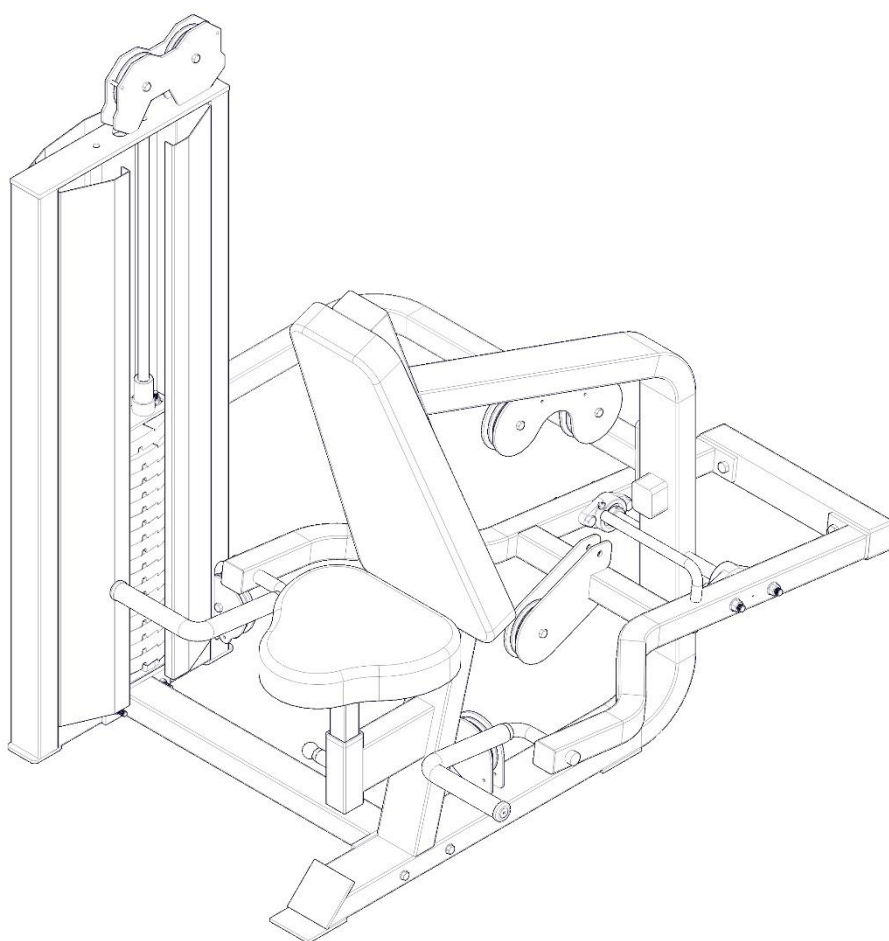


POWER

MÁQUINA DE TRICEPS FICHA TECNICA



CONTENIDO.

CONTENIDO.	1
DIMENSIONES.	2
CONTENIDO EQUIPO.	3
TABLA DE CONTENIDO.	4
TRABAJO EN MUSCULOS.	5
FABRICACIÓN.	6
MANTENIMIENTO REQUERIDO.	7
GARANTIA.	8

