



CATÁLOGO EQUIPAMENTO TRACIONADO

V1.0

Equipamentos de Tração Elástica



Conheça os equipamentos Actual® para treinamento tracionado

- Cintos de tração
- Coletes para tração
- Tração para membros
- Outros acessórios elásticos

Foto cortesia do prof Beto Portella 2014. Arte / Actualsports - C.D.



Equipe de futebol em treinamento de pré temporada com cintos de tração Actual

EQUIPAMENTOS PARA TRAÇÃO



São acessórios para treinamento esportivo com base na tração elástica. Com esta linha de equipamentos, pratica-se o 'Treinamento Resistido' para desenvolvimento de força, potencia e resistência física.

O treinamento tracionado é uma importante ferramenta para melhorar o desempenho dos atletas nas modalidades esportivas. Aumenta a resistencia, força e dá qualidade ao arranque. Devido a enorme variedade de exercícios resistidos, os equipamentos para treino tracionado da Actual tem aplicação em praticamente todas as modalidades esportivas, desde lutas, futebol, basquete, vôlei, handball, atletismo e fitness.

Látex Natural - Matéria prima essencial para o resultado deste tipo de treinamento, o uso do látex natural é fundamental para o desempenho deste equipamento. Além do seu alto índice de elasticidade que expande até 250% do seu comprimento original, a força e velocidade de contração - quando livre de interferencias - são as propriedades que contribuem para o sucesso deste material para este tipo de treinamento.

Mais de 15 anos de experiência em equipamentos tracionados:
Com uma ampla carteira de opções de equipamentos para treino tracionado desenvolvida em meados dos anos 90, a Actual é referencia neste produto fornecendo-o para os principais clubes e agremiações do Brasil e exportando para diversos países no mundo.

EQUIPAMENTOS PARA TRAÇÃO

A Actual® se dedica a desenvolver e manufaturar equipamentos para treino traicionado há mais de 15 anos

Com uma ampla carteira de opções para esta modalidade de preparação física que ganhou visibilidade em meados dos anos 90, a Actual® é hoje uma referência neste produto que atualmente é utilizado nos principais clubes e agremiações do Brasil e exportando para diversos países no mundo.



Estratégias Básicas do Treino Tractionado com os equipamentos da Actual

A Actual oferece os cintos de tração nas modalidades de uso individual, duplas e até coletivas.

Uso Individual

Como o próprio nome diz, o cinto de uso individual traciona um único usuário, que tem a extremidade oposta do cinto conectada em um poste, barra ou espaldar através de um resistente adaptador de fitas com fechamento de velcro. A partir daí o atleta executa suas rotinas



Uso em Duplas

No cinto da tração de uso em duplas, dois atletas são conectados entre si pelos cintos com os elásticos e passam a exercer movimentos de resistencia. Um deles controla o esforço que o outro aplica nos elásticos. O conceito de um cinto duplo foi criado porque antes desta solução, o atleta de controle segurava o elástico, o que invariavelmente provocava acidentes. Uma vez atado ao cinto, o atleta de controle usa o peso de seu corpo para monitorar o colega, sem oferecer nenhum risco de acidente.

Uso Coletivo

A versatilidade do treinamento tracionado abre também a oportunidade de utilizá-lo em exercício coletivo, ligando vários cintos de tração entre si, para treinamentos resistidos táticos e dinâmica coordenativa de grupo, como por exemplo uma linha de impedimento.



Montagem dos Equipamentos para Tração Actual

Todos os equipamentos para tração da Actual ajustam-se facilmente às medidas dos usuários, permitem variações de montagens, além de serem de fácil manutenção e substituição dos elásticos.

Medidas da cintura

Os cintos de tração Actual foram dimensionados para atender aos mais diversos biotipos, sejam homens, mulheres e crianças.

A medida básica da cintura vai de 70cm até 120cm. Nos casos onde eventualmente a medida tenha de ser maior que 120cm a Actual dispõe de uma extensão de cinto, uma peça avulsa de velcro que aumenta em até 50cm o ajuste de cintura do usuário, fazendo com que o cinto possa ser vestido por usuários com 170cm de medida da cintura.



Troque os Elásticos sempre que quiser!

Uma grande vantagem em utilizar os equipamentos de tração Actual é que eles permitem a troca dos elásticos qualquer que seja a razão, como a necessidade de aumento ou diminuição da resistência e/ou comprimento, cansaço do material, desgaste ou inutilização.



