

KEISER® ENGINEERING
HUMAN PERFORMANCE™



5 métodos de entrenamiento en una misma máquina. Velocidad - Potencia - Isométrico - Excéntrico con sobrecarga - Fuerza Resistencia

TIPO DE RESISTENCIA DEL SISTEMA NEUMÁTICO DE KEISER

El sistema neumático de Keiser permite trabajar a cualquier velocidad sin que la masa y la gravedad afecten a la resistencia tanto en la fase concéntrica como en la fase excéntrica del movimiento, (un sistema que proporciona una resistencia inalterable a cualquier velocidad de ejecución). En la acción concéntrica del movimiento la fase de frenado en el sistema neumático no existe. Aunque la carga sea muy ligera y la velocidad muy alta siempre hay en todo el recorrido del movimiento una fase propulsiva sin fase de frenado.

En los ejercicios con cargas isoinerciales, una parte considerable de la fase concéntrica se emplea en desacelerar la carga o resistencia que se trata de vencer.

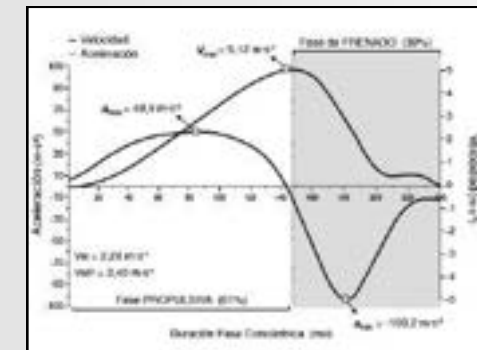


¿Cómo actúan las fuerzas en un sistema de resistencia neumático e isoinercial según la velocidad de ejecución con cargas ligeras y medias?

En la mayoría de los ejercicios de tipo isoinercial una parte considerable de la fase concéntrica se emplea en desacelerar la carga o resistencia a vencer.

Así cuando se desplazan cargas ligeras y medias existe una parte final del recorrido durante la cual la desaceleración es de mayor magnitud que la esperada. Por tanto la fase concéntrica puede dividirse en fase propulsiva y fase de frenado.

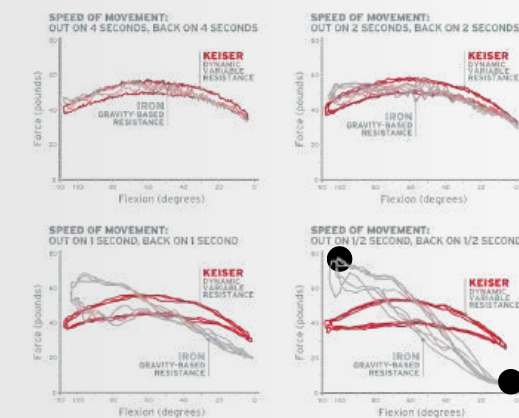
(Jidovtseff et al., 2007; Sanchez Medina et al.,2010).



En el siguiente gráfico, cuando se desplazó un palo de madera (200 gr) a máxima velocidad en el ejercicio de Press de Banca, la fase de frenado constituyó casi el 40% de toda la acción concéntrica. (La velocidad de ejecución para el control del entrenamiento de fuerza-Juan José González Bacillo)

¿Cómo evitar las lesiones?

Las máquinas neumáticas de KEISER nos permiten ejecutar los movimientos concéntricos y excéntricos a altas velocidades con cargas ligeras, medias y altas. Gracias a la curva de distribución de la fuerza que presentan, son ideales para "proteger" los músculos, articulaciones y tejidos conectivos.



- Sistema neumático
- Sistema de placas
- Fase potencialmente conflictiva con riesgo de lesión



La importancia de trabajar en vatios (W)

Los vatios son la unidad de medida de la Potencia (trabajo por unidad de tiempo). Por lo tanto, a una cantidad de trabajo efectuado en un intervalo largo de tiempo, le corresponde una potencia muy baja, mientras que si la misma cantidad se efectúa en un corto intervalo de tiempo, la potencia desarrollada es considerable. La potencia y su unidad de medida el Vatio es la forma más precisa y fiable de medir el rendimiento muscular



MÉTODOS DE ENTRENAMIENTO CON LOS EQUIPOS NEUMÁTICOS DE KEISER:



1. Velocidad

Todo el entrenamiento que hacemos lo realizamos con un solo objetivo y es desplazar siempre la misma carga en menor tiempo o a mayor velocidad.

$$V=FT/M$$

Gracias a que la masa se mantiene constante durante todo el recorrido de ejecución a cualquier velocidad sin que las inercias afecten a la masa, podemos realizar los movimientos a alta velocidad para la mejora de la RFD (Rate of Force Development y RFD max "Fuerza explosiva") sin riesgo de lesión.

4. Isométrico

Este método consiste en realizar una activación muscular voluntaria máxima contra una resistencia insalvable. Con Keiser la posibilidad de aumentar y disminuir la carga en segundos a través de dos botones es muy fácil y este método de trabajo se convierte en seguro y preciso.

5. Excéntrico con sobrecarga

La contracción excéntrica produce mayor tensión muscular y por tanto, una fuerza superior que las contracciones concéntrica e isométrica. A la capacidad contráctil del músculo se une la resistencia de los puentes cruzados a ser estirados. Los sistemas neumáticos de Keiser permiten aumentar o disminuir la carga en cualquier momento del movimiento permitiendo que este método pueda realizarse eficazmente.

2. Potencia

Directamente asociado al trabajo de velocidad otro de los conceptos importantes es la Potencia. La Potencia es el producto de la fuerza y la velocidad, otro de los conceptos por lo que un mismo valor de potencia puede alcanzarse con dos cargas diferentes. Por ello, lo relevante para mejorar el rendimiento físico es aumentar la potencia ante una misma carga.

$$P=FV$$

El display que incorporan todas las máquinas de Keiser, indica en cada repetición la potencia de entrenamiento así como el porcentaje de la potencia máxima alcanzada para que el trabajo permanezca dentro de los objetivos previstos.

