

Core Trainer Portatil O'Live Fitness

Core Trainer Portátil – Movimiento 360º para Fuerza Funcional y Entrenamiento de Core

Core Trainer portátil con rotación 360º. Ideal para entrenamiento de core, fuerza y funcional. Requiere discos para su fijación. Color negro. Discos no incluidos.

Product description:

El **Core Trainer portátil** es una herramienta imprescindible para centros que deseen incorporar **movimientos funcionales rotacionales y multiaxiales** en sus entrenamientos. Su eje de rotación permite que la barra se mueva con total libertad en 360°, facilitando ejercicios que activan simultáneamente el **core, tren superior e inferior**, mejorando la coordinación intermuscular, la estabilidad y la potencia.

Este dispositivo es ideal para rutinas de fuerza funcional, trabajo metabólico, entrenamiento deportivo específico y rehabilitación avanzada. Permite desde movimientos básicos como landmine presses o rows, hasta rotaciones explosivas para deportes de contacto o rendimiento.

Diseñado para ejercicios unilaterales, rotacionales y multiplanares
Perfecto para entrenamientos funcionales, readaptación deportiva y trabajo de core

Composición y materiales destacados:

- **Color:** Negro
- **Material estructural:** Acero pintado de

alta resistencia

- **Sistema:** Eje con rotación libre 360º
- **Medidas:**
  - Largo: 48,5 cm
  - Ancho base: 10,5 cm
  - Altura base: 6,03 cm

Beneficios clave:

- Estabilidad sin necesidad de fijaciones a suelo o pared
- Movimiento fluido y sin bloqueos gracias a su eje multidireccional
- Compatible con cualquier barra olímpica estándar
- Construcción robusta y compacta para uso profesional

Requisitos de uso:

- Requiere el uso de **1 disco de 25 kg o 2 discos de menor peso** para una fijación segura durante el entrenamiento.
- **Discos no incluidos.**

Preguntas Frecuentes (FAQs):

¿Qué tipo de barra es compatible con el Core Trainer?
Está diseñado para barras olímpicas estándar de 50 mm de diámetro.

¿Puede fijarse sin usar discos?

No. Para su correcta estabilización, es imprescindible introducirlo en el orificio central de un disco pesado (mínimo 25 kg o combinación equivalente).

¿Es necesario anclarlo al suelo?
No. Su diseño portátil lo hace ideal para espacios sin anclajes, ya que se estabiliza con los discos de peso.

¿Ocupa mucho espacio al almacenarse?
No. Su tamaño compacto permite guardarlo fácilmente en racks o estanterías funcionales.

Ventajas para tu centro o instalación deportiva:

- Mejora la propuesta de valor de la sala funcional con un accesorio versátil y técnico
- Aporta variedad al entrenamiento de core, fuerza y movilidad
- Requiere poco espacio y es fácil de trasladar entre zonas
- Ideal para entrenamiento personal, readaptación y alto rendimiento

Reference: PL24700.01
EAN13: 8436603753593
UPC: -