



MAQUINARIA DISPONIBLE EN EL GIMNASIO MUNICIPAL

CARDIO

1 cinta de correr
1 elíptica electrónica
1 elíptica spinning

1 stepper
1 bici electrónica reclinada
1 bici electrónica

1 bici spinning
1 remo

MUSCULACIÓN

1 multipower
1 máquina de giros de pecho-espalda
1 multifunción poleas
1 sentadillas-gemelos
1 extensión cuádriceps
1 prensa 45°
1 femoral tumbado
1 gluteos de pie
1 barrero
1 barra ez
1 barra 1,2 m
2 barras cortas

1 banco reclinable
1 banco plano
1 banco scott
6 discos 20 kg
8 discos 15 kg
12 discos 10 kg
6 discos 5 kg
4 discos 2,5 kg
4 discos 1,25 kg
1 saco boxeo
1 soporte para saco
1 banco abdominales

1 banco crunch
1 banco lumbares
1 maquina 4 estaciones
agarres varios
maquina giros cintura
2 soportes individuales para press, sentadilla
8 balones fit ball
1 rueda abdominales
4 apoyos fondos
1 step