3. Pliométrico

Las contracciones pliométricas son todas aquellas que se componen de una fase de estiramiento seguida de forma inmediata de una fase de acortamiento. Por tanto la mayoría de las acciones que realizamos en la vida cotidiana son de carácter pliométrico. En la práctica deportiva se asocian con este tipo de contracción de forma especial los saltos, los lanzamientos y los golpes. Ahora los multisaltos con desplazamiento, saltos en profundidad, etc. son fáciles y seguros de realizar gracias al tipo de resistencia neumática que evita tirones al acelerar y desacelerar la carga.

6. Fuerza-Resistencia

Fuerza-resistencia o Resistencia a la fuerza: capacidad de mantener una fuerza determinada durante el mayor tiempo posible. Para este trabajo hay que incidir más en la duración de la contracción, es decir, en el tiempo.

Según la clasificación de Tudor Bompa, podemos clasificar la fuerza resistencia en:

Fuerza Potencia – Resistencia
(Velocidad de ejecución Alta – Carga del 50% al 70%)

Fuerza Resistencia de Corta Duración
(Velocidad de ejecución Media a Alta – Carga del 50 al 60%)

Fuerza Resistencia de Mediana Duración
(Velocidad de ejecución Media – Carga del 40 al 50%)

Fuerza Resistencia de Larga Duración
(Velocidad de ejecución Media – Carga del 30 al 40%)

Con los equipos Keiser el trabajo de fuerza resistencia a cualquier velocidad es posible sin riesgo alguno. Además gracias al sistema rápido de regulación de la carga, los trabajos con series en pirámide ascendente y descendente serán fáciles, rápidos y efectivos.

POLEAS **KEISER** INFINITY SERIES



INFINITY SERIES



INFINITY SERIES FUNCTIONAL TRAINER



MD
Certificación Médica



La Infinity Functional Trainer incorpora dos brazos ajustables, que permiten trabajar en posiciones de entrenamiento situadas a mayor o menor altura. La capacidad de ejercer fuerza en diversas direcciones no garantiza la funcionalidad. Es la velocidad de ejecución la que verdaderamente determina su funcionalidad. La Functional Trainer ha sido diseñada para superar las aceleraciones y velocidades de ejecución, lo que permite entrenar cualquier movimiento con precisión, independientemente de la velocidad o dirección requerida. La carga producida por la resistencia neumática se caracteriza por no estar basada en la masa de un cuerpo si no en la fuerza creada por un cilindro neumático que transforma la energía potencial del aire comprimido en energía cinética.

Ventajas del entrenamiento con la Functional Trainer

- Máximo rango de movimiento en los 3 planos: Frontal, Sagital y Transverso
- Posibilidad de imitar cualquier patrón de movimiento (Fuerza)
- Gran potencial de ejercicios
- Posibilidad de modificar la carga en cualquier instante del ROM

INFINITY SERIES



INFINITY SERIES

FUNCTIONAL TRAINER

- Altura (con los brazos arriba): 2362 mm
- Anchura (con los brazos abiertos): 2387 mm
- Rango de resistencia unilateral: 0-22 Kg
- Rango de resistencia bilateral: 0-44 Kg
- Longitud del cable unilateral: 3658 mm
- Longitud del cable bilateral: 1829 mm
- Tipo de resistencia: neumática (no hidráulica)
- Alto x ancho x largo: 2261x2439x737 mm
- Producto con certificación médica



INFINITY SERIES

PERFORMANCE TRAINER

- La Performance Trainer es un sistema de polea que se fija en la pared. Dispone de múltiples ajustes en altura e incluye todos los beneficios de la serie Infinity.
- Alto x ancho x largo: 2210x610x305 mm
 - Peso: 54 kg
 - Rango de resistencia: 0 - 34 kg
 - Longitud del cable: 2362 mm
 - Producto con certificación médica



INFINITY SERIES

FUNCTIONAL TRIPLE TRAINER

- Tres Functional Trainer en una sola base
- Rango de resistencia unilateral: 0-22 Kg
 - Rango de resistencia bilateral: 0-44 Kg
 - Longitud del cable unilateral: 3658 mm
 - Longitud del cable bilateral: 1829 mm
 - Tipo de resistencia: neumática (no hidráulica)
 - Alto x ancho x largo: 2311x2642x1488 mm
 - Peso: 181 kg
 - Producto con certificación médica



INFINITY SERIES

SIX PACK

- Seis poleas Performance Trainer en una sola base
- Alto x ancho x largo: 2210x1651x 1448mm
 - Peso: 359 kg
 - Rango de resistencia: 0 - 34 kg
 - Longitud del cable: 2362 mm
 - Producto con certificación médica

INFINITY SERIES



INFINITY SERIES DISPLAY

El display ofrece la información de la resistencia en Kilogramos, el número de repeticiones y la Potencia pico. Incorpora también el Chip System, una tarjeta de entrenamiento electrónica fácil de usar que registra el trabajo y la configuración del último entrenamiento.

Posteriormente estos datos se pueden descargar fácilmente a un ordenador personal sin necesidad de cables o accesorios extra.

El display también ofrece la potencia por repetición en vatios, a la vez que registra la repetición de la máxima potencia durante la ejecución del ejercicio. Una de las opciones interesantes del display es la posibilidad de realizar un test de potencia con el objetivo de poder trabajar con la resistencia óptima en cada ejercicio y alcanzar así la potencia máxima en cada repetición.



INFINITY SERIES COMPRESOR

El compresor absorbe aire de la atmósfera y aumenta su presión reduciendo el volumen en el que se encuentra. El compresor detiene su acción cuando se alcanza la presión deseada.

Al pulsar la válvula permitimos que el aire comprimido entre en el cilindro neumático que transforma la energía potencial del aire comprimido en desplazamiento lineal. (Capacidad para 8 maquinas)



INFINITY SERIES

ACCESORIOS



INFINITY SERIES BANCO FUNCTIONAL TRAINER

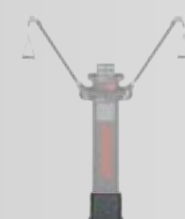
El banco para la Infinity Functional Trainer añade mayor versatilidad al entrenamiento gracias a todos los posibles nuevos planos de movimiento que ofrece. El banco es compatible con los dos modelos disponibles, (con patas y sin patas). Incluida la Triple Trainer.

Características principales:
Cinco ángulos de posición disponibles:
80, 60, 45, 30 y 0 grados.