DIMENSIONES

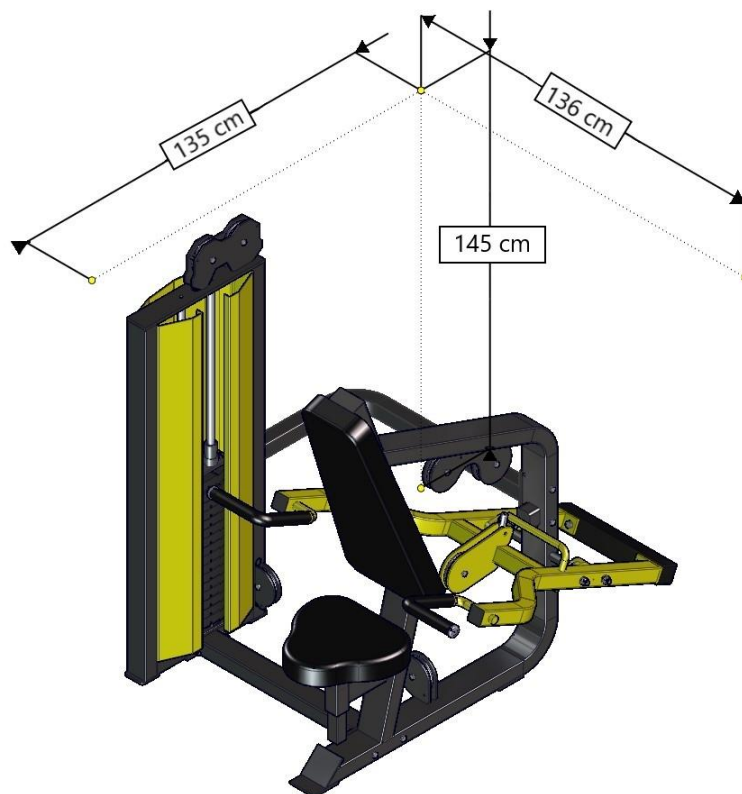


Figura 1

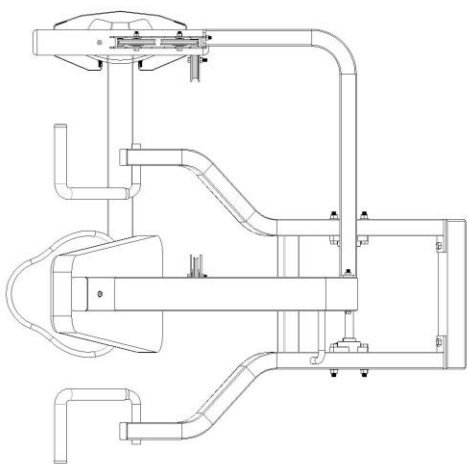


Figura 2

Largo	135 cm
Ancho	136 cm
Alto	145 cm
Peso aprox.	180 kg

Diseño moderno pensando en el ahorro de espacio y la disminución de mantenimientos. Espacio como y sistemas de rápido cambio para diferentes alturas de usuario. En su ejecución sentirá una maquina fuerte estable que aísla el musculo para una mayor concentración en el trabajo.

CONTENIDO EQUIPO.