Sistema Triplo de Fixação dos Elásticos

O engate dos elásticos no cinto é feito através de um feixe de velcro triplo, que garante 100% da fixação dos elásticos de uma forma super prática e segura, sem a necessidade de mosquetões ou elementos metálicos, protegendo assim os usuários de acidentes.



Modelos Cintos oferecidos nos Equipamentos para Tração Actual

A Actual utiliza três modelos de cinto para treinamento de tração, todos fabricados com fitas sintéticas de alta resistência especialmente desenvolvidas para trabalharem sob esforço de tração, velcro de alta aderência e revestimento em espuma sintética (antialérgica) que assegura o conforto durante os exercícios. Todos os materiais são laváveis, e quando inutilizados as matérias primas são todas recicláveis.



Cinto para a linha Start

Modelo básico com largura de 50mm e um feixe de saída de elásticos. Capacidade para até 4 elásticos de 5,5kg de intensidade. Indicado para trabalhos de base, personal training, etc.



Cinto Convencional

Modelo convencional com largura de 100mm e um feixe de saída de elásticos. Capacidade para até 8 elásticos de 5,5kg de intensidade. Indicado para trabalhos convencionais de treinamento tracionado. Presente no cinto de tração individual, duplo, verde/amarelo e treinamento severo.



Cinto Especial com abas variáveis

Modelo especial com largura de 100mm e dois feixes de saída de elásticos. Com ele você pode utilizar um feixe de cada lado da cintura, ou isolar um dos feixes e deixar somente outro ativo, tornando o cinto como o de uso convencional. Capacidade para até 8 elásticos de 5,5kg de intensidade. Indicado para trabalhos avançados de treinamento tracionado. Presente no cinto de tração Lateral, cinto de tração Série Prata.

Configuração dos Elásticos

A Actual se especializou na confecção de equipamentos para treinamento esportivo com elásticos à base de Látex, oferecendo um equipamento **seguro, prático e muito eficiente!**



Sistema Exclusivo de Proteção do Elástico

O sucesso deste equipamento se deve muito a **segurança**, visto que um elástico de quando rompido pode provocar sérios acidentes. Por isso a Actual desenvolveu um sistema onde é inserido dentro do tubo elástico um cabo interno de alta resistencia, que **limita** a extensão do elástico dentro de uma zona de segurança, sem interferir no desempenho da tração e contração. Todo o excesso de força é suportado pelo cabo, impedindo assim o rompimento do sistema.

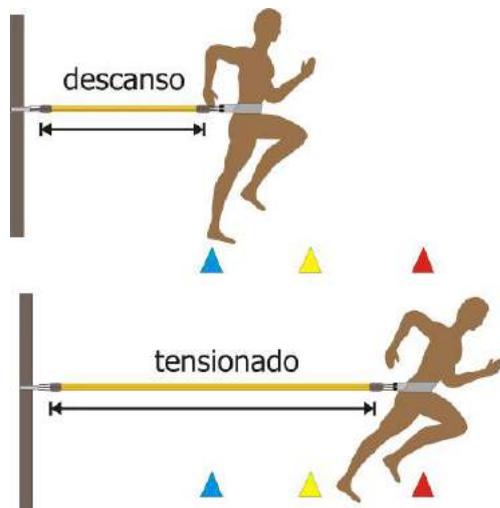
As vantagens deste sistema são:

- 1 - O usuário permanentemente tem acesso visual ao estado do látex.
- 2 - Não há interferência do cabo no desempenho de tração e contração;
- 3 - Assegura um alongamento da ordem de 2,5X o comprimento inicial.

Além disso, é muito fácil substituir um elástico da Actual, que pode ser adquirido separadamente sempre que necessário.

Assim a Actual ganhou a confiança dos principais *players* esportivos, sendo um importante e eficiente agregador de valor em sua planta de treinamento.





Para facilitar a montagem de aplicativos com o equipamento elástico, a Actual estabeleceu uma relação de alongamento entre o comprimento inicial, que nada mais é do que quando ele está em repouso, e o comprimento máximo alongado, quando o equipamento alcança o limite estabelecido da força elástica com uma margem de segurança, para que não haja rompimento.

