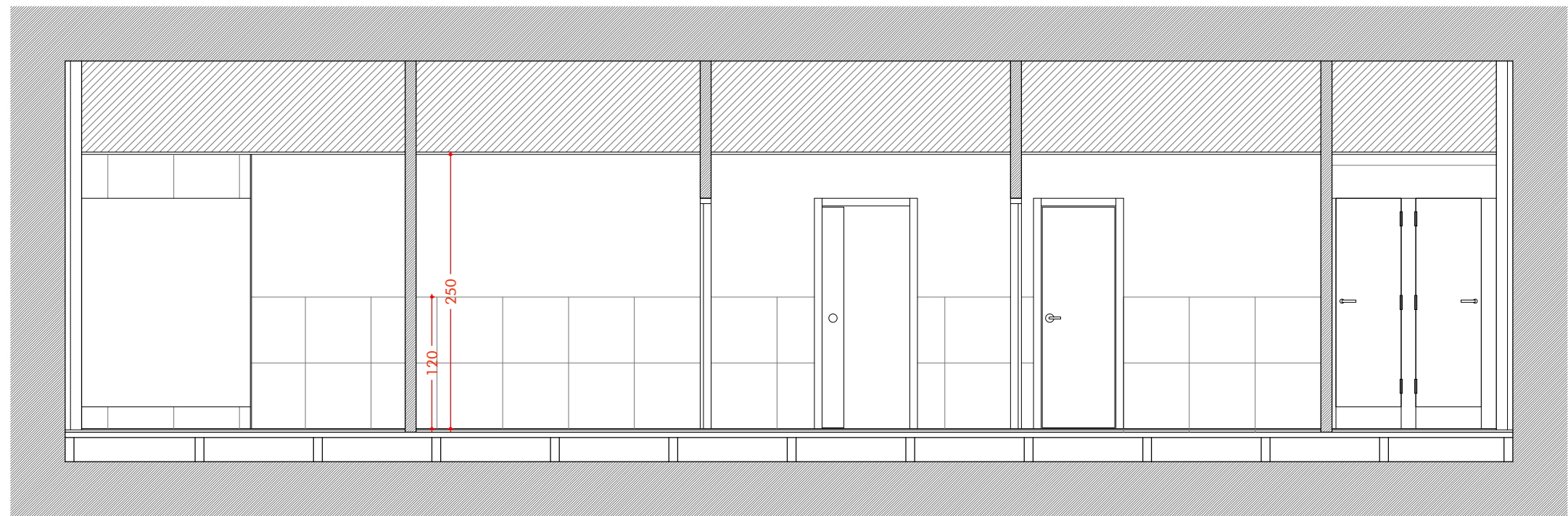
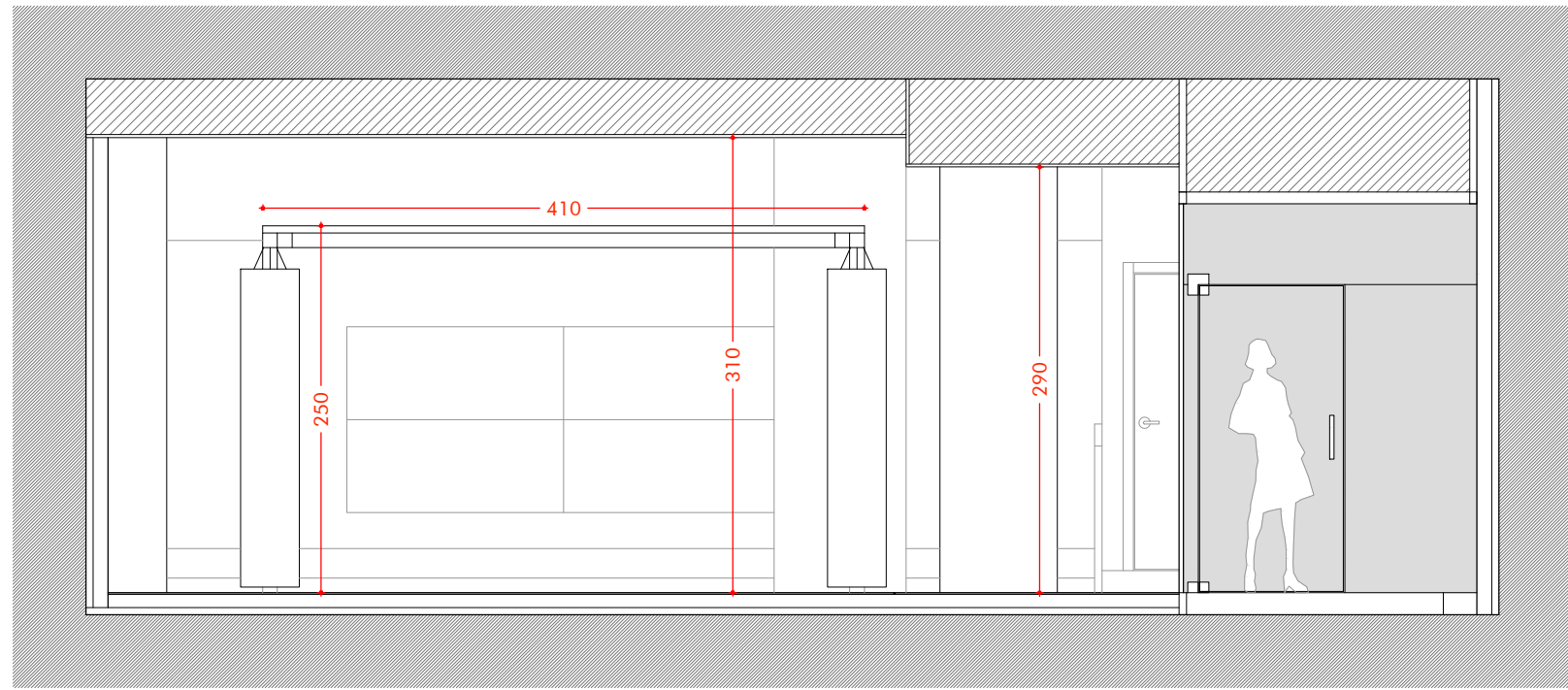
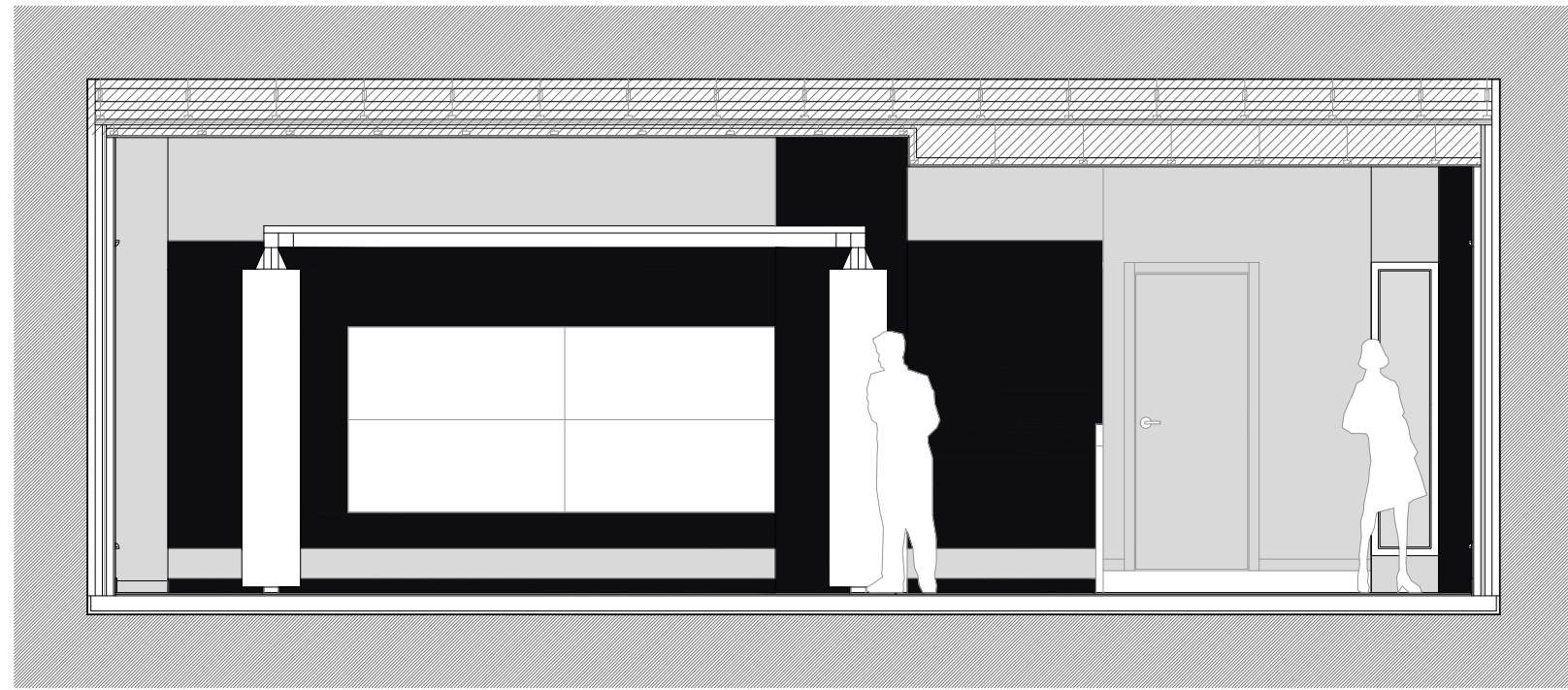
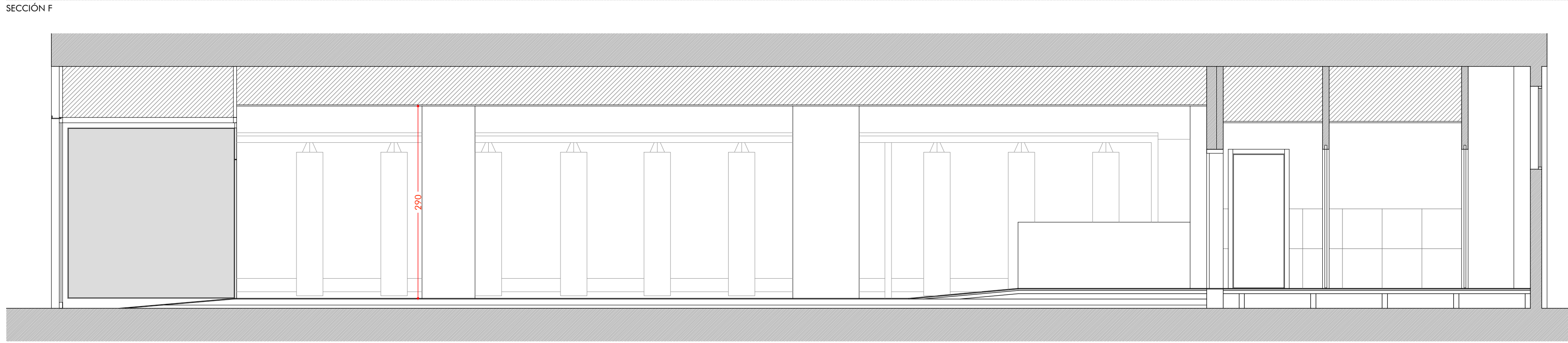
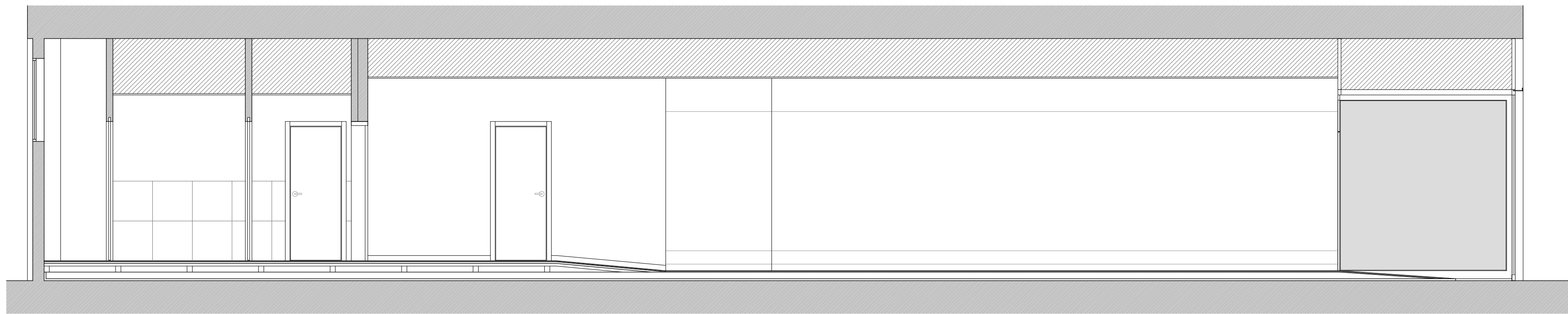
