

RSP ROW SPINNING



DISEÑADA PARA MEJORAR EL RENDIMIENTO EN EL REMO OLÍMPICO.

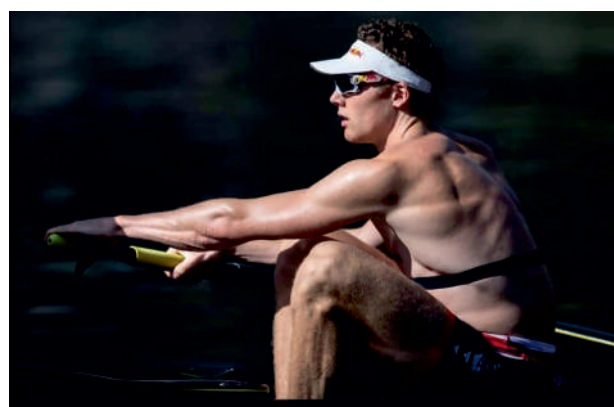
Es una máquina diseñada para el entrenamiento de la fuerza específica en el remero olímpico.

RSP ROW SPINNING nos permitirá aumentar la fuerza en el movimiento específico de la remada, ya que en pocos deportes se consigue resistir el movimiento específico mediante cargas externas, teniendo que recurrir a ejercicios de fuerza inespecífica como son las sentadillas y otros, siempre lejanos al gesto deportivo real.

El objetivo de esta máquina es mejorar la primera fase de la palada, momento donde el remero captura el agua y este empuja para volver a acelerar el bote. En esta fase es la que el barco ya tiene velocidad, es muy importante que el remero pueda aplicar la mayor cantidad de fuerza de manera muy acelerada.

RSP ROW SPINNING posee un eje diseñado específicamente para acelerar en la primera fase del empuje, momento determinante para mejorar la velocidad del bote y su rendimiento.

RSP ROW SPINNING NO ES UN ERGÓMETRO, ES UNA MÁQUINA DE ENTRENAMIENTO DE FUERZA ESPECÍFICA DE LA ACCIÓN DEL REMO OLÍMPICO.



+ 34 659 910 685
info@einercial.com

RSP ROW SPINNING FICHA TÉCNICA

EQUIPAMIENTO DE SERIE

- Chasis RSP Row spinning.
- 4 masas Acero inoxidable para variar el momento de inercia.
- 2 Poleas Harken de alta carga para la desmultiplicación 1x2.
- 5 metros de cuerda de altas prestaciones con regulador de longitud .
- Barra de tracción.
- Manual de montaje.

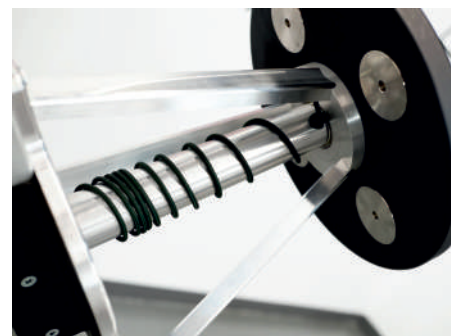
ESPECIFICACIONES TÉCNICAS

- Diseñada para mejorar la capacidad de aplicar fuerza al comienzo de la palada.
- Desmultiplicación 1x2 que permite aumentar la tensión durante la ejecución del movimiento.
- Ajuste del momento de inercia a través de las masas integradas en el disco, cada masa representa el 40% de Momento de inercia.
- Ajuste rápido del recorrido de la cuerda.
- Regulable en altura de piés.
- Regulable la altura de la salida de la cuerda.

Medidas: 215 x 64 x 75 cm de alto

Peso: 45 kg

Adaptaciones: Personalización para trabajos específicos.

**Momentos de inercia**

| sin masas | 2 masas inox | 4 masas inox |
|---------------------------|--------------------------|---------------------------|
| 184,44 Kg/cm ² | 331,9 kg/cm ² | 405,76 Kg/cm ² |



+ 34 659 910 685
info@einerical.com