Quando o elástico atinge este comprimento entra em ação o cabo interno de segurança, que impede que o elástico exceda aquela medida de comprimento e força estabelecida. A Actual é pioneira na utilização deste sistema nos equipamentos de tração.

Para encontrar o elástico ideal que se encaixa no seu plano de treinamento, utilize a tabela abaixo!

Esta tabela é aplicável para as duas classes de elásticos; **normal** e **treino severo**.

O **elástico normal** está calibrado para suportar uma força máxima de tração de **5,5kg**.

Já no elástico para **treino severo**, a força máxima de alongamento está calibrada para **7,5kg**.

Os comprimentos finais dependem do comprimento inicial, sendo que todos estendem no mínimo 250% do comprimento inicial.

Denominação do elástico	Comprimento do elástico em descanso (cm)	Comprimento final do elástico tensionado* (metros)
Elástico 60	60	2,10
Elástico 100	100	3,50
Elástico 150	150	5,25
Elástico 200	200	7,00
Elástico 300	300	10,50
Elástico 500	500	17,50
Elástico 700	700	24,50

Tensionado a 5,5kg no elástico normal, e 7,5kg no elástico para treino severo.

Cintos de Tração

Série Start

São modelos para treinamento de tração “de entrada,” desenvolvidos para atividades com atletas jovens, ou treinamento adulto de intensidade moderada. Disponível em dois modelos: individual e duplo

Individual Série Start

Cinto de Tração — Série Start, Modelo Individual, para um atleta.

O equipamento é composto por um cinto Actual® de 2" anatômico e resistente, com fechamento linear de velcro. Contém 2 elásticos de látex, substituíveis, com dispositivo antirompimento, cada um calibrado para uma tensão máxima de 5,5kg. Acompanha um adaptador para postes ou espaldar, para fixar o sistema em um ponto fixo.



Duplo Série Start

Cinto de Tração — Série Start, Modelo duplo, para dois atletas simultâneos.

O equipamento é composto por dois cintos Actual® de 2" anatômicos e resistentes, com fechamento linear de velcro. Contém 2 elásticos de látex, substituíveis, com dispositivo antirompimento que limita o comprimento máximo dos elásticos impedindo a ocorrência de acidentes. Cada elástico com resistência calibrada para uma força de até 5,5kg.



Cintos de Tração

O autêntico cinto para tração que vem sendo produzido em nossa oficina desde 1999. Uma ferramenta de sucesso, de alcance mundial. Um equipamento essencial para qualquer plano de treinamento esportivo moderno. Disponível em dois modelos: individual e duplo

Individual

Cinto de Tração – Modelo Individual, para um atleta.

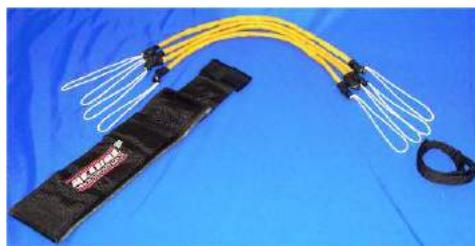
Componentes:

Cinto - Confeccionado com resistentes fitas de cadaço especiais, com fechamento de velcro de 4" de largura, e forração em espuma de células fechadas bem confortável para amortizar trancos. Contém dois fechos independentes de velcro para prender os elásticos.

Elásticos: - São 4 elásticos com 60cm em repouso que estendem até 1,8m, que quando esticado alcança uma carga de até 5,5kg .

Os elásticos podem ser substituídos ou acrescentados, bastando abrir o fecho de velcro onde são conectados.

Acompanha na extremidade oposta aos cintos, um adaptador de poste ou espaldar para prender o cinto em um ponto fixo, a partir de onde os exercícios de tração são executados.



Dica: Para aumentar a resistencia utilize elásticos para treino severo nas medidas 60cm, 100cm ou 150cm em descanso.

Dica: Para aumentar os percursos utilize elásticos Alternativos: 100cm ou 150cm em descanso.

Duplo

Cinto de Tração Modelo duplo, para dois atletas simultâneos.

Componentes:

Cintos (2 unidades) - Confeccionado com resistentes fitas de cadaço especiais, com fechamento de velcro de 4" de largura, e forração em espuma de células fechadas bem confortável para amortizar trancos. Contém dois fechos independentes de velcro para prender os elásticos.

Elásticos: - São 4 elásticos com 60cm em repouso que estendem até 1,8m, que quando esticado alcança uma carga de até 5,5kg .

