


# Superbanda 1 M O'Live, Ligera - Negro

**Superbandas 1 M O'Live, Ligera | Bandas Elásticas de Resistencia para Dominadas, Fuerza y Entrenamiento Funcional**

Superbandas O'Live de látex 100 % natural para dominadas asistidas, fuerza y entrenamiento funcional. Disponibles en 6 resistencias de 2 a 68 kg. Venta por unidad.

**Product description:**

Las **Superbandas O'Live** son bandas elásticas de resistencia diseñadas para complementar tus entrenamientos de **fuerza, musculación, calistenia, movilidad y entrenamiento funcional**. Su diseño versátil permite utilizarlas tanto para añadir resistencia a determinados ejercicios como para proporcionar asistencia en movimientos realizados con el propio peso corporal.

Gracias a su capacidad para generar tensión elástica, las superbandas permiten ampliar las posibilidades de entrenamiento sin necesidad de incorporar grandes máquinas o equipamiento adicional. Son especialmente prácticas para quienes buscan **mejorar su fuerza, trabajar la movilidad o progresar en ejercicios de peso corporal**, tanto en casa como en el gimnasio.

Una de sus aplicaciones más interesantes es su utilización como **banda de asistencia para dominadas y fondos**. Al colocar correctamente la superbanda en una estructura adecuada, la tensión elástica puede ayudar a compensar parte del peso corporal, facilitando la ejecución

de movimientos que requieren una fuerza considerable.

Esta característica resulta especialmente útil si estás empezando a practicar calistenia o quieres trabajar la técnica de determinados ejercicios antes de realizarlos sin asistencia. También permite adaptar la dificultad de las repeticiones y reducir progresivamente la ayuda a medida que desarrollas mayor fuerza.

Además de proporcionar asistencia, las **Superbandas O'Live permiten añadir resistencia a ejercicios de musculación y entrenamiento funcional**. Pueden incorporarse a determinados movimientos de empuje, tracción y fortalecimiento muscular, aumentando la exigencia a medida que la banda se estira.

También son un complemento interesante para realizar **ejercicios de movilidad y flexibilidad**, ya que permiten aplicar tensión de manera progresiva durante determinados movimientos y estiramientos controlados.

Las superbandas están fabricadas en **látex 100 % natural**, mediante un proceso de estratificación que consiste en formar la banda a partir de diferentes capas de material. Este sistema de fabricación está diseñado para mejorar su resistencia y favorecer una larga vida útil, incluso cuando se utilizan de manera frecuente.

Otra de sus principales ventajas es la disponibilidad de **seis niveles de resistencia**, desde Muy Ligera hasta Extra Fuerte. Esta variedad permite seleccionar la intensidad adecuada según el ejercicio, la experiencia y la cantidad de asistencia o resistencia que necesites.

Las resistencias disponibles abarcan diferentes rangos de tensión, desde los **2 kg de la**

**versión Muy Ligera hasta los 68 kg de la Extra Fuerte**, proporcionando opciones para ejercicios de baja resistencia y movimientos que requieren una tensión considerable.

Al tratarse de bandas elásticas, la resistencia no es constante: **aumenta a medida que la banda se estira**. Por ello, los rangos expresados en kilogramos indican diferentes niveles de tensión y no equivalen a un peso fijo durante todo el recorrido.

Su formato compacto facilita guardarlas y transportarlas, convirtiéndolas en un accesorio práctico para entrenar en un **home gym**, llevar al gimnasio o complementar sesiones de entrenamiento al aire libre.

Las **Superbandas O'Live se venden por unidad**, permitiéndote seleccionar el nivel de resistencia que mejor se adapte a tus necesidades.

Beneficios del producto

- Permiten añadir resistencia a diferentes ejercicios de fuerza.
- Ideales para **dominadas asistidas, fondos y entrenamiento con peso corporal**.
- Adecuadas para complementar rutinas de calistenia.
- Facilitan la progresión en ejercicios que requieren una fuerza elevada.
- Permiten modificar la dificultad de determinados movimientos.
- Útiles para ejercicios de musculación y entrenamiento funcional.
- Pueden incorporarse a rutinas de movilidad y flexibilidad.
- Fabricadas en **látex 100 % natural**.
- Proceso de fabricación mediante estratificación para favorecer una mayor durabilidad.
- Disponibles en **seis niveles de**

**resistencia**.

- Amplio rango de intensidades, desde 2 hasta 68 kg.
- Resistencia progresiva que aumenta con el estiramiento.
- Adecuadas para principiantes y usuarios experimentados.
- Permiten trabajar diferentes grupos musculares.
- Compactas y fáciles de transportar.
- No requieren máquinas de musculación para muchos de sus ejercicios.
- Adecuadas para entrenamientos en casa o en el gimnasio.
- Se venden por unidad.