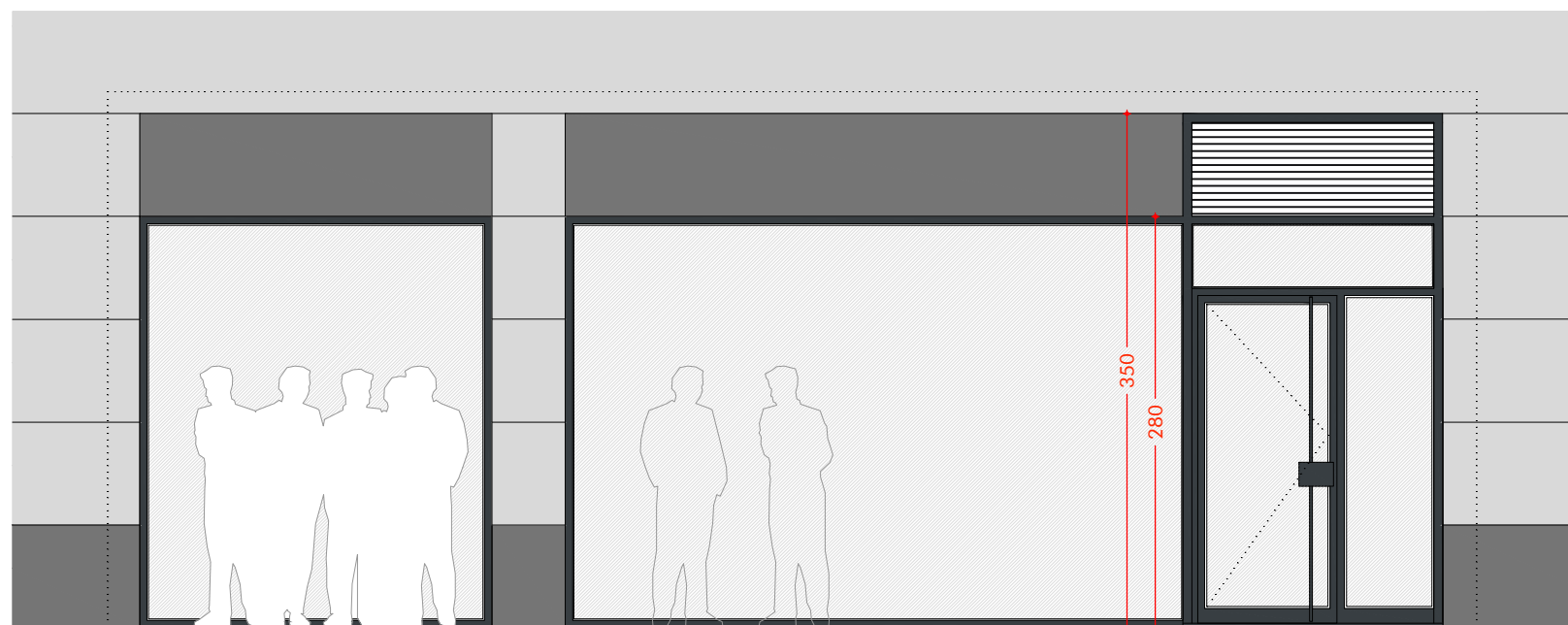
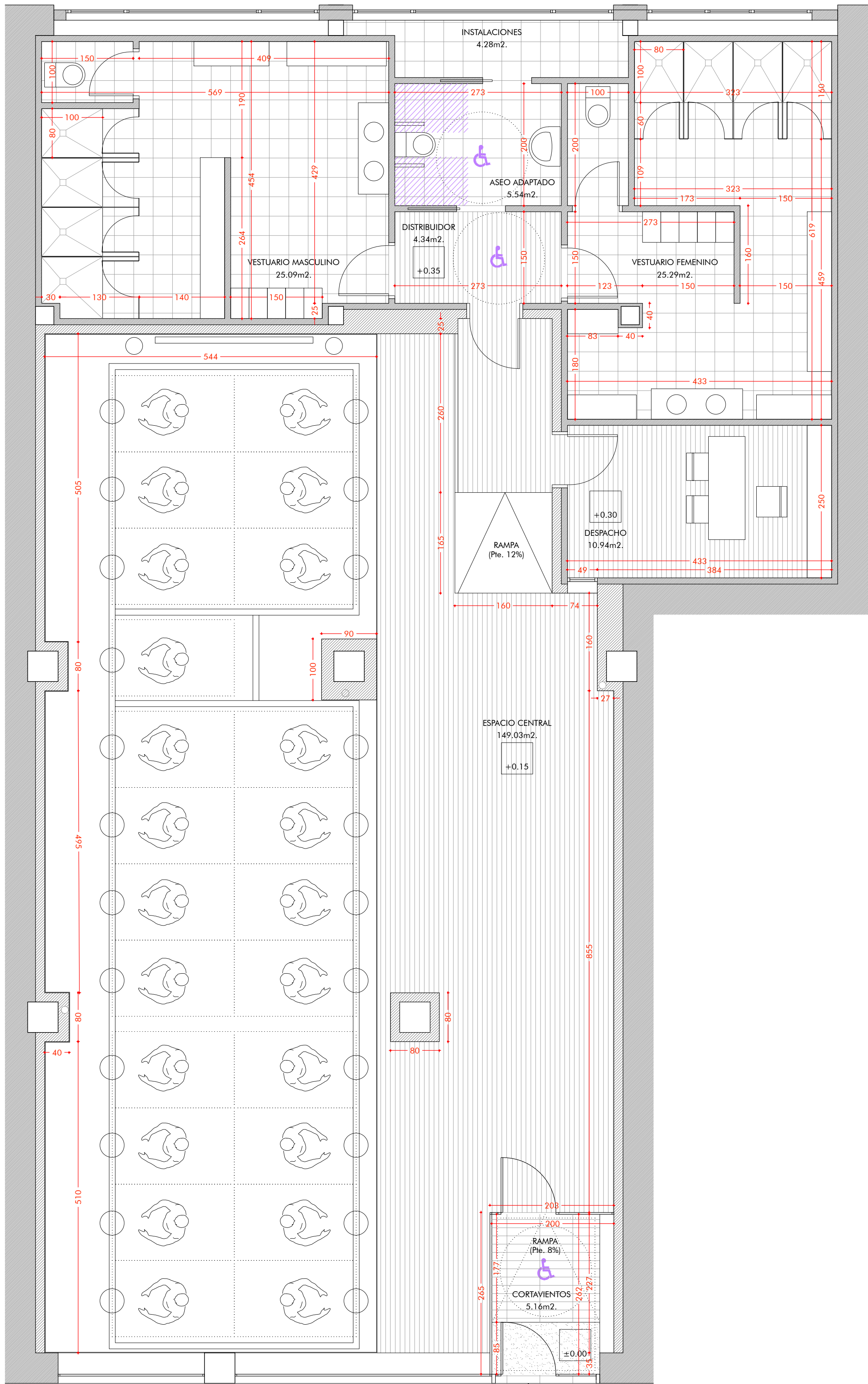
Fitboxing Valladolid II. Paseo de Zorrilla 157, planta 0, puerta 1. 47008, Valladolid