Os elásticos podem ser substituídos ou acrescentados, bastando abrir o fecho de velcro onde são conectados.



Dica: Adquira um Adaptador de Poste para converter o cinto duplo em uso individual

Cintos de Tração

Treino Severo

O cinto de tração profissional em uma estrutura super reforçada, para treinamento severo. Os elásticos são calibrados para resistirem a uma força de até 7,5kg, atendendo assim os mais exigentes treinamentos!

Cinto de Tração – Série Profissional, Modelo duplo, para dois atletas simultâneos (conversível para um usuário) em Treinamento Severo.

O autêntico cinto para tração duplo Actual®, com elásticos reforçados, que aumentam em 45% a potência de contração que os elásticos convencionais. Desenvolve e aprimora a força, resistência física, explosão atlética e potência.

Para treinamento severo em em todas as modalidades esportivas.

Principais características

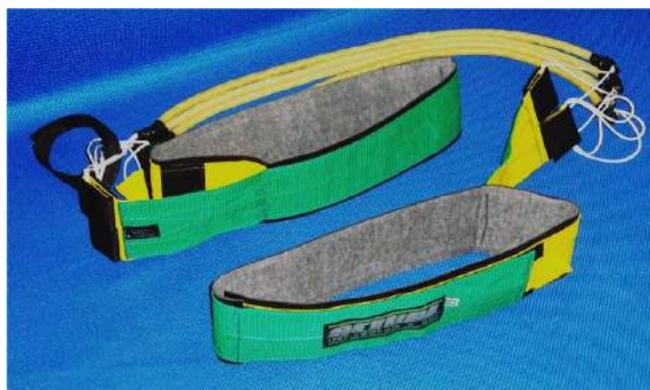
O sistema contém dois confortáveis cintos abdominais com estrutura ainda mais reforçada, nas cores preto ou verde e amarelo, com ajuste à cintura por fechamento de velcro e ligados através de um feixe de 4 elásticos

Elásticos com cabo antirompimento

Os elásticos do cinto de tração Actual® são especialmente preparados para resistir a tração em um limite pré-determinado de até 7,5kg, quando então são interrompidos por um cabo interno de segurança que impossibilita seu rompimento.

Para diminuir a potência, basta soltar os elásticos dos fechos de velcro dos cintos.

Para aumentar ainda mais a potencia, pode-se acrescentar até mais dois elásticos



***Bônus:** Acompanha um adaptador de poste para converter o cinto duplo em uso individual*

***Dica:** Para um treino de maiores percursos, adquira os elásticos alternativos nos seguintes comprimentos: 100cm ou 150cm em descanso*

***Dica:** Para diminuir a potência, basta soltar os elásticos dos fechos de velcro dos cintos. Para aumentar ainda mais a potencia, pode-se acrescentar até mais dois elásticos no conjunto.*

Cintos de Tração

Série Prata Elite

O modelo Série Prata foi desenvolvido em maio de 2010 para ser utilizado pela seleção brasileira de futebol, ou seja, para usuários já bem familiarizados com o treinamento tração que desejam explorar de forma mais intensa e completa este tipo de ferramenta. Por isso também chamamos de modelo Elite!

Cinto de Tração — Série Prata, Modelo duplo, para dois atletas simultâneos conversível para uso individual.

O Conjunto completo do cinto de tração Prata Actual é composto por 2 cintos, 4 elásticos de 1m (com cabo delimitador de extensão), e dois adaptadores de poste. Acompanha bolsa de transporte. Este modelo é o mais sofisticado e versátil que dispomos em nossa linha, e seguramente será utilizado pelos melhores profissionais de atividades físicas.

Esta peça permite várias configurações, por ter duas abas adaptadoras laterais. Pode ser montado com um único feixe de elásticos (anulando uma das abas), ou montado com as duas abas ativas.

Pode anexar os elásticos em uma montagem de laterais abertas (uma para cada lado) ou ainda com as duas laterais paralelas.

Cada aba tem dois fechos de velcro, com capacidade de suportar até 4 elásticos cada um, permitindo uma montagem final com 8 elásticos!

Acompanha bolsa de armazenamento.



Tração Prata em uso duplo, com o cinto montado em um e dois feixes



Tração Prata em uso individual, com o cinto montado em dois feixes

Bônus: Acompanha um par de adaptadores de poste com 1m de comprimento, com regulação para converter o cinto duplo em uso individual!