Materiales y calidad

Las **Superbandas O'Live** están fabricadas en **látex 100 % natural**, un material elástico que permite generar resistencia al estirarse y recuperar su forma cuando se libera la tensión.

Esta propiedad resulta especialmente interesante para el entrenamiento de fuerza, ya que permite incorporar una resistencia progresiva durante diferentes movimientos.

Una de sus características técnicas más importantes es su **proceso de fabricación mediante estratificación**. Este procedimiento consiste en formar la banda mediante capas de látex, proporcionando una estructura diseñada para soportar las exigencias del entrenamiento con resistencia elástica.

El objetivo de esta fabricación es favorecer una **larga vida útil** y ofrecer una banda adecuada para ejercicios repetidos de estiramiento y contracción.

Las Superbandas O'Live están disponibles en **seis anchos diferentes**, asociados a sus respectivos niveles de resistencia. Esta variedad permite escoger bandas con distintas

intensidades según el ejercicio que quieras realizar.

Para conservarlas en buenas condiciones, es recomendable evitar el contacto con superficies cortantes o abrasivas, comprobar su estado antes de cada uso y almacenarlas alejadas de fuentes de calor y de la exposición solar prolongada.

**Importante:** Al estar fabricadas en látex natural, no son adecuadas para personas con alergia al látex.

Especificaciones técnicas

- **Marca:** O'Live
- **Producto:** Superbandas
- **Se venden por:** Unidad
- **Tipo:** Banda elástica de resistencia
- **Material:** Látex 100 % natural
- **Proceso de fabricación:** Estratificación mediante capas de látex
- **Niveles de resistencia:** 6
- **Anchos disponibles:** 6, asociados a los distintos niveles de resistencia
- **Resistencia mínima indicada:** 2 kg
- **Resistencia máxima indicada:** 68 kg
- **Comportamiento de la resistencia:** Progresiva según el estiramiento
- **Uso recomendado:**
    - Dominadas asistidas
    - Fondos asistidos
    - Calistenia
    - Entrenamiento de fuerza
    - Musculación
    - Entrenamiento funcional
    - Ejercicios con peso corporal
    - Movilidad
    - Flexibilidad
    - Ejercicios de resistencia
    - Home Gym

Niveles de resistencia disponibles Nivel de resistencia Rango de intensidad **Muy Ligera** 2

– 11 kg **Ligera** 2,27 – 15 kg **Media** 4,65 – 22,68 kg **Fuerte** 17 – 54,43 kg **Muy Fuerte** 17 – 54,43 kg **Extra Fuerte** 27,2 – 68 kg

**Nota importante:** Los rangos de resistencia Fuerte y Muy Fuerte aparecen con los mismos valores en la información facilitada por el fabricante. Se mantienen estos datos sin modificarlos, aunque sería recomendable confirmar si existe alguna diferencia entre ambas versiones.

Los valores expresados en kilogramos corresponden a rangos de tensión elástica, que pueden variar según el grado de estiramiento de la banda.

¿Para quién es este producto?

Las Superbandas O'Live son ideales si:

- Quieres empezar a realizar dominadas y necesitas asistencia.
- Practicas calistenia y buscas adaptar la dificultad de tus ejercicios.
- Realizas entrenamiento de fuerza y musculación.
- Quieres añadir resistencia a ejercicios con el propio peso corporal.
- Buscas una banda elástica para complementar tus entrenamientos funcionales.
- Necesitas diferentes niveles de resistencia para progresar.
- Quieres realizar ejercicios de movilidad y flexibilidad.
- Buscas un accesorio compacto para entrenar en casa.
- Prefieres trabajar con resistencia elástica en determinados ejercicios.
- Quieres complementar tus sesiones de fuerza con movimientos de activación muscular.
- Ya tienes experiencia entrenando y necesitas bandas de resistencia elevada.

- Buscas un accesorio fácil de transportar para entrenar en diferentes espacios.

Preguntas Frecuentes (FAQs)¿Se venden por unidad o en set?

Las **Superbandas O'Live se venden por unidad**. Puedes seleccionar el nivel de resistencia que necesites entre las seis opciones disponibles.

¿Cuántos niveles de resistencia existen?

Están disponibles en **seis niveles: Muy Ligera, Ligera, Media, Fuerte, Muy Fuerte y Extra Fuerte**.

¿De qué material están fabricadas?

Están fabricadas en **látex 100 % natural**, mediante un proceso de estratificación diseñado para favorecer su resistencia y durabilidad.

¿Qué significa que estén fabricadas mediante estratificación?

Significa que la banda se fabrica mediante un sistema de capas de látex.

Este procedimiento está pensado para proporcionar una estructura resistente y favorecer una larga vida útil durante el uso habitual.

¿Sirven para hacer dominadas asistidas?

