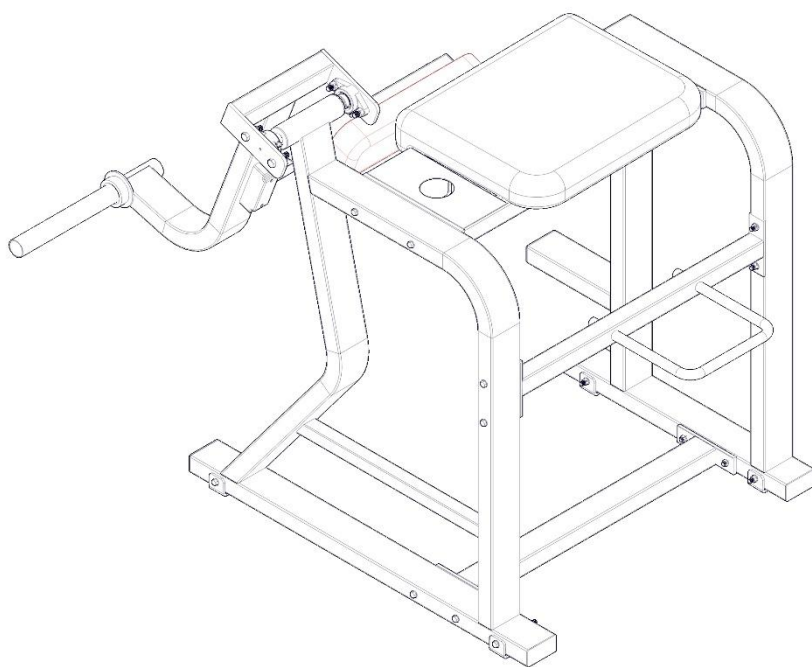


SPORTPOWER

FICHA TÉCNICA MÁQUINA DE GLÚTEO BRASILEÑA



CONTENIDO.

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

DIMENSIONES.

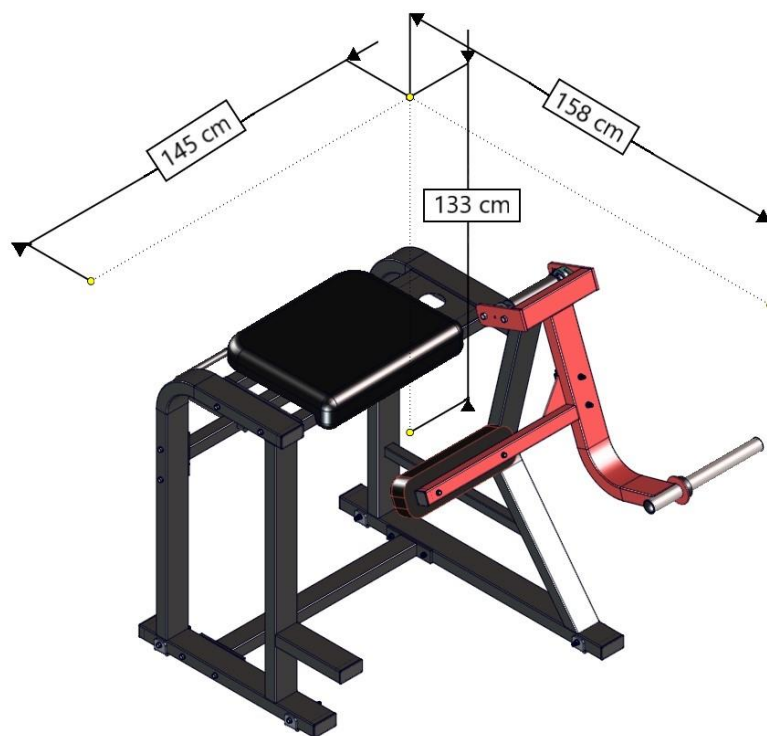


Figura 1

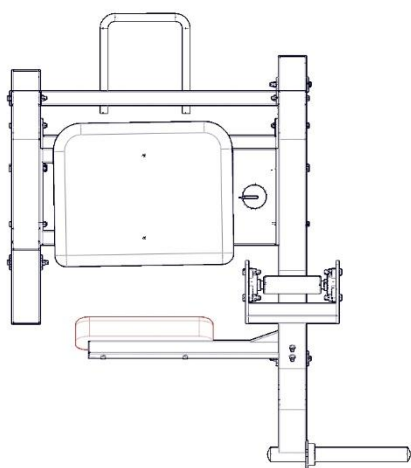


Figura 2

Largo	158 cm
Ancho	145 cm
Alto	133 cm
Peso aprox.	60 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.

EQUIPO ENSAMBLADO.