PROMOTOR: MIÉRCOLES INESPERADO SL

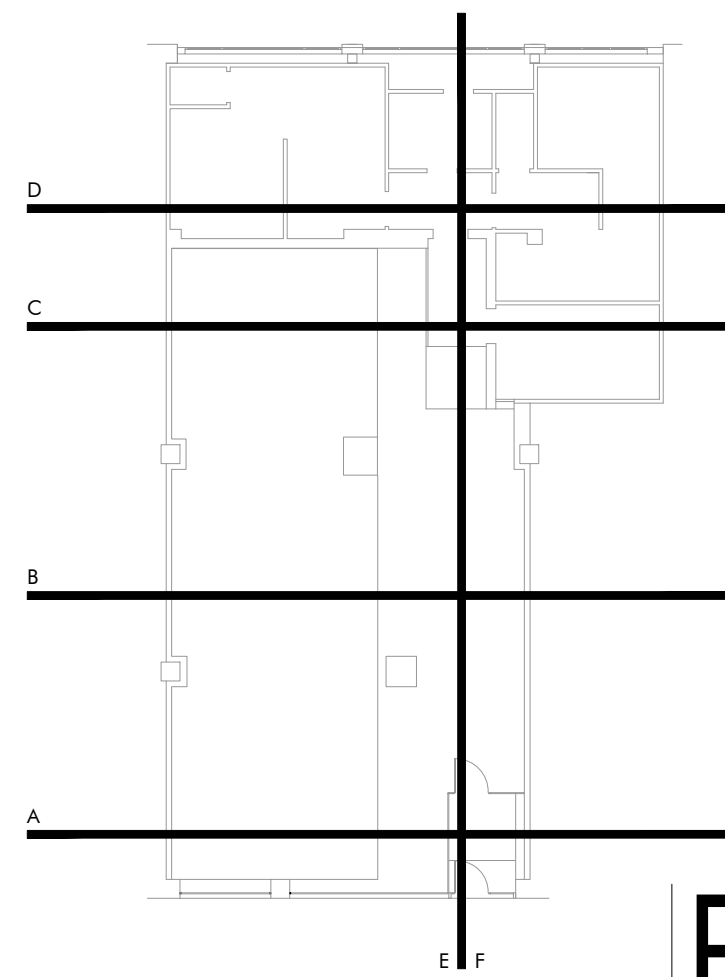
ARQUITECTOS: JOSÉ MARÍA CEBRIÁN RUIZ

FECHA: OCTUBRE 2024

PO1
escala: 1/50



CUADRO SUPERFICIES	
SUPERFICIE CONSTRUIDA LOCAL:	250.94m².
SUPERFICIES ÚTILES (ACTIVIDAD)	
CORTAVIENTOS	5.16m².
ESPACIO CENTRAL	149.03m².
DESPACHO	10.94m².
DISTRIBUIDOR	4.34m².
ASEO ADAPTADO	5.54m².
VESTUARIO FEMENINO	25.29m².
VESTUARIO MASCULINO	25.09m².
INSTALACIONES	4.28m².
TOTAL	229.67m²



ESTADO REFORMADO. PLANTA, ALZADO Y SECCIONES

Proyecto Técnico y de Actividad
Reforma de local comercial para nueva actividad de gimnasio

Fitboxing Valladolid II. Paseo de Zorrilla 157, planta 0, puerta 1. 47008, Valladolid

PROMOTOR: MIERCOLES INESPERADO SL

ARQUITECTOS: JOSÉ MARÍA CEBRIÁN RUIZ

FECHA: OCTUBRE 2024

P03
escala: 1/50



LEYENDA ACABADOS

ACABADOS SUELOS

- S1 LAMINADO DECORATIVO IMITACIÓN MADERA. Superficie: 70,00 m2
- S2 GRES PORCELÁNICO COLOR GRIS OSCURO/ANTRACITA (FORMATO A ELEGIR POR LA PROPIEDAD). Superficie: 55,00 m2
- S3 SUELO TÉCNICO DE CAUCHO RECICLADO Y POLIURETANO CON EPDM. Superficie: 95,00 m2
Pavimento losetas 100x100x cm FitnessProEco de Paviflex. 7 mm de espesor.
- S4 GRES PORCELÁNICO ANTIDESLIZANTE CLASE 3 GRIS OSCURO/ANTRACITA (FORMATO A ELEGIR). Superficie: 7,00 m2
- S5 FELPUDO DE COCO ENRASADO EN PAVIMENTO. Superficie: 1,50 m2

ACABADOS TECHOS

- T1 TECHO ACÚSTICO + FALSO TECHO. ALTURA +2.50 m. ZONA ASEOS Y VESTUARIOS SOBRE SUELO S2. Superficie: 60,00 m2
Placa de yeso laminado liso, color RAL 9003 Blanco Mate
- T2 TECHO ACÚSTICO + FALSO TECHO. ALTURA +2.90 m. ZONA VENTAS, ACCESO Y DESPACHO SOBRE SUELO S. Superficie: 70,00 m2
Placa de yeso laminado liso, color RAL 7044 Gris Seda Mate
- T3 TECHO ACÚSTICO + FALSO TECHO ALTURA +3.10 m. ZONA ENTRENAMIENTO SOBRE SUELO TÉCNICO S3. Superficie: 95,00 m2
Techo técnica fonoabsorbente con bandeja perimetral de placa de yeso acabada en mismo color que techo.
Rockfon color -all/charcoal (Black). Formato 1200x600x20 mm ó 600x600x20 mm
- T4 TECHO METÁLICO SOBRE ACCESO A LOCAL. ALTURA +2.80 m.

ACABADOS PAREDES

- A1 REVESTIMIENTO ACÚSTICO + PLACA DE YESO LAMINADO GRIS CLARO MATE RAL 7044 Gris Seda Mate.
Rodapié 8 cm de altura en DM lacado RAL 9044 Gris Claro Seda Mate
- A2 REVESTIMIENTO ACÚSTICO + PLACA DE YESO LAMINADO NEGRO MATE SATINADO RAL 9005.
- A3 REVESTIMIENTO VESTUARIOS SOBRE REVESTIMIENTO ACÚSTICO CUANDO PROCEDA
Zócalo de 1,20 metros de altura Gres Porcelánico 60x60 cm Gris Antracita (similar al suelo)
Remate de zócalo con perfil de aluminio.
Placa de yeso laminado hasta falso techo en color Gris claro mate RAL 7044 Gris Seda Mate.
- A4 REVESTIMIENTO DUCHAS SOBRE REVESTIMIENTO ACÚSTICO CUANDO PROCEDA
Gres Porcelánico de suelo a techo (2.50 metros), 60x60 cm Gris Antracita (similar al suelo)
- A5 REVESTIMIENTO ZONA CENTRAL SOBRE REVESTIMIENTO ACÚSTICO CUANDO PROCEDA
Rodapié 10 cm de altura en DM lacado RAL 9005
Placa de Yeso laminado acabado liso en RAL 7044 Gris Seda Mate. Altura 20 cm sobre rodapié.
Perfil aluminio con tira de LED oculto 2700 K con difusor opal. Incluida tapetas laterales de remate cuando procedan.
Placa de Yeso laminado acabado liso en RAL 7005 Esmalte Negro Satinado. Altura 210 cm sobre perfil aluminio LED.
Perfil aluminio con tira de LED oculto 2700 K con difusor opal. Incluida tapetas laterales de remate cuando procedan.
Placa de Yeso laminado acabado liso en RAL 7044 Gris Seda Mate. Altura hasta falso techo (60 cm).

