



CIRCUITO  
CrossFit



## Circuito deportivo CROSSFIT

Ref: GLCC-01

Acero galvanizado lacado y tableros de polietileno 15 mm



### EJERCICIOS:

1. CUERDA 35 MM
2. CUERDA-35MM
3. BANCO ABDOMINALES REGULABLE EN ALTURA
4. BARRA ACROBATICA/ DOMINADAS / AGARRE GOMAS
5. BARRA POWER CLEAN
6. FLEXIONES/ AGARRE GOMAS
7. ESCALERA HORIZONTAL ASAS DE GORILA
8. PARED BALON
9. STEP
10. BANDERA HUMANA
11. BARRAS CUERNOS FONDOS REGULABLE EN ALTURA
12. ESPALDERA
13. ANILLAS/RUSSELL BERGER
14. REMO INCLINADO
15. FONDOS/BARRAS PARALELAS
16. BANCO DE DORSALES REGULABLE EN ALTURA.

