

Mancuernas de Vinilo, 5 Kg - Lila

Mancuernas de Vinilo O'Live, 5 Kg | Mancuernas para Aeróbic, Fitness y Tonificación Muscular

Mancuernas de Vinilo O'Live para aeróbic, fitness y tonificación muscular. Recubrimiento protector, fáciles de limpiar y disponibles de 1 a 5 kg. Venta por pares.

Product description:

Las **Mancuernas de Vinilo O'Live** son un accesorio de entrenamiento diseñado para realizar ejercicios de **aeróbic, fitness, tonificación muscular y fuerza resistencia**. Su formato compacto, su recubrimiento de vinilo y la variedad de pesos disponibles las convierten en una opción práctica para incorporar resistencia adicional a diferentes rutinas de ejercicio, tanto en casa como en el gimnasio.

Estas mancuernas son especialmente utilizadas en **clases colectivas de aeróbic y tonificación**, donde permiten aumentar la intensidad de determinados movimientos mediante la incorporación de cargas ligeras o moderadas. También son adecuadas para entrenamientos individuales orientados al fortalecimiento muscular y la mejora de la resistencia física.

Una de sus principales características es su **recubrimiento exterior de vinilo**, que proporciona una capa protectora alrededor de la mancuerna. Este revestimiento ayuda a reducir el contacto directo del material interior

con el suelo, contribuyendo a proteger tanto la superficie de entrenamiento como la propia mancuerna frente a posibles daños durante su utilización habitual.

Además, el acabado de vinilo facilita la **limpieza y el mantenimiento**, una ventaja especialmente práctica para quienes utilizan las mancuernas con frecuencia o las incorporan a entrenamientos en los que se alternan diferentes ejercicios.

Las Mancuernas de Vinilo O'Live están disponibles en **cinco pesos: 1, 2, 3, 4 y 5 kg**, permitiendo seleccionar la carga más adecuada según el ejercicio, el nivel de experiencia y los objetivos de entrenamiento.

Esta variedad permite adaptar la intensidad de las rutinas. Los pesos más ligeros pueden utilizarse en movimientos que requieren un mayor número de repeticiones, mientras que las cargas superiores permiten aumentar la resistencia en ejercicios específicos.

Además, **cada peso está identificado mediante un color diferente**, facilitando reconocer visualmente las distintas variantes durante el entrenamiento. Para una identificación todavía más sencilla, **el peso aparece indicado directamente en cada mancuerna**.

Gracias a su versatilidad, pueden utilizarse para realizar ejercicios de **brazos, hombros, pecho y espalda**, además de complementar determinados movimientos de tren inferior y rutinas de acondicionamiento físico.

Son especialmente interesantes para trabajar la **fuerza resistencia**, mediante ejercicios que combinan cargas ligeras o moderadas con movimientos repetidos y controlados.

Su formato compacto facilita guardarlas y

utilizarlas en espacios reducidos, convirtiéndolas en una opción práctica para quienes quieren realizar **entrenamientos de tonificación en casa**.

Las **Mancuernas de Vinilo O'Live se venden por pares**, por lo que cada compra incluye dos mancuernas del mismo peso. Esto permite realizar ejercicios simultáneos con ambos brazos o trabajar cada lado del cuerpo de manera independiente.

Una alternativa especialmente interesante para quienes buscan **mancuernas de vinilo prácticas, fáciles de limpiar y disponibles en diferentes cargas**, adecuadas para complementar sesiones de aeróbic, fitness y resistencia muscular.

Beneficios del producto

- Ideales para **aeróbic, fitness y tonificación muscular**.
- Adecuadas para trabajar la fuerza resistencia.
- Permiten incorporar resistencia adicional a diferentes ejercicios.
- **Recubrimiento exterior de vinilo** que ayuda a proteger el suelo y la mancuerna.
- Superficie fácil de limpiar y mantener.

- Disponibles en **cinco pesos: 1, 2, 3, 4 y 5 kg**.
- Cada peso se identifica mediante un color diferente.
- Peso indicado directamente en cada mancuerna.
- Facilitan los cambios de carga durante los entrenamientos.
- Adecuadas para ejercicios de brazos, hombros y tren superior.
- Pueden incorporarse a ejercicios de piernas y acondicionamiento físico.
- Ideales para clases colectivas de aeróbic y tonificación.
- Adecuadas para rutinas con repeticiones controladas.
- Compactas y fáciles de almacenar.
-

Prácticas para entrenar en casa o en el gimnasio.