ESTADO REFORMADO. ACABADOS

Proyecto Técnico y de Actividad
Reforma de local comercial para nueva activiad de gimnasio

Fitboxing Valladolid II. Paseo de Zorrilla 157, planta 0, puerta 1. 47008, Valladolid

PROMOTOR: MIERCOLES INESPERADO SL

ARQUITECTOS: JOSÉ MARÍA CEBRIÁN RUIZ

FECHA: OCTUBRE 2024

PO4
escala: 1/50

T3

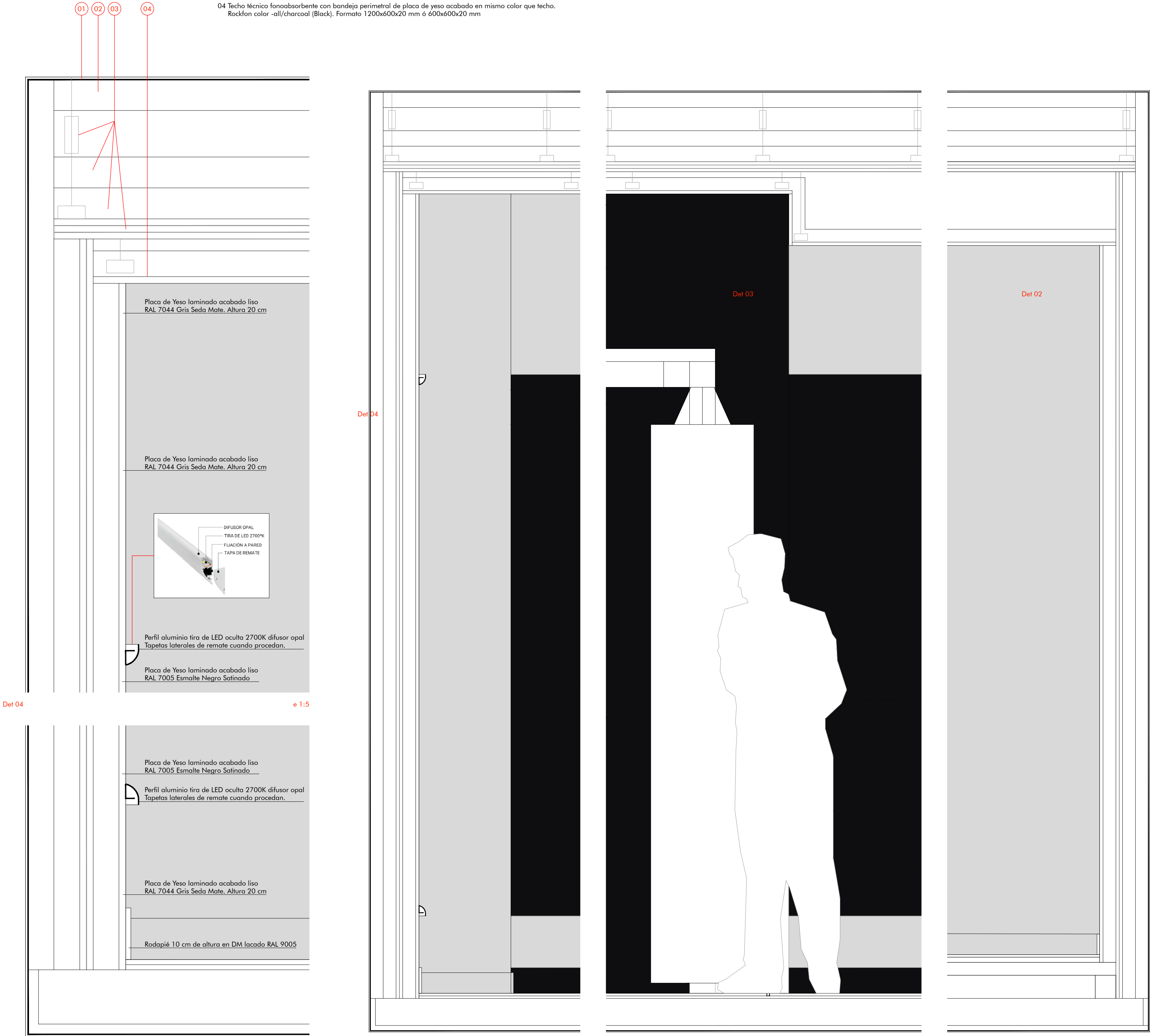
TECHO ACÚSTICO + FALSO TECHO ALTURA +3.10 m. ZONA ENTRENAMIENTO SOBRE SUELO TÉCNICO S3. Superficie: 95,00 m2

TECHO ACÚSTICO

- 01 Bajo forjado original proyección de elastómero acústico continuo ARTEC HR-322 DE 2 kg/m2
02 Lana mineral adherida al elastómero de 60 mm de espesor.
03 Falso techo acústico suspendido:
03.01 Amortiguadores metálicos fijados al forjado de alta eficiencia acústica springtech ST-60
03.02 Perfiles primarios Still Prim 100 y secundarios F530.
03.03 Triple placa de yeso laminado de 13 mm de espesor, PPH (Plicophonique) atornillada a perfiliería.
03.04 Entre placas membranas acústicas continuas proyectadas de ARTEC HR-322 de 3 mm de espesor y peso 4 kg/m2.
03.05 Sellado de juntas y encintado.
03.06 Sobre la triple placa de yeso laminado doble panel de lana mineral de 60 mm de espesor cada uno y 70 kg/m3 de densidad.

TECHO DECORATIVO

- 04 Techo técnico fonoabsorbente con bandeja perimetral de placa de yeso acabado en mismo color que techo.
Rockfon color -all/charcoal (Black). Formato 1200x600x20 mm ó 600x600x20 mm



Det 05

e 1:5

A5 REVESTIMIENTO ACÚSTICO + ACABADO DECORATIVO, ZONA ENTRENAMIENTO, ACCESOS Y ZONA DE VENTAS.

REVESTIMIENTO ACÚSTICO

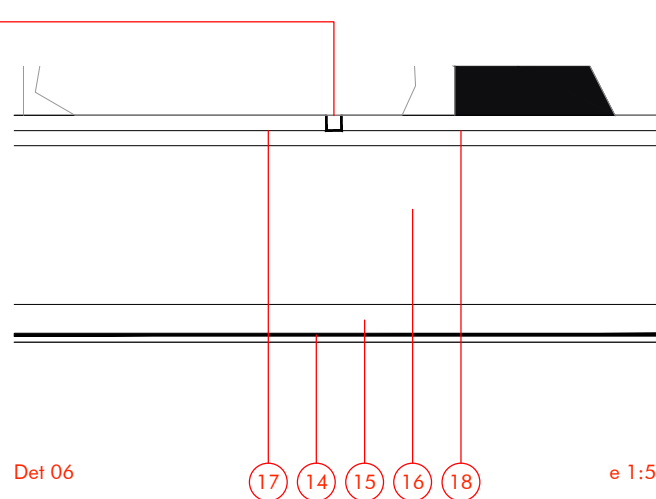
- 06 Sobre muro medianero de fábrica existente proyección de elastómero acústico continuo ARTEC HR-322 DE 2 kg/m2
07 Lana mineral adherida al elastómero de 50 mm de espesor.
08 Trasladoso autoportante doble placa de yeso laminado de 13 mm, PPH (Plicophonique) perfiliería metálica de 48 mm.
09 Núcleo aislante de lana de roca de 50 mm en el interior del trasdós.
10 Entre placas membranas acústicas continuas proyectadas de ARTEC HR-322 de 3 mm de espesor y peso 4 kg/m2.

ACABADO DECORATIVO

- 11 Trasladoso autoportante de placa de yeso laminado sobre perfiliería metálica de 48 mm.
12 Núcleo de lana de roca de 50 mm de espesor.
13 Rodapié 8 cm de altura en DM lacado RAL 9005



Tira LED RGB 24V en perfil aluminio Enrasada en suelo, perímetro S3



Det 06

e 1:5

S3 SUELO ACÚSTICO + SUELO TÉCNICO DE CAUCHO RECICLADO Y POLIURETANO CON EPDM. Superficie: 95,00 m2

SUELO ACÚSTICO

- 14 Lámina de polietileno de 5 mm de espesor ejecutada a testa.
15 Panel aglomerado de espuma de poliuretano e 120 kg/m3 de densidad y 20 mm de espesor con franja perimetral.
16 Solera de hormigón con mallazo de 10 cm de espesor.