Cintos de Tração

Modelo Lateral

O modelo Lateral foi desenvolvido para ser utilizado em treinamentos de longos percursos, em atividades coletivas como basquete, volei, handball, individuais como tenis, atletismo, etc e especialmente para treinamento de goleiros.

Cinto de Tração Lateral, Modelo para uso individual, de longos percursos.

O modelo Lateral é utilizado por um único usuário que tem o cinto ajustado na região do core, e o outro extremo fixado em um ponto estático como um poste, baliza fixa (gol) ou espaldar.

O que diferencia este modelo do cinto de tração dos demais, é a configuração do cinto e o comprimento dos elásticos, que por ser maior proporciona uma amplitude tracionada mais longa para trabalhos que requerem percursos resistidos mais extensos.

O Conjunto é composto por um cinto com dois feixes laterais de elásticos, que permite a montagem com um único feixe anulando uma das abas. Pode anexar os elásticos em uma montagem de laterais abertas (uma para cada lado) ou ainda com as duas laterais paralelas. Cada aba contém tem dois fechos de velcro, com capacidade de suportar até 4 elásticos cada um. Por isso, este conjunto permite uma montagem final com até 8 elásticos!

São 4 elásticos de 1,5m (com cabo delimitador de extensão) que esticam até 5,25m a uma carga máxima de 5,5kg.

A fixação no ponto estático se dá por dois adaptadores de poste, cada um com comprimento regulável de até 1m.

Acompanha bolsa de transporte.



Dica: Para um treino de maiores percursos, adquira os elásticos alternativos nos seguintes comprimentos: 200cm ou 300cm em descanso

Equipamentos de Tração

Colete de Tração

O Colete de Tração foi desenvolvido para usuários já bem familiarizados com o treinamento tracionado e desejam explorar de forma mais intensa e completa este tipo de ferramenta.

O treino com o Colete de Tração pode ser praticado em todas as modalidades que requerem desenvolvimento de força e resistência, inclusive agregando o gesto esportivo.

Para atender na medida certa a necessidade de treinamento dos nossos atletas, os coletes são fornecidos em diferentes combinações de quantidade e resistência de elásticos, além de diversificar os itens incluídos.

Tipos de elásticos disponíveis:

Todos os elásticos tem 1m em descanso. Ao esticar, a carga resistida de cada elástico aumenta exponencialmente, atingindo seu limite quando o cabo interno de segurança interrompe o alongamento.

Os elásticos de 1m com resistência normal alongam até 3,5m, e a carga mais alta é de 5,5kg (aproximadamente).

Os elásticos de 1m de alta resistência podem alongar até 3,75m, e a carga mais alta é de 7,5kg (aproximadamente).

Tipos de montagem de coletes disponíveis:

Além de oferecer diferentes tipos de elásticos, as montagens de colete de tração que a Actual dispõe são:

1 - Colete de Tração individual com 4 elásticos. Contém um colete com 6 posições de adaptação elástica, 4 elásticos de 1m (duas posições ficam em descanso) e um adaptador de poste ou espaldar.

2 - Colete de tração duplo (dois usuários) com 4 elásticos. Contém um colete com 6 posições de adaptação elástica, 4 elásticos de 1m (duas posições ficam em descanso) e um cinto de tração com duas abas de adaptação elástica.

3 - Colete de tração - conjunto completo, contendo um colete com 6 posições de adaptação elástica, 6 elásticos de 1m (todas as posições ocupadas), um cinto para uso em dupla e dois adaptadores longos para espaldar, grade ou poste para uso individual

Todos os modelos são acompanhados de bolsa de transporte.



Acima, sistema completo do colete de tração (6 elásticos, cinto de duas abas, colete de seis abas, seis elásticos e dois adaptadores de poste.

Ao lado, colete de tração montado para trabalho individual

Abaixo, colete de tração montado para trabalho em dupla



Equipamentos de Tração

Kit Multifuncional de tração

Um equipamento para Treino Tracionado que combina todas as alternativas de adaptação para exercícios com elásticos, através de um único kit.

Com ele pode-se montar

- ❶ um cinto de tração individual,
- ❷ dois tração perna-pé, ou
- ❸ um extensor para membros superiores

Os elásticos estendem de 60 até 2m de comprimento e contém cabo interno de segurança, que evita acidentes em caso de ruptura do elástico. Carga de 5,5kg por elástico.