- **Se venden por pares**, incluyendo dos mancuernas del mismo peso.

Materiales y calidad

Las **Mancuernas de Vinilo O'Live** incorporan un **recubrimiento exterior de vinilo**, diseñado para proporcionar una capa protectora alrededor de la mancuerna y facilitar su utilización en diferentes entornos de entrenamiento.

Recubrimiento protector de vinilo

El revestimiento ayuda a reducir el contacto directo del material interior con el pavimento, contribuyendo a **proteger tanto el suelo como la propia mancuerna frente a posibles daños**.

Esta característica resulta especialmente práctica durante los entrenamientos habituales, aunque no significa que las mancuernas puedan dejarse caer libremente sin riesgo de deterioro.

Superficie fácil de limpiar

Una de las principales ventajas del vinilo es que permite realizar una **limpieza sencilla después del entrenamiento**.

Esto resulta especialmente útil cuando las mancuernas se utilizan con frecuencia o se comparten durante diferentes sesiones de ejercicio.

Identificación mediante colores

Cada peso dispone de un **color diferente**, facilitando reconocer visualmente las cargas disponibles.

Además, el peso está indicado directamente en cada mancuerna, permitiendo identificarlo sin depender únicamente del color.

Diseño compacto

Las dimensiones varían según el peso seleccionado, manteniendo un formato adecuado para ejercicios de aeróbic, tonificación y resistencia muscular.

Nota: El fabricante especifica el recubrimiento exterior de vinilo, pero no indica la composición exacta del núcleo interior.

Especificaciones técnicas

- **Marca:** O'Live.
- **Producto:** Mancuernas de Vinilo.
- **Tipo:** Mancuernas para aeróbic, fitness y tonificación.
- **Unidad de venta:** Par.
- **Contenido:** 2 mancuernas del mismo peso.
-

Recubrimiento exterior: Vinilo.

- **Característica principal:** Recubrimiento protector y fácil de limpiar.
- **Identificación:** Color diferente según el peso.
- **Marcado:** Peso indicado en cada mancuerna.
- **Pesos disponibles:** 1, 2, 3, 4 y 5 kg.
- **Número de variantes:** 5.
- **Peso mínimo por mancuerna:** 1 kg.
- **Peso máximo por mancuerna:** 5 kg.
- **Uso recomendado:** Aeróbic, fitness, tonificación muscular, fuerza resistencia, acondicionamiento físico, clases colectivas y entrenamiento en casa.

Pesos y dimensiones disponibles Peso por mancuerna Dimensiones Peso total del par **1 kg** 16,4 × 5,4 × 4,9 cm 2 kg **2 kg** 19,8 × 6,9 × 6,2 cm 4 kg **3 kg** 21,7 × 7,6 × 7,1 cm 6 kg **4 kg**

22,9 × 8,5 × 7,7 cm 8 kg **5 kg** 24,2 × 9,4 × 8,4 cm 10 kg

Importante: Los pesos indicados corresponden a cada mancuerna individual. Las **Mancuernas de Vinilo O'Live se venden por pares**, por lo que recibirás dos unidades del peso seleccionado.

¿Para quién es este producto?

Las Mancuernas de Vinilo O'Live son ideales para:

- Personas que practican **aeróbic, fitness y tonificación muscular**.
- Usuarios que buscan trabajar la fuerza resistencia.
- Quienes participan en clases colectivas de aeróbic y tonificación.
- Personas que realizan entrenamientos con cargas ligeras o moderadas.
- Usuarios que prefieren mancuernas con recubrimiento protector.
- Quienes buscan accesorios fáciles de limpiar y mantener.
-

Personas que necesitan diferentes pesos para adaptar la intensidad.

- Usuarios que realizan ejercicios de brazos, hombros y tren superior.
- Quienes quieren incorporar resistencia adicional a sus rutinas.
- Personas que buscan mancuernas compactas para entrenar en casa.
- Usuarios que prefieren identificar rápidamente los pesos mediante colores.
- Quienes necesitan **dos mancuernas del mismo peso** para realizar ejercicios simultáneos.

Preguntas Frecuentes (FAQs)¿Las Mancuernas de Vinilo O'Live se venden por unidad o por pares?

Las **Mancuernas de Vinilo O'Live se venden por pares**. Cada compra incluye dos mancuernas del mismo peso.

¿Qué pesos están disponibles?