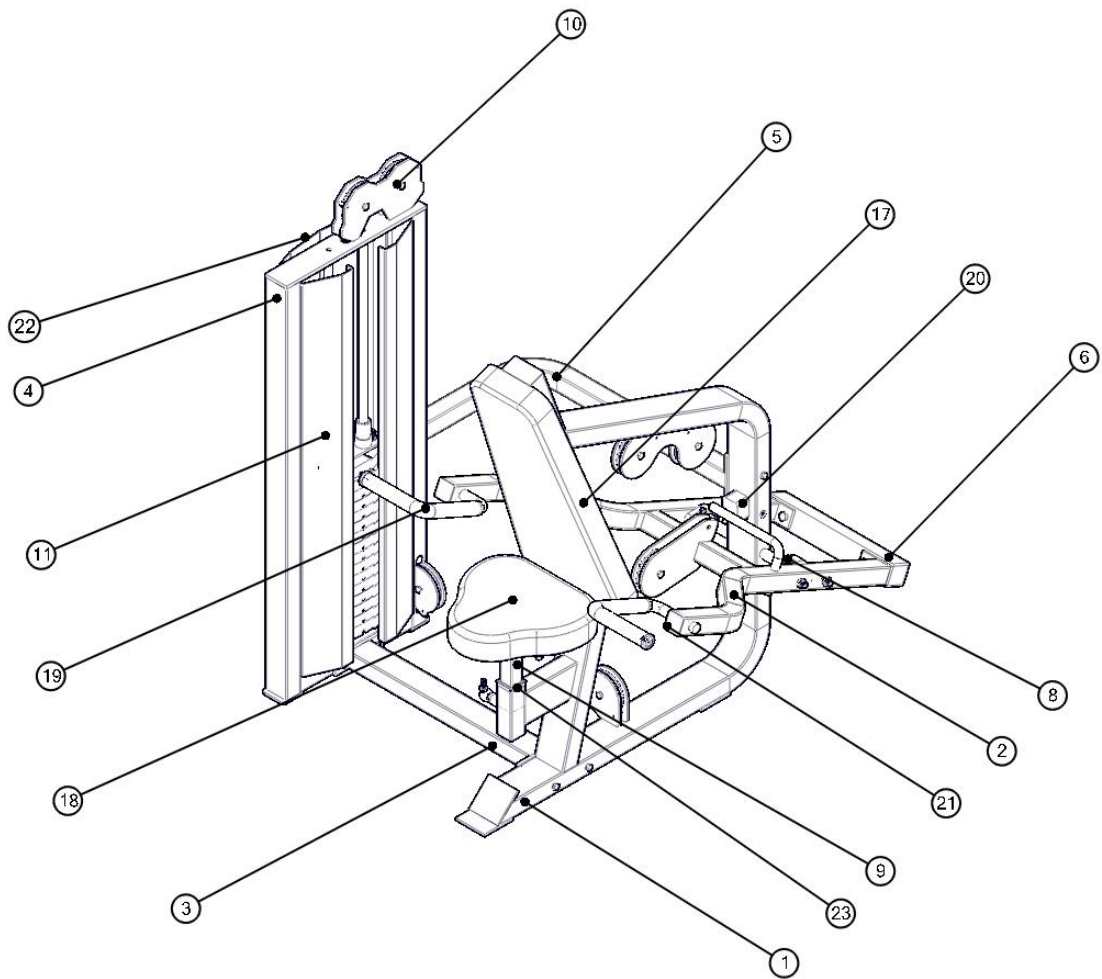


Figura 3

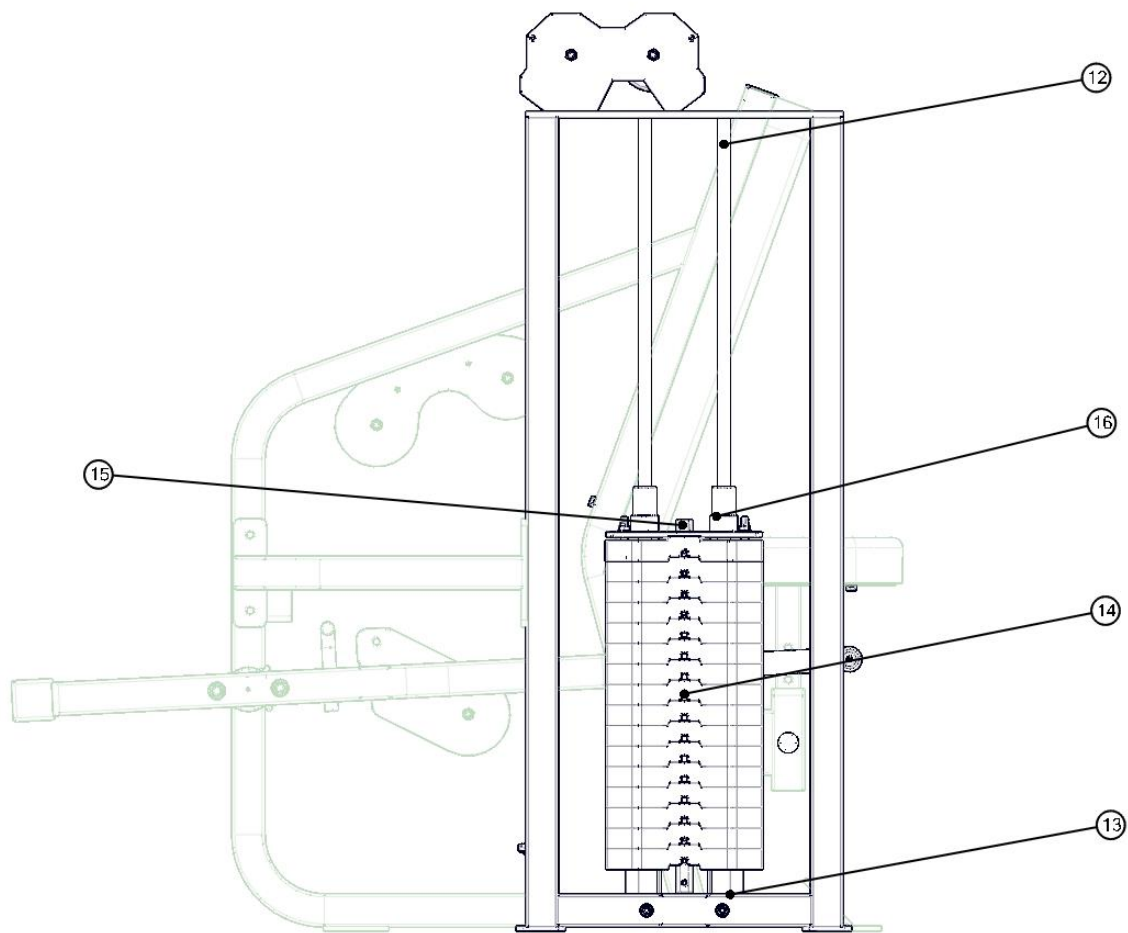


Figura 4

TABLA DE CONTENIDO.

ID	NOMBRE	ID	NOMBRE	ID	NOMBRE
1	BASE RESPALDO	9	BASE ASIENTO	17	RESPALDO T-70
2	BRAZO PALANCA	10	POLEA	18	ASIENTO T-AS
3	SEPARADOR INFERIOR	11	GUARDA	19	MANUBRIO
4	TORRE DE PLACAS	12	GUIAS	20	TOPE
5	SEPARADOR SUPERIOR	13	TOPE PESAS	21	TAPA 2x2