Contém:

- um par de manoplas
- um par de adaptadores para tornozelo e coxa
 - um cinturão Actual
- dois adaptadores de poste ou espaldar e um adaptador de porta (uso doméstico).
- Acompanha bolsa de armazenamento.



Equipamentos de Tração

Cinto de tração com Desengate Rápido

Uma versão do cinto de tração duplo Actual que contém um seguro e eficiente sistema de desengate rápido para treinamento de força, potência e SPRINT do atleta sem que se perca o gesto esportivo no momento da liberação!

O Funcionamento: O Atleta que traciona e executa as rotinas normalmente, como no cinto tradicional.

No momento devido, o atleta que é tracionado (que controla o exercício) aciona o gatilho que libera o que está tracionando.

Com este sistema, o atleta que realiza o exercício não precisa executar nenhum outro comando para se liberar, ficando assim preservada sua postura durante todo o movimento.

Sistema de adaptação:

Os atletas vestem os cintos como no sistema de Tração Actual Duplo convencional. Assim como no cinto de tração duplo, a resistência se dá a medida em que o elástico estica, chegando a um ponto onde é impedido de esticar mais. (sistema anti-rompimento)

O desengate somente se dá com o comando do atleta tracionador, que está postado há 10 metros de distância do atleta tracionado e controlando seu movimento. O gatilho é acionado, ao puxar uma cordinha que libera o engate dos elásticos do outro lado do sistema.

Componentes:

Dois cintos convencionais de 4" reforçados e acolchoados, com fechamento de velcro. Quatro elásticos convencionais de 60cm com resistência elástica calibrada até 5,5kg, com proteção antirompimento. Capa acessória em tecido leve e flexível, para proteger os elásticos do atrito do terreno.

Sistema conector de desengate rápido que separa os usuários por 8m de distancia. Acompanha bolsa de transporte.



Atletas executando as rotinas de tração, onde o tracionado (atleta à esquerda) controla o atleta tracionado (à direita)



Sistema liberado pelo atleta tracionador, enquanto o atleta tracionado executa o arranque livre sem perder o gesto do movimento!

Equipamentos de Tração

Tração Tornozelo/Coxa

Este equipamento é utilizado para treinamentos esportivos que visam aumentar a resistência física e força do atleta, além da capacidade de equilíbrio através de cargas elásticas aplicadas sobre os membros inferiores.

A montagem dos elásticos de tração para tornozelo e coxa da Actual é muito simples, e adapta-se a diversos ambientes para a prática de atividades funcionais.

Os exercícios coordenativos de força e resistência com o elástico de tração tem aplicação nas mais diversas modalidades esportivas, desde esportes coletivos, lutas, atletismo, e trabalhos de recuperação e fisioterapia .

O conjunto contém:
Dois adaptadores de tornozelo, com extensão para também adaptar na coxa
Quatro elásticos de 1m, que estendem até 2,5m (com carga de 5,5kg) e contém cabo interno antirompimento que impede acidentes.
Dois adaptadores de poste ou espaldar com fecho de velcro

Acompanha sacola para transporte.

Dica: Para aumentar a resistencia utilize elásticos para treino severo nas medidas 100cm ou 150cm em descanso.



Montagem de tração Tornozelo/Coxa na perna do atleta



Montagem de tração Tornozelo/Coxa em ambos os tornozelos do atleta

Outros Acessórios Elásticos

Anel Elástico (Rubber Band)

Para ginástica local, laboral e fisioterapia, é utilizado nos membros superiores e nos inferiores. O elástico de látex natural tem perímetro em descanso de 67cm, e estica até 210cm a 3,5kg. Os protetores laterais são dois elementos feito de espuma, criados para dar conforto quando o elástico está sendo empunhado ou usados nos membros inferiores (tornozelo ou coxa).