INFINITY SERIES ACCESORIOS FUNCTIONAL TRAINER

Kit de accesorios específico para el trabajo con la Functional Trainer.



BASE EXTENSION



MANERAL DOBLE



MANERAL SIMPLE



CUERDA TRÍCEPS



BARRA



CINTURÓN



TOBILLERA



MUSLERA

KEISER® ENGINEERING
HUMAN PERFORMANCE™

KEISER A250-A300-A350-A400



SERIE KEISER® AIR OTRO NIVEL DE ENTRENAMIENTO CON KEISER

Con los equipos neumáticos de Keiser, los movimientos explosivos (RFD y RFD máx.) pueden replicarse a la misma velocidad que en competición.

Con tan solo un cilindro de 5 cm. de diámetro de uno de nuestros equipos, proporciona una carga máxima de hasta 227 Kg.

En el entrenamiento con resistencia neumática, "los músculos deben permanecer siempre activos durante todo el recorrido del movimiento y a cualquier velocidad de ejecución", dice Tristan Rice, Director de alto rendimiento en Athletes Performance en San Diego.



"KEISER es la primera opción en la rehabilitación de deportistas."



KEISER EN LA REHABILITACIÓN MÉDICA



Si bien cada fisioterapeuta tiene una gran diversidad de pacientes según su patología, los equipos de Keiser son el elemento indispensable para ayudar a todos ellos a recuperar su fuerza y velocidad de movimiento de forma más rápida y segura.

La tecnología neumática de Keiser ofrece grandes ventajas en la rehabilitación médica:

- Posibilidad de iniciar el movimiento sin carga. (Muy importante para evitar la sobrecarga durante el proceso de rehabilitación).
- Sin impacto en los tejidos conectivos, músculos y articulaciones. (Se evita la tensión adicional en los tejidos durante el proceso de recuperación después de una cirugía).
- Capacidad para desarrollar el trabajo de fuerza de manera más efectiva y controlada.
- Capacidad de trabajar la velocidad de movimiento sin limitaciones, producidas por la inercia de las placas o discos.
- Posibilidad de visualizar en cada repetición la Potencia y la Potencia máxima con el objetivo de mejorar el rendimiento.

ENVEJECIMIENTO ACTIVO



"Debemos continuar siendo activos a medida que envejecemos" indica Dennis Keiser fundador y presidente de la compañía Keiser.

Muchos estudios científicos muestran que entre los 30 y los 80 años de edad se pierde aproximadamente el 50% de la fuerza.

La versatilidad, efectividad y la facilidad de uso de los equipos Keiser son la clave para satisfacer a esta creciente comunidad.

Más del 80% de
equipos profesionales
en todo el mundo
entrenan con KEISER.



SERIE AIR350

AIR350 BIAXIAL CHEST PRESS

Alto x ancho x largo:
1981x1092x1473mm
Peso: 88 kg
Resistencia: 0-138 kg



AIR350 BIAXIAL UPPER BACK

Alto x ancho x largo:
1600x1296x1219mm
Peso: 109 kg
Resistencia: 0-159 kg



AIR350 SEATED BUTTERFLY

Alto x ancho x largo:
1829x1270x1600 mm
Peso: 102 kg
Resistencia: 0-59 kg

SERIE AIR300



AIR300 BELT SQUAT

Alto x ancho x largo:
1727x219x1524 mm Peso: 200
kg Resistencia: 0-363 kg



AIR300 SQUAT PRO

Alto x ancho x largo:
1778x813x1524 mm Peso: 318
kg Resistencia: 18-318 kg



AIR300 LEG EXTENSION PRO

Alto x ancho x largo:
1143x991x1016 mm Peso: 68 kg
Resistencia: 0-107 kg



AIR300 HIP ADDUCTOR

Alto x ancho x largo:
1245x1549x1651mm Peso:105kg
Resistencia: 0-237 kg



AIR300 HIP ABDUCTOR

Alto x ancho x largo:
1245x1194x1651 mm Peso: 84 kg
Resistencia: 0-178 kg



AIR300 LEG CURL PRO

Alto x ancho x largo:
661x610x1829 mm Peso: 51 kg
Resistencia: 3-111 kg



AIR300 RUNNER

Alto x ancho x largo:
1448x788x2286 mm Peso: 106 kg
Resistencia: 6-222 kg



AIR300 LEG PRESS

Alto x ancho x largo:
1219x965x1753 mm Peso: 142 kg
Resistencia: 0-545 kg



AIR300 SEATED CALF

Alto x ancho x largo:
1346x737x1194 mm Peso: 75 kg
Resistencia: 0-390 kg



AIR300 LEG PRESS HEAVY

Alto x ancho x largo:
1219x965x1753 mm Peso: 142 kg
Resistencia: 0-726 kg



AIR300 SQUAT PRO

Alto x ancho x largo:
1778x813x1524 mm Peso: 318
kg Resistencia: 18-318 kg



AIR300 DEAD LIFT

Alto x ancho x largo:
1829x813x1524 mm Peso: 310 kg
Resistencia: 0-409 kg



AIR300 UPPER BACK

Alto x ancho x largo:
1981x889x1042 mm Peso: 87 kg
Resistencia: 0-264 kg



AIR300 TRICEPS

Alto x ancho x largo:
1550x940x1473 mm
Peso: 64 kg. Resistencia: 0-283 kg



AIR300 MILITARY PRESS

Alto x ancho x largo:
1550x1143x1422 mm
Peso: 94 kg. Resistencia: 0-152 kg

“HOY NO ESTARÍAMOS AQUÍ SIN EL ACUERDO DE COLABORACIÓN CON KEISER”

MARK VERSETGEN
Presidente y fundador de EXOS

Con sede en Arizona, EXOS es uno de los centros de alto rendimiento más prestigiosos del mundo y donde entrenan los mejores deportistas de talla mundial.

La compañía confía plenamente con todo el equipamiento Keiser para sacar el máximo potencial de rendimiento a todos sus atletas. El fundador y presidente de la compañía EXOS describe a la compañía Keiser como “la ventaja competitiva”.