6	CONTRAPESO	14	PLACAS INTEGRADAS		
7	TAPA 4x2"	15	ESPADA		
8	CHUMACERA	16	BUJE ESPADA		

Figura 20

TRABAJO EN MUSCULOS.

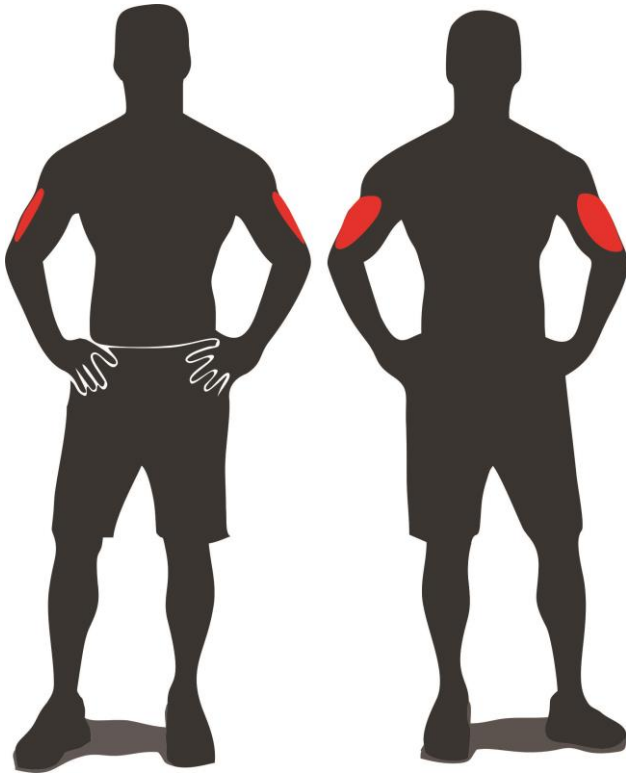


Figura 5

Esta máquina solicita el trabajo de los brazos, sobre todo, de la porción de los tríceps. Los músculos que mayor participación tienen en este movimiento son cabeza larga, cabeza medial y cabeza lateral.