Anel Elástico—adaptador de coxa e tornozelo

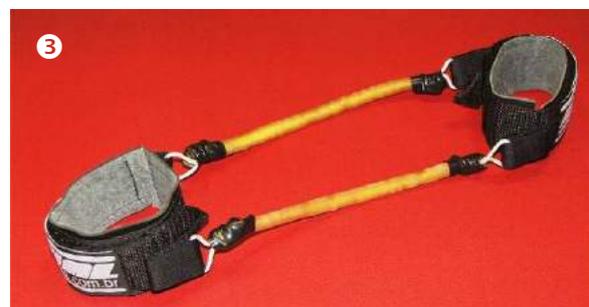
Para treinamento funcional e fisioterapia especialmente desenvolvido para trabalhar com os membros inferiores, com uma adaptação específica tanto para o tornozelo e coxa. Contém duas tornozeleiras confeccionadas em resistentes fitas de cadarço com fechamento em velcro e revestimento de espuma para o tornozelo. Acompanham fitas extensoras para adaptar o equipamento na parte superior da coxa, fixando-o para executar os exercícios resistidos. O elástico é de látex super flexível, com cabo interno de proteção anti-rompimento, e pode ser substituído ou acrescentado para dar mais resistência ao sistema.



Dica: Para aumentar a resistência acrescente mais anéis elásticos avulsos!

Anel de tornozelo (passada resistida)

Elástico para treino de passadas resistidas, com adaptação para o tornozelo. Um par de tornozeleiras, ligadas por elásticos de látex (com cabo de segurança anti-rompimento) em ambos os lados, podendo inclusive acrescentar ou diminuir as unidades conforme desejar aumentar a resistência. Para exercícios de passadas resistidas e treino de adutor/abdutor.



Outros Acessórios Elásticos

Extensor Elástico

O extensor é um acessório para ginástica local aeróbica e aquática que utiliza as propriedades de resistência à tração e contração dos elásticos de látex. É um instrumento prático e versátil para exercitar os membros superiores, ou ainda combinar com os membros inferiores no mesmo exercício.

O extensor é fornecido com três acessórios de adaptação a pontos fixos como colunas ou barras, espaldares ou portas.

Elementos:

Fita adaptadora regulável: Serve de apoio em diversos pontos de fixação, como espaldar, postes, colunas, step de ginástica, mini-trampolim ou mesmo ser presa aos pés durante os exercícios.

Empunhadura: feita em plásticos flexíveis, anatômica, confortável e resistente.

Adaptador de elásticos: Sistema de velcro que une de forma prática e confiável os elásticos. Capacidade de até 2 elásticos por adaptador.

Elásticos (látex natural): 50cm em descanso, alongando até 1,85m a 5,5kg, contém um cabo interno de proteção super-resistente, que limita o alongamento do elástico e previne acidentes.



Dica: Para um treino de maiores percursos, adquira os elásticos alternativos nos seguintes comprimentos: 100cm ou 150cm em descanso

Barra em 'V'

Este produto é uma variação do extensor convencional contendo uma barra em V de ótima empunhadura, confeccionada em plástico super-resistente, com um revestimento semi-flexível para dar conforto na pegada.

Os elásticos de 50cm em descanso com cabo de segurança interno (anti-rompimento) cada um calibrado para 5,5kg de carga, são conectados em um clip de adaptação contido na barra, que subdivide-se em dois pontos de engate, cada um capaz de sustentar até dois elásticos. Assim, esta barra comporta de um até quatro elásticos.

Acompanha tres adaptadores para conectar ao ponto fixo em que o usuário deseja prender os elásticos. Um para espaldar ou poste, e outro para ser instalado atrás de portas, quando praticado em ambiente fechado.



Outros Acessórios Elásticos

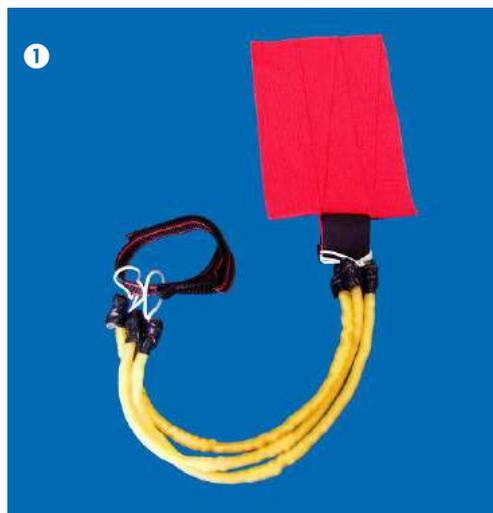
Extensor de Queda (simulador de gola)

Este produto é uma variação do extensor de ginástica.

Nele, foi substituída a manopla por uma peça confeccionada de fitas de nylon, onde o usuário pode simular a pegada de gola e praticar movimentos repetitivos com mais eficiência e similaridade dos gestos de movimento de luta, explorando a resistência dos elásticos.