SUELO DECORATIVO

- 17 Pavimento Isotex 100x100x cm FitnessProEco de Paviflex. 7 mm de espesor.

T2

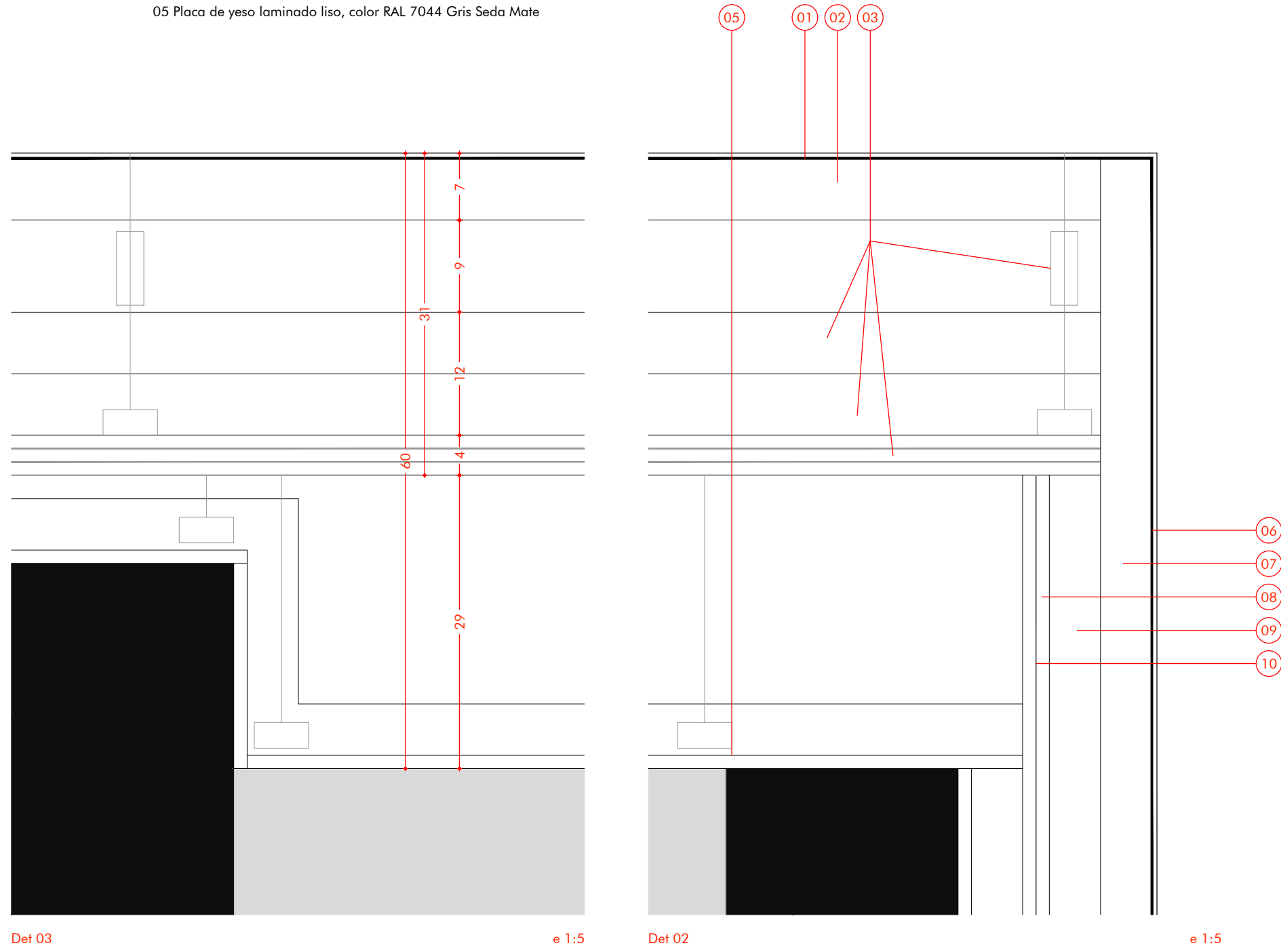
TECHO ACÚSTICO + FALSO TECHO. ALTURA +2.90 m. ZONA VENTAS, ACCESO Y DESPACHO SOBRE SUELO S. Superficie: 70,00 m2

TECHO ACÚSTICO

- 01 Bajo forjado original proyección de elastómero acústico continuo ARTEC HR-322 DE 2 kg/m2
02 Lana mineral adherida al elastómero de 60 mm de espesor.
03 Falso techo acústico suspendido:
03.01 Amortiguadores metálicos fijados al forjado de alta eficiencia acústica springtech ST-60
03.02 Perfiles primarios Still Prim 100 y secundarios F530.
03.03 Triple placa de yeso laminado de 13 mm de espesor, PPH (Plicophonique) atornillada a perfiliería.
03.04 Entre placas membranas acústicas continuas proyectadas de ARTEC HR-322 de 3 mm de espesor y peso 4 kg/m2.
03.05 Sellado de juntas y encintado.
03.06 Sobre la triple placa de yeso laminado doble panel de lana mineral de 60 mm de espesor cada uno y 70 kg/m3 de densidad.

TECHO DECORATIVO

- 05 Placa de yeso laminado liso, color RAL 7044 Gris Seda Mate



Det 03

e 1:5

Det 02

e 1:5

A1 REVESTIMIENTO ACÚSTICO + PLACA DE YESO LAMINADO GRIS CLARO MATE RAL 7044 Gris Seda Mate.

REVESTIMIENTO ACÚSTICO

- 06 Sobre muro medianero de fábrica existente proyección de elastómero acústico continuo ARTEC HR-322 DE 2 kg/m2
07 Lana mineral adherida al elastómero de 50 mm de espesor.
08 Trasladoso autoportante doble placa de yeso laminado de 13 mm, PPH (Plicophonique) perfiliería metálica de 48 mm.
09 Núcleo aislante de lana de roca de 50 mm en el interior del trasdós.
10 Entre placas membranas acústicas continuas proyectadas de ARTEC HR-322 de 3 mm de espesor y peso 4 kg/m2.

ACABADO DECORATIVO

- 11 Trasladoso autoportante de placa de yeso laminado sobre perfiliería metálica de 48 mm.
12 Núcleo de lana de roca de 50 mm de espesor.
13 Rodapié 8 cm de altura en DM lacado RAL 7044 Gris Claro Seda Mate

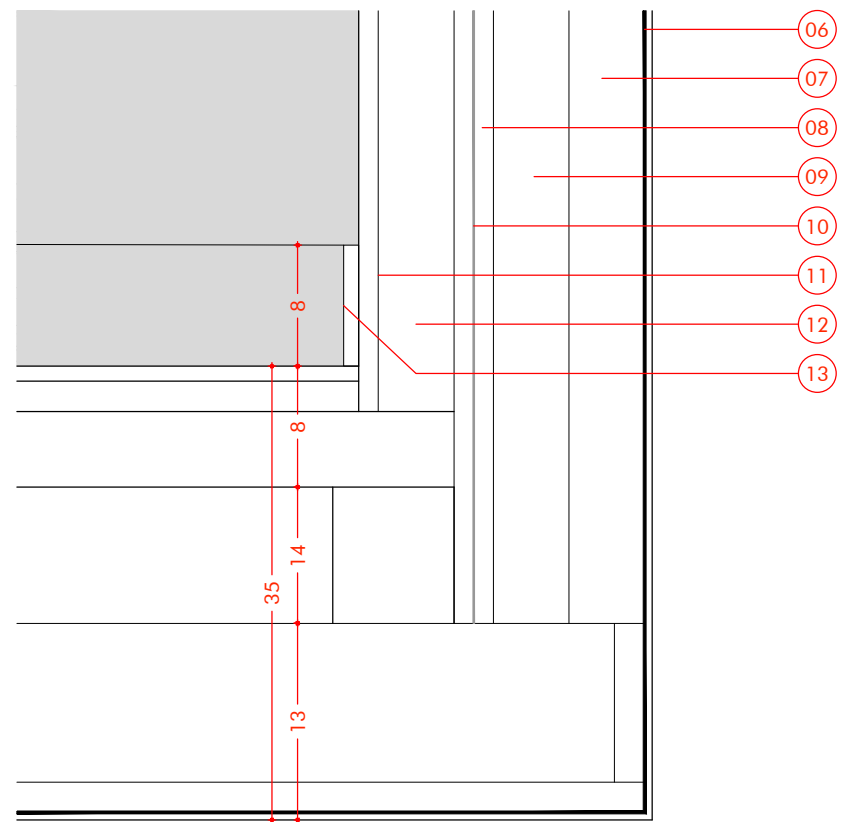
A1 REVESTIMIENTO ACÚSTICO + PLACA DE YESO LAMINADO GRIS CLARO MATE RAL 7044 Gris Seda Mate.