SERIE AIR250



AIR250 ABDOMINAL
Alto x ancho x largo:
1194x838x940 mm
Peso: 52 kg. Resistencia: 0-125 kg



AIR250 ARM CURL
Alto x ancho x largo:
965x635x1219 mm
Peso: 49 kg. Resistencia: 3-51 kg



AIR250 LOWER BACK
Alto x ancho x largo:
1245x813x1372 mm
Peso: 69 kg. Resistencia: 0-123 kg



AIR250 LAT PULLDOWN
Alto x ancho x largo:
1880x1118x1473 mm
Peso: 77 kg. Resistencia: 0-102 kg



AIR250 MILITARY PRESS
Alto x ancho x largo:
1550x1042x1473 mm
Peso: 72 kg. Resistencia: 6-92 kg



AIR250 CHEST PRESS
Alto x ancho x largo:
2007x965x1524 mm
Peso: 74 kg. Resistencia: 0-122 kg



AIR250 SEATED LEG CURL
Alto x ancho x largo:
1067x1143x1422 mm
Peso: 88 kg. Resistencia: 0-125 kg



AIR250 LEG EXTENSION
Alto x ancho x largo:
1067x1143x1422 mm
Peso: 86 kg. Resistencia: 0-104 kg



AIR250 STANDING HIP
Alto x ancho x largo:
1804x1092x991 mm
Peso: 96 kg. Resistencia: 0-107 kg



AIR250 TRICEPS
Alto x ancho x largo:
1550x940x1473 mm
Peso: 64 kg. Resistencia: 0-150 kg



AIR250 UPPER BACK
Alto x ancho x largo:
1550x940x1473 mm
Peso: 64 kg. Resistencia: 0-150 kg

SERIE RACKS

INTERIOR PULL UP BAR BAR WITH MULTI-GRIPS

CHIN UP

SUSPENSION TRAINER ATTACHMENT SET

CHIN UP HANDLES

PULLEY ASSIST STATION

DIP STATION

TECHNIQUE TRAYS

LANDMINE

OLIMPIC LIFTING & INSERT PLATFORM

BUMPER PLATE STORAGE RACK

KEISER LIGHTWEIGHT T BAR

SQUAT HANDLES

BANCO AJUSTABLE

EXTENSION CABLES

POWER RACK
 Alto x ancho x largo:
 2388x1804x2616 mm
 Peso: 424 kg
 Resistencia: 0-91 kg

HALF RACK
 Alto x ancho x largo:
 2337x1804x2362 mm
 Peso: 324 kg
 Resistencia: 0-91 kg

HALF RACK SHORT
 Alto x ancho x largo:
 2337x1804x1550 mm
 Peso: 297 kg
 Resistencia: 0-91 kg

RACK AND HALF
 Alto x ancho x largo:
 2731x2108x3683 mm
 Peso: 819 kg
 Resistencia: 0-91 kg

Los RACKS de Keiser incorporan dos cables con resistencia neumática que se pueden fijar a la barra olímpica, permitiendo un trabajo únicamente con resistencia neumática de baja inercia o en combinación con el peso libre. Los pedales de resistencia instalados en la base permiten modificar en cualquier instante la carga en posición decúbito o de pie.

Los dos displays en la zona frontal y superior del rack permiten una visualización rápida y detallada de los parámetros de entrenamiento en todo momento tanto para el usuario como para el entrenador.

Los Racks de Keiser son los equipos favoritos de la mayoría de los deportistas profesionales. Hay muchos accesorios compatibles que se puede acoplar a los racks y que ayudarán a incrementar aún más las posibilidades de entrenamiento con estas máquinas.

NUEVO DISPLAY KEISER A400



ENGINEERING HUMAN PERFORMANCE™

El Poder de la Medición Mejora los Resultados



POTENCIA
(Máxima y Media)



VELOCIDAD
(Máxima y Media)