O conjunto contém duas peças, cada uma com 4 elásticos de 50cm calibrado para 5,5kg (com cabo limitador de extensão para evitar acidentes).

Acompanha um adaptador para postes ou pontos fixos, e uma fita retangular simuladora de gola.



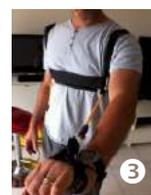
Elástico Flexão dos Joelhos

Este elástico liga a cintura aos tornozelos do atleta pela parte posterior. Sua função é de estimular através do movimento resistido o posicionamento flexionado dos joelhos do atleta. É muito útil em atividades como tênis, futebol, vôlei, ou qualquer outra atividade que o atleta precise ter como uma das posturas naturais, a do joelho flexionado ou semi-flexionado.



Tração Peito/Pulso

O conceito do cinto de tração aplicado aos membros superiores. Equipamento ideal para sobrecarregar flexões dos braços, treinos de golpes de artes marciais e arremessos.



Outros Acessórios Elásticos

Barra Elástica

Este produto é uma variação do extensor de ginástica. Nele, foi substituída a manopla por uma barra (bastão calistênico) de 1m, onde em suas extremidades são fixados os elásticos através de cliques de fitas sintéticas com fechamento de velcro.

Contém uma barra, dois elásticos de 50cm cada um calibrado para 5,5kg e com cabo limitador de extensão para evitar acidentes e uma fita adaptadora com regulagem para postes ou pontos fixos que também pode ser fixada debaixo dos pés do usuário (pisadas)



Elástico Corretor de Movimento para Raquete de Tênis

Este elástico serve para corrigir o ângulo dos cotovelos do tenista, bem como estimular o giro do tronco durante os golpes, tanto do forehand como o backhand.

O elástico é ligado por uma presilha no braço e outra posicionada na raquete. A angulação é ajustada por uma fita reguladora para mais ou para menos, se ajustando ao comprimento do braço do atleta. No forehand, o elástico é adaptado na borda da raquete, e no backhand, abaixo do centro do encordoamento.



Elásticos de Reposição

Todos os equipamentos de Treinamento Tracionado Actual® permitem a reposição dos elásticos por peças idênticas às que originalmente são fornecidas, que podem ainda ser maiores ou mais resistentes para ajustar-se ao plano de treinamento de acordo com a necessidade do atleta

Principais Medidas/Resistencia dos Elásticos

<p>Anel Elástico: Leve: Ø 63cm , 3,5kg Normal: Ø 63cm , 5,5kg Reforçado: Ø 63cm , 7,5kg</p>	
<p>Extensor, Barra em V: Leve: 50cm , 3,5kg Normal: 50cm , 5,5kg Reforçado: 50cm , 7,5kg</p>	<p>Extensor, Barra em V: Leve: 60cm , 3,5kg Normal: 60cm , 5,5kg Reforçado: 60cm , 7,5kg</p> 
<p>Cintos de Tração Normal: 60cm , 5,5kg Reforçado: 60cm , 7,5kg</p>	<p>Cintos de Tração Normal: 100cm , 5,5kg Reforçado: 100cm , 7,5kg</p> 
<p>Tração Lateral Normal: 150cm , 5,5kg Reforçado: 150cm , 7,5kg</p>	<p>Tração Lateral Normal: 200cm , 5,5kg Reforçado: 200cm , 7,5kg</p> 
<p>Longos percursos Normal: 300cm , 5,5kg Reforçado: 300cm , 7,5kg</p> <p>Encomendas nos comprimentos de 500cm e 700cm.</p>	

*Conheça os demais equipamentos esportivos fabricados pela Actual®
Visite www.actuaisports.net*



Acessórios de pesos



Acessórios de atividades aquáticas



Plataformas de fundo de piscina



Acessórios para treinamento funcional



Step



Acessórios: Sup/ Surf/ Windsurf



**CEPP COM. E ELABORAÇÃO DE PROTÓTIPOS E PRODUTOS
ESPORTIVOS LTDA EPP**

Rua Tumiaru, 30
Vila Mariana, São Paulo SP
Brasil 04008-050
www.actuaisports.net

Tel: 55 11 30570120
Netfone 55 11 35544664
Email: commercial@actual.esp.br