

RSP ISQUIO



DISEÑADA ESPECÍFICAMENTE PARA PREVENIR LAS LESIONES DE LA MUSCULATURA ISQUIOTIBIAL.

Rsp Isquio es un paso más en RSP para ofreceros **herramientas específicas que aporten la solución a una de las lesiones musculares más habituales en el deporte.**

Isquio nace para prevenir las lesiones de la musculatura isquiotibial reproduciendo el mismo rango de carga que genera el deportista cuando está corriendo a alta velocidad, el objetivo de esta máquina es generar altas aceleraciones de la pierna que en la fase excéntrica tendrá que frenar de forma coordinada y estable, con la gran particularidad de que Isquio ofrece la máxima tensión al deportista (momento en que la cuerda se enrolla en el radio mínimo del eje), cuando se está alcanzando la máxima extensión de la rodilla. Esta carga creciente que generamos reduciendo el radio a medida que extendemos la rodilla y aplicamos fuerza para frenar el desplazamiento de la pierna, pretende reproducir y trabajar sobre los dos factores lesionales del isquio más importantes.



Por una parte poder entrenar la estabilización de la cadera evitando su hiperextensión en la fase final de la extensión de la rodilla antes de contactar con el suelo, y por otra parte poder mejorar la fuerza de la musculatura flexora y extensora de la rodilla y cadera, aumentando las prestaciones dinámicas del deportista.

Esta máquina presenta grandes diferencias respecto a una polea cónica tradicional para poder ofrecer este comportamiento opuesto al de una máquina tradicional ofreciendo la máxima resistencia en la transición excéntrica- concéntrica (final de la fase de frenado y comienzo de la fase de aceleración). La diferencia tan pequeña entre el radio mínimo y el máximo, se debe a que trabaja al revés, como si quisiéramos reducir marchas en nuestro coche, y por ello la variación del radio debe de ser pequeña, si no el movimiento se convierte en muy complejo de ejecutar y es fácil perder el control en la transición concéntrica/excéntrica (como si nuestro coche derrapase).

RSP ISQUIO FICHA TÉCNICA

EQUIPAMIENTO DE SERIE

- Chasis RSP Isquio.
- Carril de pared de 120 cm para ajustar la altura de la polea de salida.
- 4 masas de aluminio.
- Polea Harken Carbo de 40 mm de diámetro.
- Polea Harken Carbo T2 Loop 40 mm de diámetro.
- 4 metros de cuerda de altas prestaciones con regulador de longitud.
- Cincha de tobillo.
- Kit de montaje en pared.
- Manual de montaje.



ESPECIFICACIONES TÉCNICAS

- Diseñada para mejorar la capacidad de acelerar y frenar de la musculatura isquiotibial.
- Ajuste de la aceleración a través del radio del eje.
- Ajuste del momento de inercia a través de las masas integradas en el disco, cada masa representa el 10% de Momento de inercia.
- Ajuste de la altura de la salida de la cuerda.

Medidas: 45 x 35 x 45 cm de alto

Peso: 15 kg

ACCESORIOS

- RSP Encoder.
- Masas Inox.
- Poleas Alta Carga (Altas prestaciones con densidades de trabajo elevadas).
- Poleas Harken Fly (mayor calidad de rodaje del mercado).
- Adaptador encoder Chronojump.
- Kit de portabilidad (para fijar la máquina a una estructura sólida tipo portería, espaldera, columna..).



+ 34 659 910 685
info@einerical.com

Momentos de inercia

sin masas	2 masas	4 masas
589,84 Kg/cm ²	704,99 kg/cm ²	820,13 Kg/cm ²