**RANGO DE
MOVIMIENTO**

Disponibles para todos los equipos Keiser



Resistance
Machines



Functional Cable
Machines



Racks



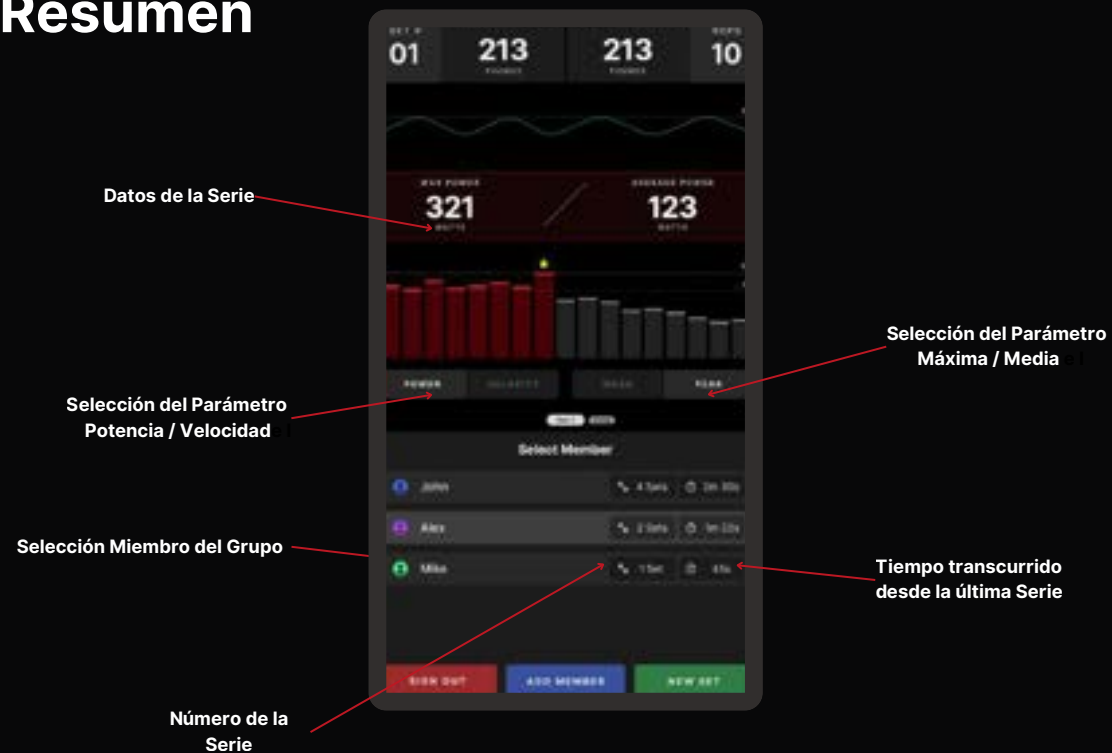
Datos en Tiempo Real



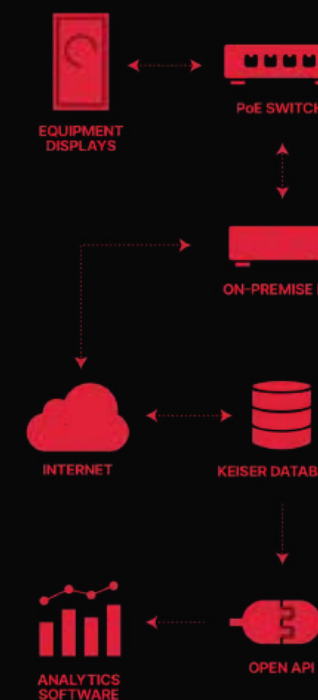
Comparativa Unilateral



Resumen



Análisis de Datos



Alimentación a través de Ethernet (PoE)

Proporciona potencia y conectividad de red a los dispositivos a través de un único cable de red. Se trata de una solución 2 en 1, por lo que no hay la restricción de que los dispositivos estén cerca de una toma de corriente.

Gestión Local de Datos

El centro de trabajo compacto hub (con teclado, ratón y monitor) te permite gestionar los datos de usuario y el software del sistema de forma local.

Redundancia de datos

Los datos se almacenan tanto localmente como en la base de datos de Keiser, lo que garantiza su protección contra posibles pérdidas accidentales.

Compatibilidad Analítica

La interfaz de programación de aplicaciones abierta (API) de Keiser permite a diferentes aplicaciones comunicarse entre sí y compartir información y funcionalidades con la mayoría de las plataformas de análisis del mercado.

NUEVA FUNCTIONAL TRAINER A400



La Infinity Functional Trainer incorpora dos brazos ajustables, que permiten trabajar en posiciones de entrenamiento situadas a mayor o menor altura.

La capacidad de ejercer fuerza en diversas direcciones no garantiza la funcionalidad. Es la velocidad de ejecución la que verdaderamente determina su funcionalidad. La Functional Trainer ha sido diseñada para superar las aceleraciones y velocidades de ejecución, lo que permite entrenar cualquier movimiento con precisión, independientemente de la velocidad o dirección requerida.

La carga producida por la resistencia neumática se caracteriza por no estar basada en la masa de un cuerpo si no en la fuerza creada por un cilindro neumático que transforma la energía potencial del aire comprimido en energía cinética.



FUNCTIONAL TRAINER



TRIPLE TRAINER

Características

- Altura (con los brazos arriba): 2362 mm
- Anchura (con los brazos abiertos): 2387 mm
- Rango de resistencia unilateral: 0-24 Kg
- Rango de resistencia bilateral: 0-48 Kg
- Micro incrementos de resistencia: 100 gr o 1Kg
- Longitud del cable unilateral: 3658 mm
- Longitud del cable bilateral: 1829 mm
- Tipo de resistencia: neumática (no hidráulica)
- Carga excéntrica y concéntrica
- Ancho de la base: 813 mm
- Profundidad de la base: 610 mm

“El mayor efecto del entrenamiento se alcanza si las cargas se desplazan a la mayor velocidad posible.”
(González Badillo et al., 2014; Pareja Blanco et al., 2014)