Están disponibles en **1, 2, 3, 4 y 5 kg por mancuerna**.

¿Cuánto pesa el par completo?

El peso total depende de la variante seleccionada:

- **Par de 1 kg:** 2 kg en total.
- **Par de 2 kg:** 4 kg en total.
- **Par de 3 kg:** 6 kg en total.
- **Par de 4 kg:** 8 kg en total.
- **Par de 5 kg:** 10 kg en total.

¿Para qué sirven las mancuernas de vinilo?

Permiten incorporar resistencia adicional a ejercicios de **aeróbic, fitness, tonificación muscular y acondicionamiento físico**.

También pueden utilizarse para trabajar la resistencia muscular mediante movimientos repetidos y controlados.

¿Son adecuadas para clases de aeróbic y tonificación?

Sí. Son utilizadas habitualmente en clases colectivas para añadir carga a diferentes movimientos y trabajar la musculatura.

¿De qué material están recubiertas?

Incorporan un **recubrimiento exterior de vinilo**, diseñado para proteger la mancuerna y

reducir posibles daños en el suelo.

¿El recubrimiento protege el suelo?

El vinilo proporciona una capa protectora que ayuda a reducir el contacto directo del material interior con el pavimento.

Sin embargo, no garantiza protección absoluta frente a impactos o caídas.

¿Son fáciles de limpiar?

Sí. El recubrimiento de vinilo facilita su limpieza. Para el mantenimiento habitual, puedes utilizar un paño ligeramente humedecido y secarlas antes de guardarlas.

¿Cada peso tiene un color diferente?

Sí. Cada variante dispone de un **color diferente** y el peso aparece indicado directamente en la mancuerna para facilitar su identificación.

¿Qué peso debería elegir?

Dependerá de tu experiencia, el ejercicio y la intensidad deseada.

Los pesos de **1 y 2 kg** permiten incorporar una resistencia ligera, mientras que las variantes de **3, 4 y 5 kg** ofrecen cargas superiores.

Es recomendable elegir un peso que permita mantener una técnica correcta durante todas las repeticiones.

¿Son adecuadas para principiantes?

Sí. La disponibilidad de pesos desde 1 kg permite comenzar con cargas ligeras y adaptar progresivamente la intensidad del entrenamiento.

¿Puedo utilizarlas para entrenar en casa?

Sí. Su formato compacto y sus diferentes pesos las convierten en una opción práctica para complementar un **home gym**.

¿Se pueden utilizar para ejercicios de piernas?

Sí. Pueden incorporarse a determinados ejercicios de tren inferior, siempre que la carga sea adecuada para el movimiento.

¿Qué diferencia hay entre estas mancuernas y otras sin recubrimiento?

Su principal característica es el **recubrimiento exterior de vinilo**, que proporciona una capa protectora y facilita la limpieza después del entrenamiento.

¿Cómo debo conservarlas?

Es recomendable guardarlas en un lugar seco, evitar el contacto con objetos cortantes y no dejarlas caer desde alturas que puedan deteriorar el recubrimiento.

Para su mantenimiento habitual, puedes limpiarlas con un paño ligeramente humedecido y secarlas antes de guardarlas.

¿Por qué elegir este producto?

Las **Mancuernas de Vinilo O'Live** son una opción práctica para complementar entrenamientos de **aeróbic, fitness, tonificación muscular y fuerza resistencia**.

Su **recubrimiento exterior de vinilo** proporciona una capa protectora que ayuda a reducir posibles daños en el suelo y en la propia mancuerna, además de facilitar su limpieza.

La disponibilidad de **cinco pesos, desde 1**

hasta 5 kg, permite seleccionar la carga más adecuada según el ejercicio y adaptar progresivamente la intensidad del entrenamiento.

Además, **cada peso dispone de un color diferente y está marcado directamente en la mancuerna**, facilitando su identificación durante las rutinas.

Su formato compacto permite utilizarlas y almacenarlas fácilmente, tanto en casa como en el gimnasio.

Otro de sus puntos fuertes es que **se venden por pares**, incluyendo dos mancuernas del mismo peso para realizar ejercicios simultáneos con ambos brazos.

Una alternativa versátil para quienes buscan **mancuernas de vinilo prácticas, fáciles de limpiar y disponibles en diferentes cargas**, ideales para entrenamientos de fitness, aeróbic y tonificación muscular.

Peso: 5 kg

Reference: ST22205.00
EAN13: 8436554048564
UPC: -