REVESTIMIENTO ACÚSTICO

- 06 Sobre muro medianero de fábrica existente proyección de elastómero acústico continuo ARTEC HR-322 DE 2 kg/m2
07 Lana mineral adherida al elastómero de 50 mm de espesor.
08 Trasladoso autoportante doble placa de yeso laminado de 13 mm, PPH (Plicophonique) perfiliería metálica de 48 mm.
09 Núcleo aislante de lana de roca de 50 mm en el interior del trasdós.
10 Entre placas membranas acústicas continuas proyectadas de ARTEC HR-322 de 3 mm de espesor y peso 4 kg/m2.

ACABADO DECORATIVO

- 11 Trasladoso autoportante de placa de yeso laminado sobre perfiliería metálica de 48 mm.
12 Núcleo de lana de roca de 50 mm de espesor.
13 Rodapié 8 cm de altura en DM lacado RAL 7044 Gris Claro Seda Mate



Det 01

e 1:5



ESTADO REFORMADO. DETALLES CONSTRUCTIVOS

Proyecto Técnico y de Actividad
Reforma de local comercial para nueva activiad de gimnasio

Fitboxing Valladolid II. Paseo de Zorrilla 157, planta 0, puerta 1. 47008, Valladolid

PROMOTOR: MIÉRCOLES INESPERADO SL

ARQUITECTOS: JOSÉ MARÍA CEBRIÁN RUIZ

FECHA: OCTUBRE 2024

P05

escala: 1/10

escala: 1/5

PUERTAS DE PASO

HOJA LACADA

hoja abatible ciega de madera lacada de 45 mm.
herrajes de colgar y cierre de acero inox.

6 UDS.

PUERTAS CORREDERAS

HOJA LACADA

hoja corredera ciega de madera lacada de 45 mm.
guía y sistema de deslizamiento oculto
herrajes de colgar y cierre de acero inox.

2 UD.

FRENTE CABINAS SANITARIAS EN VESTUARIOS

TABLERO FENÓLICO

divisiones fijas de 210 cm. y puertas abatibles de 190 cm. de altura de tablero fenólico de 12 mm.
patas telescópicas de 20 cm. de altura en acero inoxidable
cerradura de pestillo con indicador rojo-blanco
tiradores en acero inoxidable, bisagras de muelle
recibido a paredes, suelo y techo por perfiles metálicos

FRENTE 326 CM. EN VESTUARIO FEMENINO
FRENTE DE 242 Y DE 162 CM. EN VESTUARIO MASCULINO

ESPEJOS EN VESTUARIOS

VIDRIO TIPO STADIP

espejo de vidrio laminar de seguridad Stadip
por dos vidrios de 3 mm. de espesor unidos
por 2 laminas de butiral de polivinilo de 0,38

ESPEJO DE 130 * 120 CM. EN VESTUARIO FEMENINO
ESPEJO DE 160 * 120 CM. EN VESTUARIO MASCULINO

CARPINTERIA METÁLICA RAL 7016

CORTAVIENTOS DE FRENTE FIJOS Y HOJA ABATIBLE CON VIDRIO DE SEGURIDAD 5+5

ALZADO "B"

PLANTA

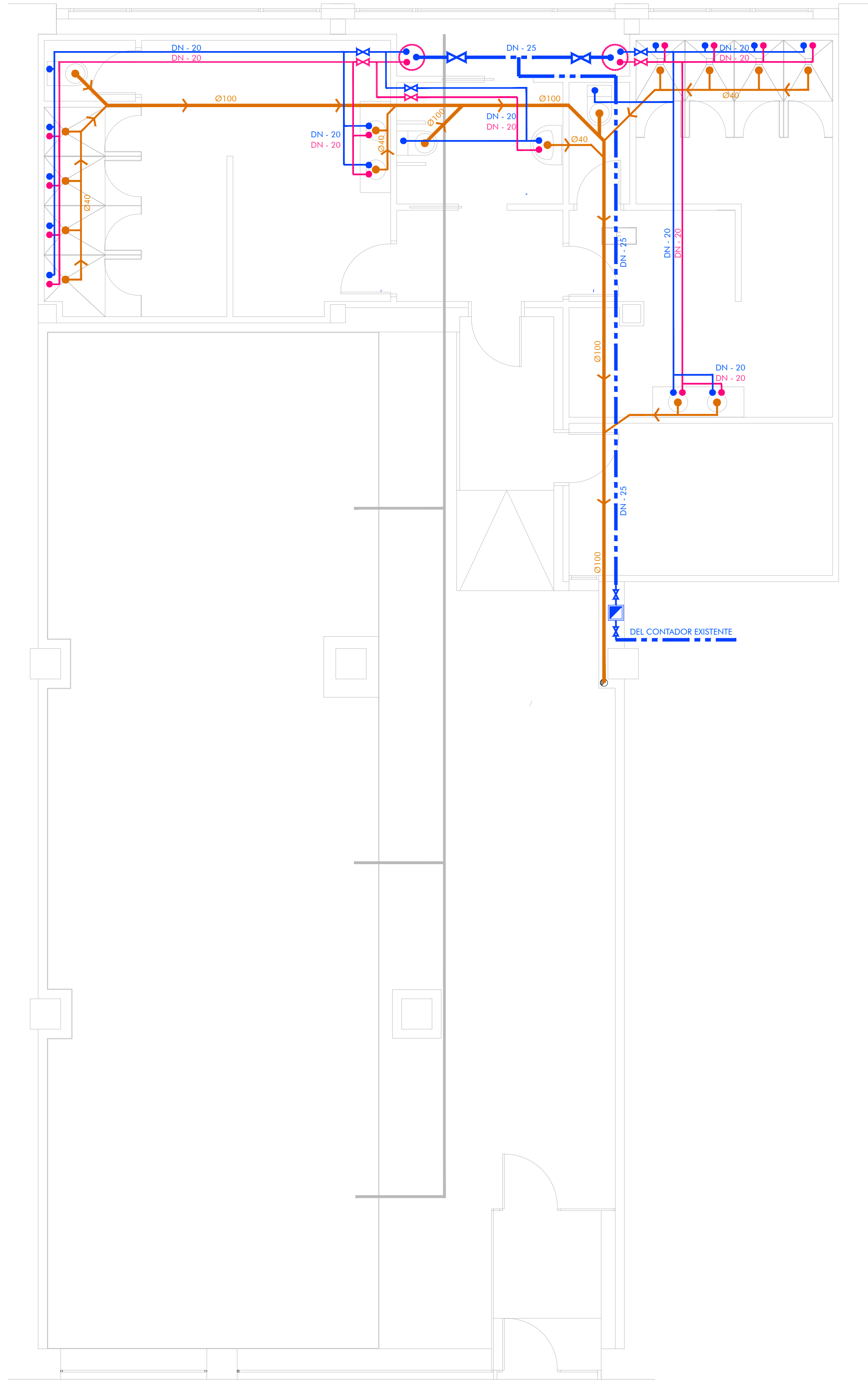
1 UD DE 144*225
1 UD DE 180*225 CON HOJA BATIENTE
1 UD DE 265*225