SERIE AIR400



AIR400 BELT SQUAT

Alto x ancho x largo:
1803x1219x1549 mm
Peso: 266 kg
Resistencia: 0-356 kg



AIR400 SQUAT PRO

Alto x ancho x largo:
1828x813x1524 mm
Peso: 318 kg
Resistencia: 18-300 kg



AIR400 LEG EXTENSION

Alto x ancho x largo:
1143x991x1016 mm
Peso: 73 kg
Resistencia: 0-142 kg



AIR400 HIP ADDUCTOR

Alto x ancho x largo:
965x1575x1702mm
Peso: 149kg
Resistencia: 0-236 kg



AIR400 HIP ABDUCTOR

Alto x ancho x largo:
965x1194x1702 mm
Peso: 92 kg
Resistencia: 0-184 kg



AIR400 LEG CURL

Alto x ancho x largo:
686x610x1905 mm
Peso: 55 kg
Resistencia: 5-123 kg



AIR400 RUNNER

Alto x ancho x largo:
1448x788x2159 mm
Peso: 106 kg
Resistencia: 6-233 kg



AIR400 LEG PRESS

Alto x ancho x largo:
1219x914x1753 mm
Peso: 152 kg
Resistencia: 0-419 kg



AIR400 DEAD LIFT

Alto x ancho x largo:
1829x813x1524 mm
Peso: 310 kg
Resistencia: 0-409 kg



**AIR400
LEG EXTENSION**

Alto x ancho x largo:
1143x1169x1169 mm
Peso: 53 kg. Resistencia: 0-142 kg



**AIR400
SEATED LEG CURL**

Alto x ancho x largo:
1168x1194x1473 mm
Peso: 110 kg.
Resistencia: 0-123 kg



**AIR400
STANDING HIP**

Alto x ancho x largo:
1804x1041x991 mm
Peso: 97 kg. Resistencia: 0-66 kg



**AIR400
TRICEPS**

Alto x ancho x largo:
1321x711x1550 mm
Peso: 77 kg. Resistencia: 0-283 kg



**AIR400
ARM CURL**

Alto x ancho x largo:
965x635x1194 mm
Peso: 52 kg. Resistencia: 3-103 kg



**AIR400
LOWER BACK**

Alto x ancho x largo:
1245x711x1372 mm
Peso: 71 kg. Resistencia: 0-155 kg



**AIR400
ABDOMINAL**

Alto x ancho x largo:
1194x838x940 mm
Peso: 56 kg. Resistencia: 0-111 kg



**AIR400
UPPER BACK**

Alto x ancho x largo:
1981x889x1042 mm
Peso: 87 kg. Resistencia: 0-264 kg



**AIR400
LAT PULLDOWN**

Alto x ancho x largo:
1995x914x1168 mm
Peso: 93 kg. Resistencia: 0-134 kg



**AIR400
MILITARY PRESS**

Alto x ancho x largo:
1550x1143x1422 mm
Peso: 94 kg. Resistencia: 0-152 kg



**AIR400
CHEST PRESS PRO**

Alto x ancho x largo:
1931x1143x1422 mm
Peso: 95 kg. Resistencia: 0-248 kg



**AIR400
BIAxIAL CHEST PRESS**

Alto x ancho x largo:
1981x1016x1594 mm
Peso: 93 kg. Resistencia: 0-142 kg



**AIR400
BIAxIAL UPPER
BACK**

Alto x ancho x largo:
1626x1296x1219mm
Peso: 111 kg
Resistencia: 0-161 kg



**AIR400
SEATED
BUTTERFLY**

Alto x ancho x largo:
1575x1219x1295mm
Peso: 95 kg
Resistencia: 0-159 kg



**AIR400
SEATED
CALF**

Alto x ancho x largo:
1346x737x1194mm
Peso: 84 kg
Resistencia: 0-369 kg



**AIR400
PERFORMANCE
TRAINER**

Alto x ancho x largo:
2210x610x305mm
Peso: 53 kg
Resistencia: 0-34 kg



**AIR400
HALF
RACK**

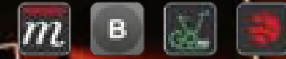
Alto x ancho x largo:
2337x1804x1550mm
Peso: 303 kg
Resistencia: 0-95 kg



**AIR400
POWER
RACK**

Alto x ancho x largo:
2388x1804x2616mm
Peso: 425 kg
Resistencia: 0-95 kg

KEISER CARDIO M-SERIES



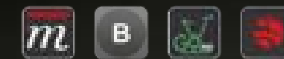
KEISER M3i Studio Plus

RESISTENCIA MAGNÉTICA

Es fácil "hablar" de la precisión de la resistencia magnética, pero Keiser lo certifica con el sello de garantía EN957-10. También fuimos los PRIMEROS en utilizar la resistencia magnética en las bicicletas de ciclismo indoor.



Comunicación Bluetooth y ANT+ para aplicaciones móviles.



Volante en la parte posterior de la bicicleta para protegerlo de la corrosión causada por el sudor.

Cuadro en V que se adapta a todos los usuarios entre 123 cm y 213 cm de altura y con un peso máximo de 168 Kg.

Sistema de transmisión silencioso y sin vibraciones.

Resistencia por flujo magnético.

Pedal diseñado específicamente para el ciclismo indoor.

RUEDAS delanteras que facilitan el transporte.

PROPORCIONA TODOS LOS DATOS QUE NECESITAS

Los datos de rendimiento que incluye el STUDIO DISPLAY

- RPM
- Duración
- Potencia (Watts)
- Kilocalorías
- Distancia
- 72 Niveles de resistencia (1-72)

INICIA Y DETIENE INTERVALOS CRONOMETRADOS PARA GESTIONAR EL TRABAJO Y LA RECUPERACIÓN

- Potencia Media
- FC Max% Media
- RPM Media
- Duración Total
- MET Media
- KCalorías Totales
- F.Cardíaca Media
- Distancia Total
- Resistencia Media



KEISER M3i STUDIO PLUS

NUEVO STUDIO DISPLAY

PARA CENTROS DE CICLISMO INDOOR, CLUBS DE FITNESS, HOME Y USO MÉDICO

KEISER presenta el nuevo STUDIO DISPLAY para la bicicleta Keiser M3i.



RIDE BY COLOR®

Introduzca su FTP y FCmax para poder entrenar por Zonas de Frecuencia Cardíaca y FTP (Potencia), codificadas por colores para que la experiencia a través de los niveles de intensidad sea fácil, atractiva e inmediata.



72 NIVELES DE RESISTENCIA

Más niveles de resistencia que facilitan y aumentan el ajuste para encontrar la intensidad adecuada.



CONNECTIVIDAD DIGITAL ANT+®, Bluetooth® CSCS, CPS y FTMS

El nuevo STUDIO DISPLAY, garantiza la compatibilidad con nuevas aplicaciones y dispositivos durante los próximos años.



SIN CABLES Y SIN BATERÍAS

El generador accionado por el pedal de la M3i carga un super condensador que proporciona energía infinita al display, sin necesidad de cambiar baterías en el futuro.

NUEVO STUDIO DISPLAY

4 MODOS PARA EL CONTROL DE LA INTENSIDAD



5, 6 O 7 ZONAS DE FTP

Introduzca su FTP para visualizar de las Zonas de Umbral de Potencia Funcional (FTP). Opción de configuración en cinco, seis o siete zonas de potencia.



FRECUENCIA CARDÍACA

Control de la intensidad a través de cinco zonas de entrenamiento de la Frecuencia Cardíaca codificada por colores. Opción de enlazar el display con cualquier dispositivo que transmita la Frecuencia Cardíaca, ya sea una banda o un reloj de pulsera inteligente



METS

Ahora los pacientes que requieren rehabilitación cardíaca (o cualquier tipo de usuario) puede usar el protocolo de capacidad funcional MET para realizar un seguimiento de la intensidad del ejercicio en la bicicleta Keiser M3i.



VELOCIDAD

El STUDIO DISPLAY también ofrece el modo velocidad en Km/h como nuevo protocolo de intensidad.

ENCUENTRA LA RESISTENCIA IDEAL

AUMENTO DE 24 A 72 NIVELES DE RESISTENCIA

Más niveles de resistencia para encontrar la intensidad adecuada. Más micro-niveles de resistencia hace que sea más fácil alcanzar la potencia objetivo (vatios) con cualquier cadencia. Ahora los usuarios de todos los niveles realizarán un mejor entrenamiento.



72GEARS

TODA LA CONECTIVIDAD INALÁMBRICA

Con opciones ilimitadas para mejorar la experiencia del ciclismo indoor, el nuevo STUDIO DISPLAY puede compartir datos con las últimas aplicaciones de ciclismo y mostrar datos de frecuencia cardíaca en vivo de forma continua durante todo el entrenamiento desde dispositivos portátiles de FC. Compatible con los principales sistemas de proyección de fitness grupal del mercado.