Técnica de ejecución

Para realizar el ejercicio siéntese en la máquina y coloque los pies planos en el suelo. Seleccione la resistencia apropiada en la máquina. Ajuste la altura del asiento de modo que las manijas estén debajo de sus hombros.

Tome las manijas a los costados y mantenga los brazos paralelos al suelo. Presione la cabeza, la parte superior de la espalda y la cadera contra las almohadillas. Contraiga el suelo pélvico y el core mientras mantiene su pecho levantado.

FABRICACIÓN.

Estructura:

- PTR calibre 10, 11 Y 14.
- Tubo de cédula 30.
Placa 3/16" 1/4" y 3/8" corte por computadora.

Soldadura:

- Soldadura MIG.

Tapicería:

- Triplay de pino, grosor de 3/4"
- Cuenta con vinil resistente ante la transpiración.
- Hule espuma de 2" alta densidad.

Proceso de pintado:

- Pintura electrostática.
- Acero decapado y estabilizado mediante lavado de las piezas en disoluciones desengrasantes para Garantizar una completa limpieza del material base.
- Tratamiento fosfatizado para una mayor adherencia.
- Pintura poliéster en polvo, horneado a 210°C.

Mecanismos:

- Poleas fabricadas de 4" en inyección de plástico con balero y bujes.
- Guías calibradas roladas en frío en 3/4" de diámetro.
- Transmisión en Cable de acero recubierto por PVC negro.

Rodamientos:

- Baleros de 1"
- Chumaceras de 1"
- Flechas en Cold roll de 1"
- Bujes maquinados en bronce

Acabados:

- Aluminio y cromo.
- Apoyos y soportes: Posiciones numeradas grabadas con plasma y laser.

MANTENIMIENTO REQUERIDO.

Tiempos de mantenimiento	Diario	Semanal	Mensual	Semestral	Anual
INSPECCIONAR: Juntas, popping, seguros, placas de peso	X				
LIMPIAR: Tapiceria	X				
INSPECCIONAR: Cables y bandas y la tension de los mismos	X				
Inspeccionar: Barras de accesorios y mancuernas		X			
Inspeccionar: calcomanias		X			
Inspeccionar: Todas las tuercas y tornillos, ajustar de ser necesario		X			
Inspeccionar: Superficies antiderrapantes		X			
Limpiar y lubricar: Guías de placas			X		
Lubricar: Camisas, baleros y bujes			X		
Limpiar y encerar: Las superficies lustrosas del equipo				X	
Engrasar : Chumaceras y baleros				X	
Reemplazar: Cables, bandas y partes conectoras					X

Se recomienda este mantenimiento para el funcionamiento correcto del equipo, el no realizarlo puede provocar resequedad en los plásticos, quebramiento y desprendimiento de estos, atoramientos en placas, rodamientos y piezas movibles, un mal funcionamiento como una menor vida útil de la máquina.

GARANTIA.

Tiempos de garantías	mes	Trimestre	Semestre	Anual	Trienio
Estructuras metalicas					X
Chumaceras					X
Baleros					X
Bujes de bronce					X
Tapiceria		X			
Cables		X			
Rodillos		X			
Bandas		X			
Placas de peso integrado				X	
Guias				X	
Partes no especificadas	X				
Poleas			X		

El envío de refacciones por garantía, corre por cuenta del cliente.