FRENTE ACCESO LOCAL DE CARPINTERIA METÁLICA RAL 7016

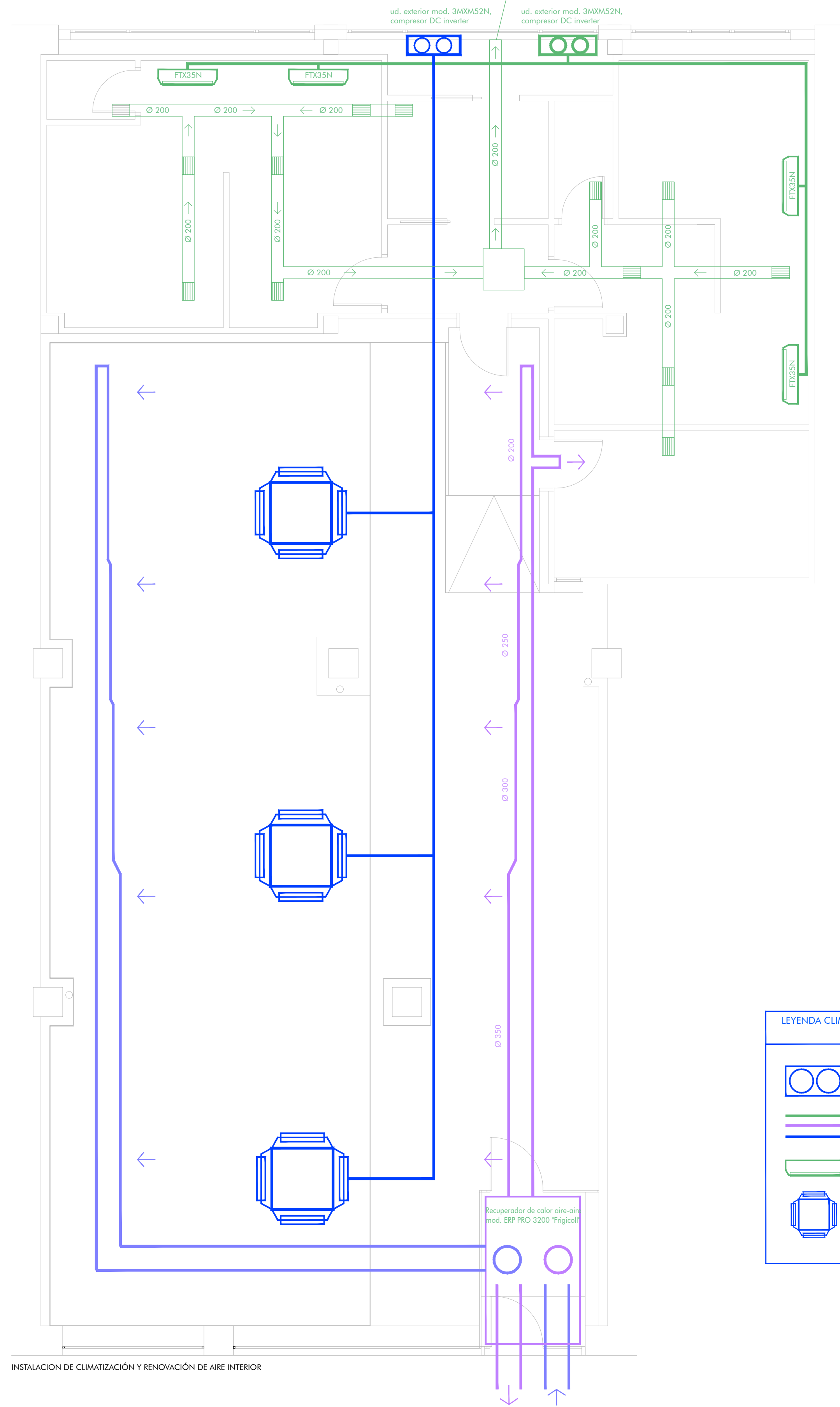
PUERTA ABATIBLE Y FRENTE FIJOS VIDRIO 6+6/16/8+8

FUJO CON VIDRIO TRANSLÚCIDO

FUJO CON VIDRIO TRANSLÚCIDO



INSTALACION DE FONTANERÍA Y SANEAMIENTO



INSTALACION DE CLIMATIZACIÓN Y RENOVACIÓN DE AIRE INTERIOR

LEYENDA CLIMATIZACIÓN	
	UNIDAD EXTERIOR
	LÍNEAS FRIGORÍFICAS DE COBRE
	UNIDAD INTERIOR
	UNIDAD INTERIOR CASSETTE

LEYENDA DE FONTANERÍA Y SANEAMIENTO	
	ACOMETIDA DE AGUA
	CONTADOR DE AGUA
	TUBERÍA AGUA FRÍA
	TUBERÍA AGUA CALIENTE
	LLAVES DE CORTE
	TOMAS AGUA
	BAJANTE FECALES
	SANEAMIENTO

DIÁMETROS SANEAMIENTO	
42 mm.	LAVABO
52 mm.	DUCHA
110 mm.	INODORO

ESTADO REFORMADO. INSTALACIONES I
FONTANERÍA, SANEAMIENTO, CLIMATIZACIÓN Y RENOVACIÓN EL AIRE INTERIOR

Proyecto Técnico y de Actividad
Reforma de local comercial para nueva activiad de gimnasio

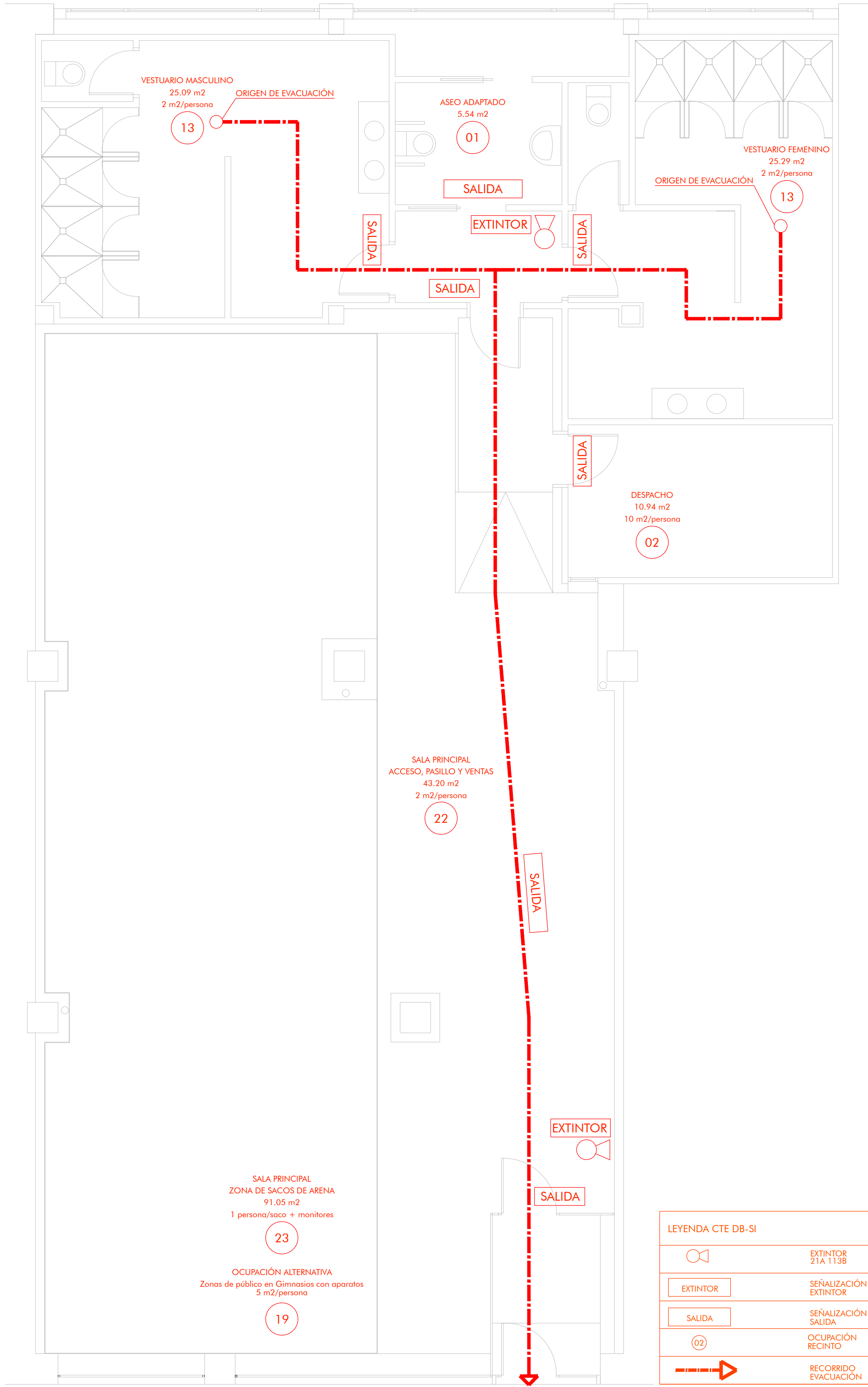
Fitboxing Valladolid II. Paseo de Zorrilla 157, planta 0, puerta 1. 47008, Valladolid