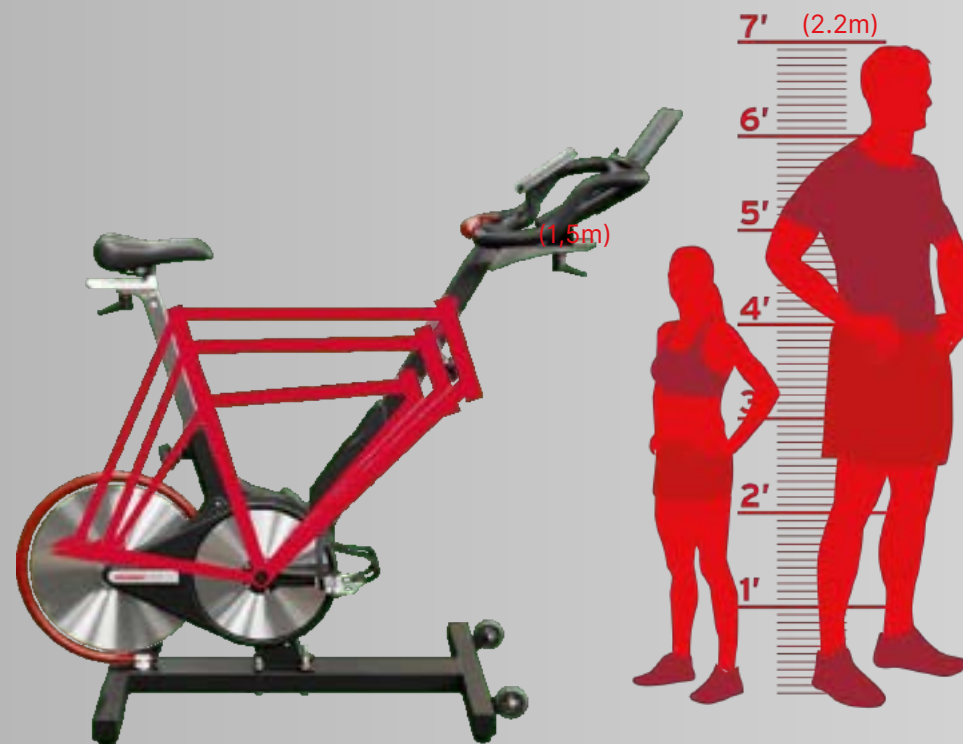
LOS CUADROS DE LAS BICICLETAS VARIAN SEGÚN LA TALLA DE CADA USUARIO

La bicicleta Keiser M3i se adapta a cualquier usuario según sea su peso y tamaño. Ofrece una sensación de pedaleo muy similar a la de una bicicleta de carretera. Además es la única bicicleta de ciclismo indoor fabricada íntegramente en los Estados Unidos para garantizar el máximo control de calidad en su fabricación.

Keiser diseñó el primer cuadro en forma de V en una bicicleta de ciclismo indoor. El cuadro en forma V permite que la M3i simule diferentes tamaños de cuadros al permitir que el asiento y el manillar se ajusten en altura a cualquier talla de usuario.

Keiser también fue el PRIMER fabricante en colocar el volante en la parte posterior de una bicicleta protegiéndolo del sudor y la corrosión.

THE M SERIES
M3i
INDOOR BIKE



THE M SERIES **M3i** INDOOR BIKE

**MÍNIMA FRICCIÓN
MÍNIMO DESGASTE
MÍNIMO MANTENIMIENTO**



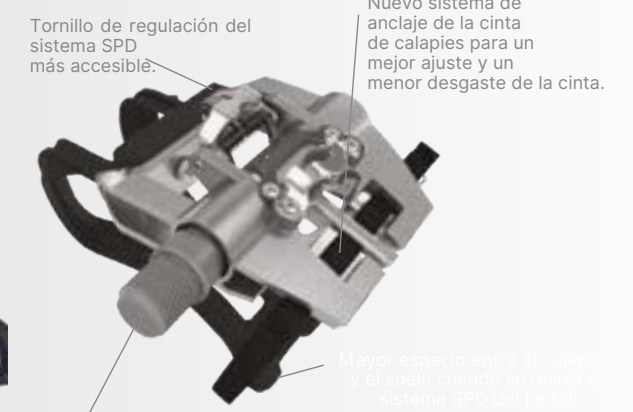
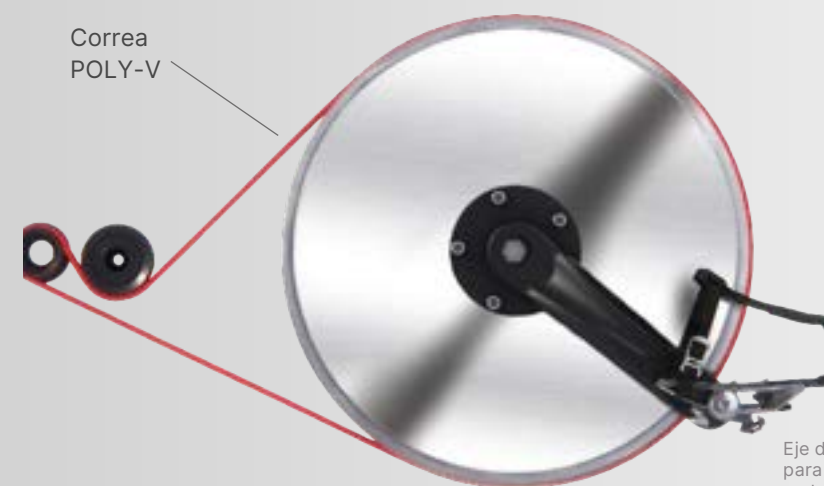
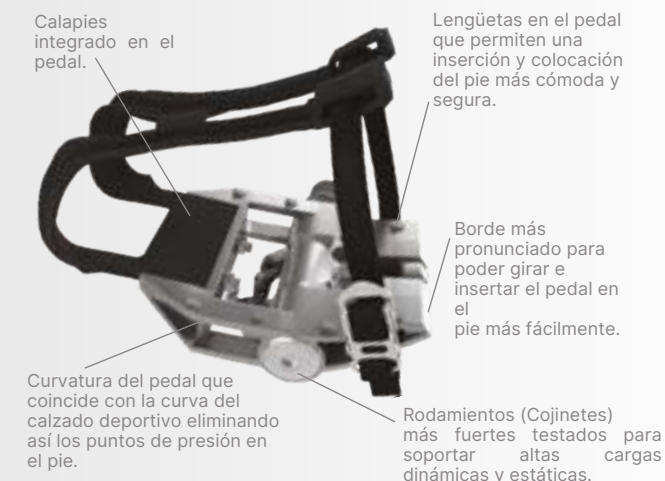
CORREA DE TRANSMISIÓN POLY-V

El sencillo sistema de transmisión de la bicicleta Keiser M3i es único. Una correa de transmisión Poli-V es la encargada de generar altas velocidades para mover un volante de aluminio y generar así la energía cinética necesaria y la resistencia magnética.