Sí. Las Superbandas O'Live pueden utilizarse para realizar **dominadas asistidas**, proporcionando ayuda durante el movimiento.

La cantidad de asistencia dependerá de la resistencia seleccionada y del grado de estiramiento de la banda.

¿Se pueden utilizar para hacer fondos?

Sí. También pueden utilizarse como asistencia en determinados ejercicios de **fondos con peso corporal**, siempre que se coloquen correctamente sobre una estructura adecuada.

¿Qué resistencia debería elegir para dominadas?

Dependerá de tu peso corporal, tu nivel de fuerza y la cantidad de asistencia que necesites.

Las resistencias superiores pueden proporcionar una mayor ayuda durante determinados puntos del movimiento, mientras que las bandas de menor resistencia permiten realizar el ejercicio con menos asistencia.

¿Puedo utilizarlas para entrenamiento de fuerza?

Sí. Permiten añadir resistencia a diferentes ejercicios de **musculación, entrenamiento funcional y fortalecimiento muscular**.

¿La resistencia es constante durante el ejercicio?

No. La resistencia elástica **aumenta a medida que la banda se estira**.

Por ello, la tensión puede variar durante el recorrido de un mismo ejercicio.

¿Qué significa que una banda tenga una resistencia de 2 a 11 kg?

Significa que la banda puede generar diferentes niveles de tensión dentro de ese rango, dependiendo de cuánto se estire.

No equivale a levantar un peso fijo de 2 u 11 kg durante todo el movimiento.

¿Cuál es la Superbanda más resistente?

La versión **Extra Fuerte**, con un rango de resistencia indicado de **27,2 a 68 kg**.

¿Cuál es la Superbanda de menor resistencia?

La versión **Muy Ligera**, con un rango de resistencia de **2 a 11 kg**.

¿Qué diferencia hay entre la resistencia Fuerte y Muy Fuerte?

El fabricante indica seis niveles de resistencia diferentes, pero los datos proporcionados para las versiones **Fuerte y Muy Fuerte son idénticos: 17 a 54,43 kg**.

Por tanto, sería necesario confirmar sus valores para establecer la diferencia exacta entre ambas.

¿Puedo utilizarlas para mejorar la movilidad?

Sí. Pueden incorporarse a determinados ejercicios de **movilidad y flexibilidad**, permitiendo aplicar tensión elástica de forma controlada.

¿Son adecuadas para principiantes?

Sí. La disponibilidad de diferentes niveles de resistencia permite seleccionar bandas adaptadas a ejercicios de distinta dificultad.

¿Se pueden utilizar para calistenia?

Sí. Son especialmente prácticas para complementar entrenamientos de **calistenia**, tanto para proporcionar asistencia en determinados movimientos como para añadir resistencia a otros.

¿Contienen látex?

Sí. Están fabricadas en **látex 100 % natural**, por lo que no deben utilizarse si tienes alergia a este material.

¿Cómo puedo conservarlas en buen estado?

Es recomendable revisar la banda antes de utilizarla, evitar superficies cortantes o abrasivas y guardarla alejada del calor y de la exposición solar prolongada.

Si presenta cortes, grietas o signos importantes de deterioro, debe dejar de utilizarse.

¿Son adecuadas para entrenar en casa?

Sí. Su formato compacto y la variedad de ejercicios que permiten realizar las convierten en una opción práctica para complementar un **home gym**, especialmente si entrenas con peso corporal o resistencia elástica.

¿Por qué elegir este producto?

Las **Superbandas O'Live** son una alternativa especialmente versátil para complementar entrenamientos de fuerza, calistenia y acondicionamiento físico.

Su fabricación en **látex 100 % natural mediante un proceso de estratificación** proporciona una estructura diseñada para soportar ejercicios repetidos de resistencia elástica y favorecer una larga vida útil.

Una de sus principales ventajas es que permiten trabajar de dos maneras diferentes: **añadiendo resistencia a determinados movimientos o proporcionando asistencia en ejercicios con el propio peso corporal**, como dominadas y fondos.

Además, sus **seis niveles de resistencia** permiten seleccionar diferentes intensidades según el ejercicio y la experiencia de cada

persona, con rangos de tensión que llegan hasta los **68 kg** en la versión Extra Fuerte.

Gracias a su formato compacto, son fáciles de guardar y transportar, permitiendo complementar tus entrenamientos sin necesidad de utilizar equipamiento voluminoso.

Una opción práctica para quienes buscan **bandas elásticas resistentes, versátiles y con una amplia variedad de intensidades**, ideales para realizar ejercicios de **dominadas asistidas, musculación, entrenamiento funcional, calistenia, movilidad y fortalecimiento muscular**, tanto en casa como en el gimnasio.

Intensidad: Ligera

Reference: EL08302.00
EAN13: 8436554045082
UPC: -