PROMOTOR: MIÉRCOLES INESPERADO SL

ARQUITECTOS: JOSÉ MARÍA CEBRIÁN RUIZ

FECHA: OCTUBRE 2024

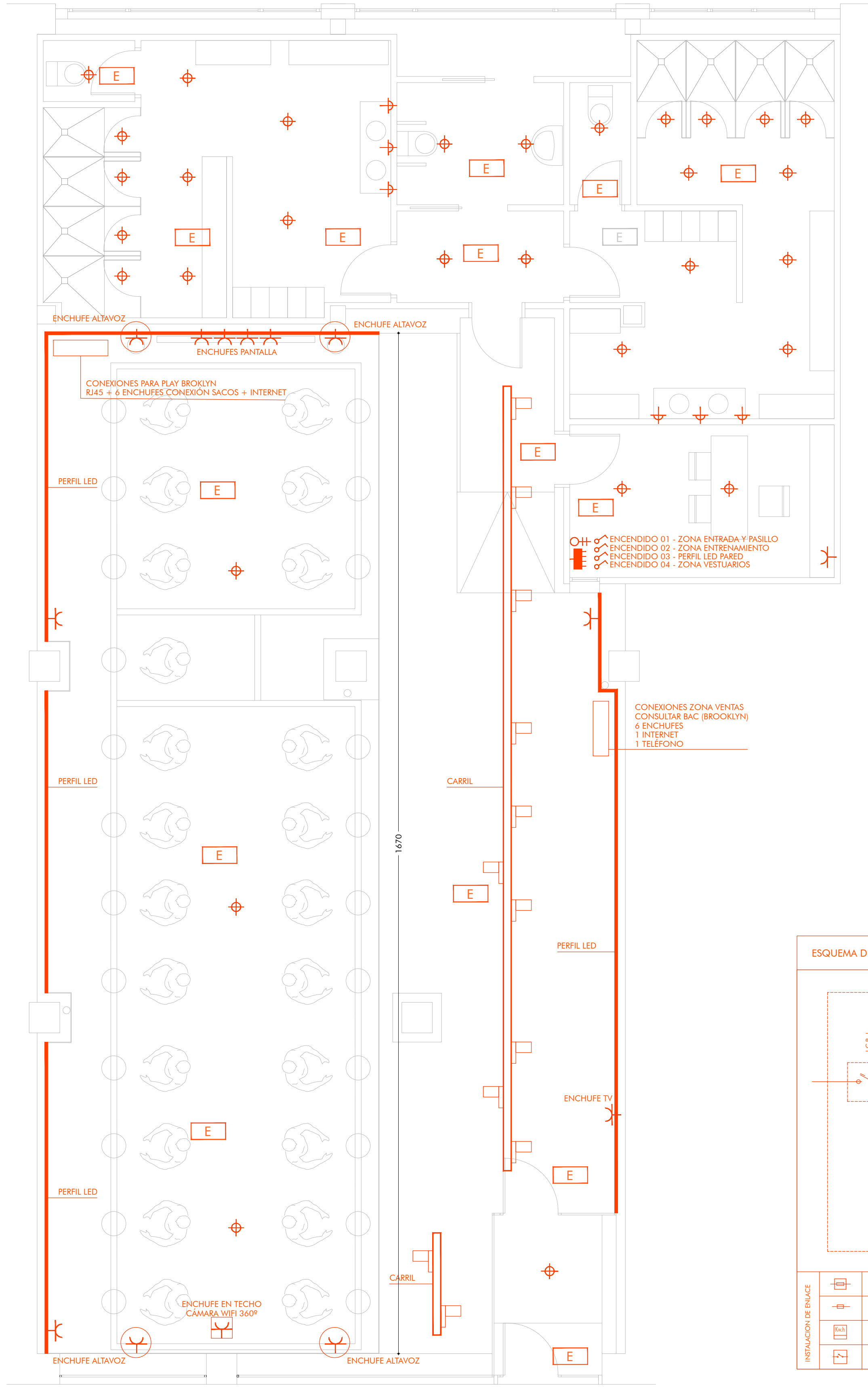
P07
escala: 1/50



INSTALACION PROTECCIÓN CONTRA INCENDIOS

SALIDA EDIFICIO
25,00 metros

LEYENDA CTE DB-SI	
	EXTINTOR 21A 113B
	SEÑALIZACIÓN EXTINTOR
	SEÑALIZACIÓN SALIDA
	OCUPACIÓN RECINTO
	RECORRIDO EVACUACIÓN



INSTALACION DE ELECTRICIDAD E ILUMINACIÓN

LEYENDA DE INSTALACIÓN ELECTRICA	
	INTERRUPTOR CONTROL POTENCIA
	CUADRO GENERAL DE DISTRIBUCION
	INTERRUPTOR UNIPOLAR
	CONMUTADOR
	BASE DE ENCHUFE 10/16 A
	BASE DE ENCHUFE 25 A
	PUNTO DE LUZ TECHO
	PUNTO DE LUZ PARED
	LUMINARIA DE EMERGENCIA

EJEMPLO DE LUMINARIAS

PLAY BROOKLYN / SALES AREA / LOCKER ROOM

Luminaria de pared para el espejo del lavabo en los vestuarios

Downlight LED empotrado orientable. Color negro.

Downlight LED de superficie orientable. Color negro.

Luminaria superficie LED 60 Ø

Proyector para carril

LUMINARIAS

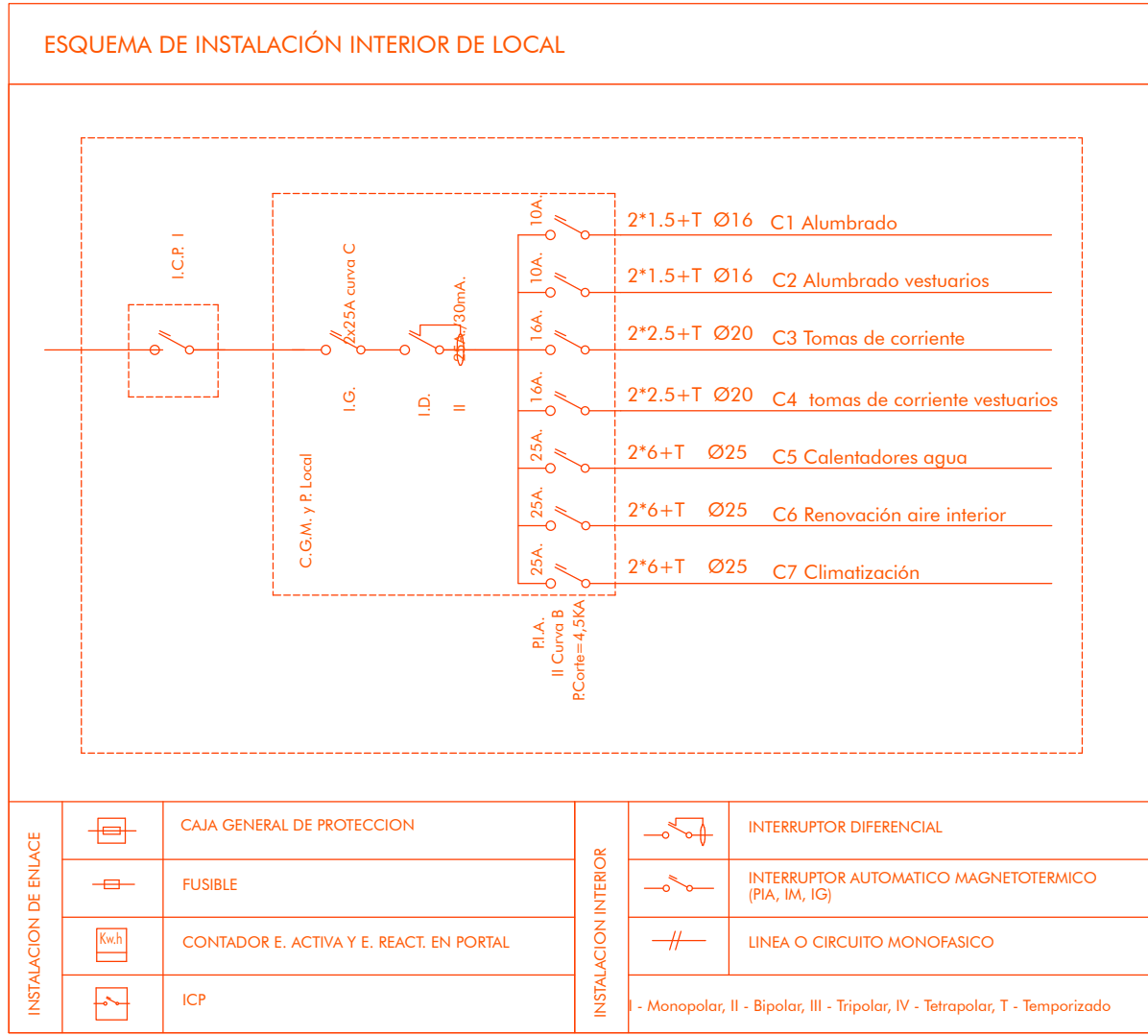
- Downlight LED empotrado orientable Color Negro (Ø44 en vestuarios / Ø65 en duchas)
- Proyector para carril LED, 4500 lm Medium 830 25 W Color Negro
- Carril para proyector LED, 3-fases Color Negro
- Luminaria de superficie con plafón difusor para evitar deslumbramientos. LED de intensidad regulable
- Luminaria de Pared para espejo de los lavabos
- Perfil = tira de LED con difusor opal 3000°K.

REGULACIÓN ILUMINACIÓN ZONA DE ENTRENAMIENTO

Recomendamos instalar control de intensidad de la iluminación en todas las zonas del gimnasio, pero es obligatoria en la zona de entrenamiento.

Durante las sesiones se producen 3 escenas distintas de iluminación:

- Inicio / Calentamiento (intensidad iluminación al 80%)
- Entrenamiento / Rounds (intensidad iluminación al 30%)
- Entrenamientos (intensidad iluminación al 10%)



ESTADO REFORMADO. INSTALACIONES II

ELECTRICIDAD, ILUMINACIÓN Y PROTECCIÓN CONTRA INCENDIOS (DB-SI)

Proyecto Técnico y de Actividad
Reforma de local comercial para nueva actividad de gimnasio

Fitboxing Valladolid II. Paseo de Zorrilla 157, planta 0, puerta 1. 47008, Valladolid

PROMOTOR: MIÉRCOLES INESPERADO SL

ARQUITECTOS: JOSÉ MARÍA CEBRIÁN RUIZ

FECHA: OCTUBRE 2024