- Sin necesidad de un volante de inercia pesado
- Sin necesidad de un tren de transmisión más complejo.
- Sin el ruido y las vibraciones innecesarios de una correa dentada.

Los equipos mseries de Keiser proporcionan ajustes y comodidad para todos los usuarios, mayor durabilidad para los propietarios de los centros y un mantenimiento mucho más simple para los técnicos.

PEDAL ESPECIFICO PARA EL CICLISMO INDOOR



Eje del pedal más fuerte y flexible, diseñado para distribuir mejor las cargas de estrés en el metal. Forjado en acero al cromo, mecanizado y tratado térmicamente para una mayor resistencia.

Características Técnicas:

- Sistema de resistencia por flujo magnético.
- Tecnología inalámbrica Bluetooth.
- Medida de potencia y consistencia entre unidades mejorada (ISO 29957-1).
- Nuevo sillín adaptable a todos los usuarios que favorece la técnica de pedaleo.
- Sistema de "Doble Acción" para ajuste de la altura del manillar y sillín.
- Ruedas en la base para un fácil transporte.
- Protectores en la base para los estiramientos.

Especificaciones:

- Altura: 1.143 mm
- Ancho: 660 mm
- Longitud: 1.245 mm
- Peso: 38,56 kg



DATOS REALES DE LA POTENCIA

La M3i es la PRIMERA bicicleta de ciclismo indoor que recibe la certificación EN957-10 reconocida mundialmente por su precisión y seguridad



¿ESTÁS LISTO PARA UN NUEVO DESAFÍO?

La elíptica Keiser M5i es un equipo único en su categoría, ya que permite que los usuarios puedan entrenar a la vez el tren superior e inferior, trabajando así más grupos musculares y consiguiendo un mayor gasto calórico.



KEISER®

THE M SERIES

M5i STRIDER

ENTRENAMIENTO DE CUERPO COMPLETO

El resultado es un entrenamiento cardiovascular más efectivo y de bajo impacto, que consigue asimismo desafiar la capacidad de todos los usuarios desde los principiantes hasta los más avanzados.

Características generales:

- “Doble acción”, que posibilita el trabajo del tren superior y el tren inferior al mismo tiempo
- Longitud de zancada diseñada para incrementar la actividad muscular
- Aumento notable del gasto calórico
- Control del ritmo y la resistencia del entrenamiento por parte del usuario
- Bandeja para portabotellas y accesorios
- Estilo ultramoderno
- Entrenamiento saludable y seguro. Sin impacto
- Inigualable protección contra la corrosión
- Ajuste fácil para cualquier usuario
- Postura corporal correcta y cómoda que permite imitar el movimiento natural del cuerpo
- Manillar especialmente diseñado para un agarre cómodo y tamaño del pedal adecuado
- Equipada con una consola que ofrece información inmediata y continua del entrenamiento
- Bajo mantenimiento
- Fácil acceso al cambio de resistencia
- Muy silenciosa, apenas hace ruido a cualquier nivel de intensidad
- Diseño ecológico



Dimensiones
Alto x ancho x largo: 1879 x 711 x 965 mm
Peso: 61,24 kg

ACCESORIOS M5i

1 Bandeja para smartphones y tablets

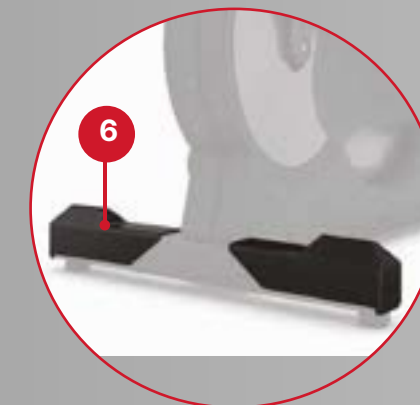
2 Pantalla Inteligente
Posibilidad de conectar con sus dispositivos móviles

3 Manillar Dual

4 Bandeja de almacenaje



5 Soporte para botella de fácil acceso.



6 Stretch Pads
Para el estiramiento de gemelos y sóleos



KEISER MSERIES



Keiser M3i Studio Plus



Keiser M3i Studio



Keiser M3i



Keiser M5i



Keiser TBT



Keiser M7i



Keiser M7i Recumbent

THE M SERIES

M3i TBT

Máximo potencial de entrenamiento

Diseñada con la misma tecnología y resistencia magnética de la bicicleta Keiser M3 y la elíptica M5. La Total Body Trainer M3 es perfecta para obtener un entrenamiento efectivo de cuerpo completo. Su diseño permite trabajar la parte superior o inferior del cuerpo independientemente. Especialmente diseñada para entrenamiento HIIT.



THE M SERIES

M7i

La máquina definitiva para la rehabilitación

El objetivo principal de crear la Keiser M7i Wheelchair, era la de proporcionar un equipo útil y compacto con el que las personas con movilidad reducida pudieran ejercitarse, pero el afán de Keiser por ir un paso más allá ha terminado convirtiendo a la M7i Wheelchair en una máquina de rehabilitación de cuerpo completo.



Keiser M7i Recumbent

KEISER® ENGINEERING
HUMAN PERFORMANCE™

Distribuido por:

Tecno*sport*

Tecnosport Condition SLU
C/ Plàstic, 1 Pol. Les Guixeres
08915 Badalona (Barcelona)

Tel. 932 749 780

Mail: joan.guirado@tecnosport.es

www.keiser.es