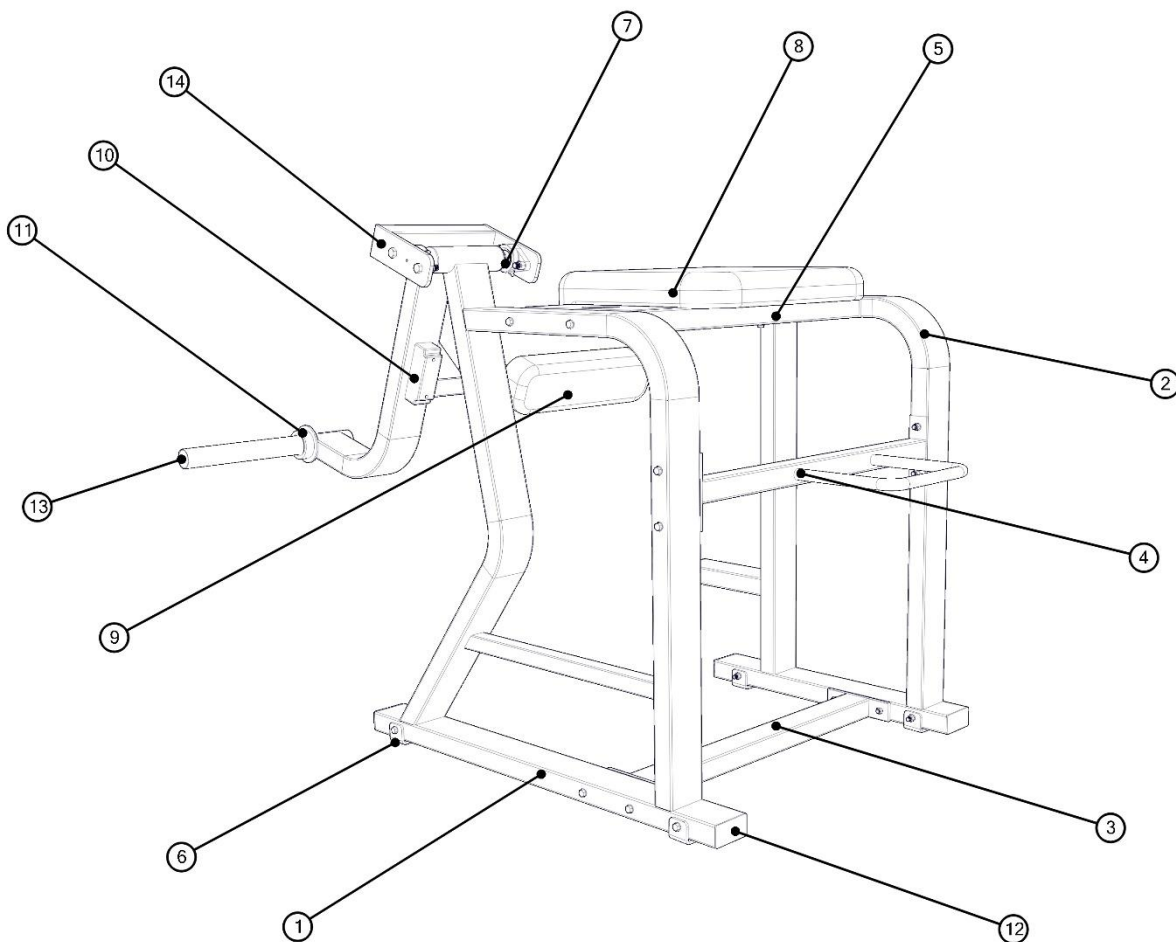


Figura 3

TABLA DE CONTENIDO.

ID	NOMBRE	ID	NOMBRE	ID	NOMBRE
1	BASE LATERAL DERECHA	6	PATA NIVEL	11	TOPE DONA
2	BASE LATERAL IZQUIERDA	7	CHUMACERA	12	TAPA 4X2"
3	SEPARADOR INFERIOR	8	TAPIZADO T-MG	13	TAPA TUBOS 1.5"
4	SEPARADOR FRONTAL	9	TAPIZADO 12X50	14	BRAZO PALANCA
5	SEPARADOR SUPERIOR	10	TOPE RECTANGULAR		

TRABAJO EN MUSCULOS.

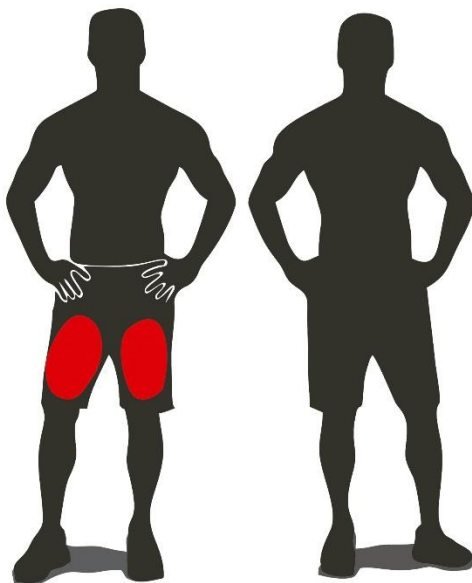


Figura 4

Esta máquina solicita el trabajo de las **piernas**. Los músculos que mayor participación tienen en este movimiento son el **glúteo mayor**. Trabaja a su vez músculos secundarios como lo son: el glúteo medio y el tensor de la fascia lata.

Entre los beneficios que tiene este equipo se encuentra:

- Conseguir una mayor estabilidad para las abdominales y de la zona media.
- Mejorar el rendimiento a la hora de correr, ya que al mismo tiempo que se fortalecen los glúteos, se fortalecen otros miembros del tren inferior del cuerpo como rodillas e isquiotibiales.
- Proteger de lesiones óseas y musculares.

Técnica de ejecución

Para comenzar el **ejercicio** debemos colocarnos en la máquina específica para su realización, colocados en la maquina con el abdomen contra el cojín, una pierna apoyada y la otra situada ligeramente hacia adelante, el cojín situado por debajo de la articulación de la rodilla a media distancia del tobillo:

- Inspirar y llevar el muslo hacia atrás para situar la cadera en hiperextensión.
- Mantener la contracción isométrica durante dos segundos y regresar hacia la posición inicial.

Espirar al final de la extensión.

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 resequeadad 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 metálicas					X
Chumaceras					X
Baleros					X
Bujes de bronce					X
Tapicería		X			
Cables		X			
Rodillos		X			
Bandas		X			
Placas de peso integrado				X	
Guías				X	
Partes no especificadas	X				
Poleas			X		

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