

**PRECOR®**

# ZONA DE GLÚTEOS GUÍA



**FS**

**Fitness Solutions**

📞 0989195072

🌐 [www.fitness-solutions.ec](http://www.fitness-solutions.ec)

✉ [proyectos@fitness-solutions.ec](mailto:proyectos@fitness-solutions.ec)





# DISEÑO MÁS INTELIGENTE. ENTRENAMIENTO MÁS DURO.

Crear una zona de glúteos de alto impacto no significa sacrificar espacio. Con una planificación inteligente, incluso las áreas compactas pueden ofrecer resultados excelentes. Ya sea una zona de glúteos completa o una configuración específica en una esquina, estas estrategias ayudan a que cada metro cuadrado rinda más.

## DISEÑOS FLEXIBLES

- **SE ADAPTAN A SU ESPACIO**

Configuraciones inteligentes que se adaptan al espacio que ocupa, sin importar el tamaño de las instalaciones.

- **DISEÑADO PARA RESISTIR LA MOLESTIA**

Materiales resistentes. Presencia imponente. Diseñado para prosperar en entornos de alto tráfico e intensidad.

- **DISEÑADO PARA OBTENER RESULTADOS**

Diseñado para aquellos que se toman en serio el entrenamiento de glúteos, con equipos que apoyan el movimiento enfocado, progresión inteligente y entrenamientos orientados a objetivos.

**FS**  
Fitness Solutions





CONCEPTO UNO

# ZONA DE ENFOQUE EN LOS GLÚTEOS

Una zona dedicada al entrenamiento de glúteos, diseñada para un movimiento enfocado, fuerza y conexión. Cada equipo está seleccionado para trabajar los glúteos y las piernas con un movimiento preciso que maximiza la activación muscular.

¿POR QUÉ FUNCIONA?

- **ENFOQUE COMPLETO EN LOS GLÚTEOS**

Cada máquina está diseñada para entrenamientos específicos de glúteos, caderas y piernas que generan resultados reales.

- **UN ESPACIO EMPODERADOR**

Más que funcional, esta zona está diseñada para destacar. Es audaz, moderna y es construido para atraer: impulsa la participación, aumenta el atractivo de los socios y los hace sentir fuertes y seguros.

- **PARTE INFERIOR DEL CUERPO BIEN REDONDEADA**

Desde hip thrust hasta zancadas, cada ejercicio apunta a diferentes ángulos de los glúteos, los isquiotibiales y los cuádriceps.

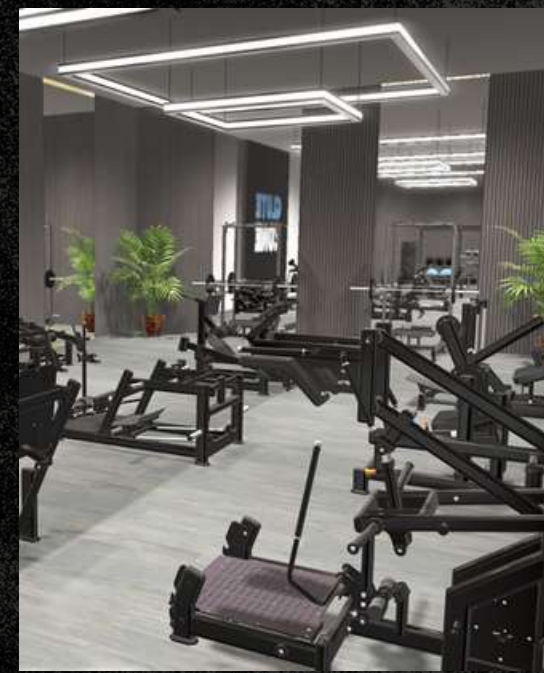


**FS**  
Fitness Solutions



Comenzamos con solo un par de piezas enfocadas en los glúteos mezcladas en la planta principal, lo cual fue un buen comienzo. Pero las cosas realmente despegaron cuando ampliamos con piezas de Glutebuilder y Precor y creamos una zona dedicada a los glúteos. Ha sido un gran éxito entre los miembros. El ambiente es diferente, la energía es fuerte y la privacidad adicional lo ha hecho aún más atractivo.

JARED WILLIAMS  
CEO, DYNAMIC FITNESS



» ABRE PASO PARA GANANCIAS.  
CONTÁCTENOS HOY.



# CONCEPTO UNO

## ZONA DE ENFOQUE DE GLÚTEOS

### LISTA DE PRODUCTOS



MEJOR VENDIDO

#### HIP THRUST ELITE

El MVP para glúteos. Configuración sencilla, movimiento natural y resultados inigualables.



EL FAVORITO DE LOS LEVANTADORES DE PESAS

#### DEADLIFT ELITE

Levanta peso y mantén la estabilidad. Diseñado para una gran potencia en la cadena posterior.



#### 3D MULTI - ABDUCTOR

Se enfoca en el glúteo medio y menor a través de una combinación de abducción, extensión y rotación externa, para un verdadero compromiso del glúteo en 3D.

UNA ACTUALIZACIÓN FUNDAMENTAL

#### DUAL 45 HIP EXTENSION

La única extensión de espalda con placa cargada y capacidad de ajuste de doble posición.



LA MARAVILLA DE UNA PIERNA

#### GLUTE LUNGE

Trabajo de glúteos con una sola pierna compacto, potente y silencioso.

#### DOUBLE FITNESS BAY

Un área para movilidad, estiramiento y ejercicios de glúteos de forma libre.



LA QUEMADURA MÁS ADICTIVA

#### PENDULUM KICKBACK

Ese ejercicio de glúteos que te hace sentir bien. Una versión de rodillas, biomecánicamente precisa, del popular ejercicio.



#### KNEELING GLUTE ISOLATOR

Un empuje de cadera de rodillas accesible que apunta a los glúteos sin el esfuerzo ni la preparación que implica estar acostado.



#### GLUTE SQUAT

Fomenta la postura erguida al tiempo que enfatiza la cadena posterior (glúteos e isquiotibiales).

#### GLUTE PRESS

Verdaderamente enfocada en los glúteos. Una prensa sentada con recorrido curvo, plataforma amplia para los pies y respaldo ajustable para una alineación y activación óptimas.

MÁS VERSÁTIL

#### GLUTEBUILDER BENCH WITH SQUAT RACK INTEGRATION

Perfecto para sentadillas, levantamientos de peso muerto y empujes de cadera en un espacio compacto.

[VER EL PRODUCTO](#)



EQUIPO DE FUERZA

Diseñado para potencia bilateral en el plano sagital, este trío golpea con fuerza la cadena posterior.



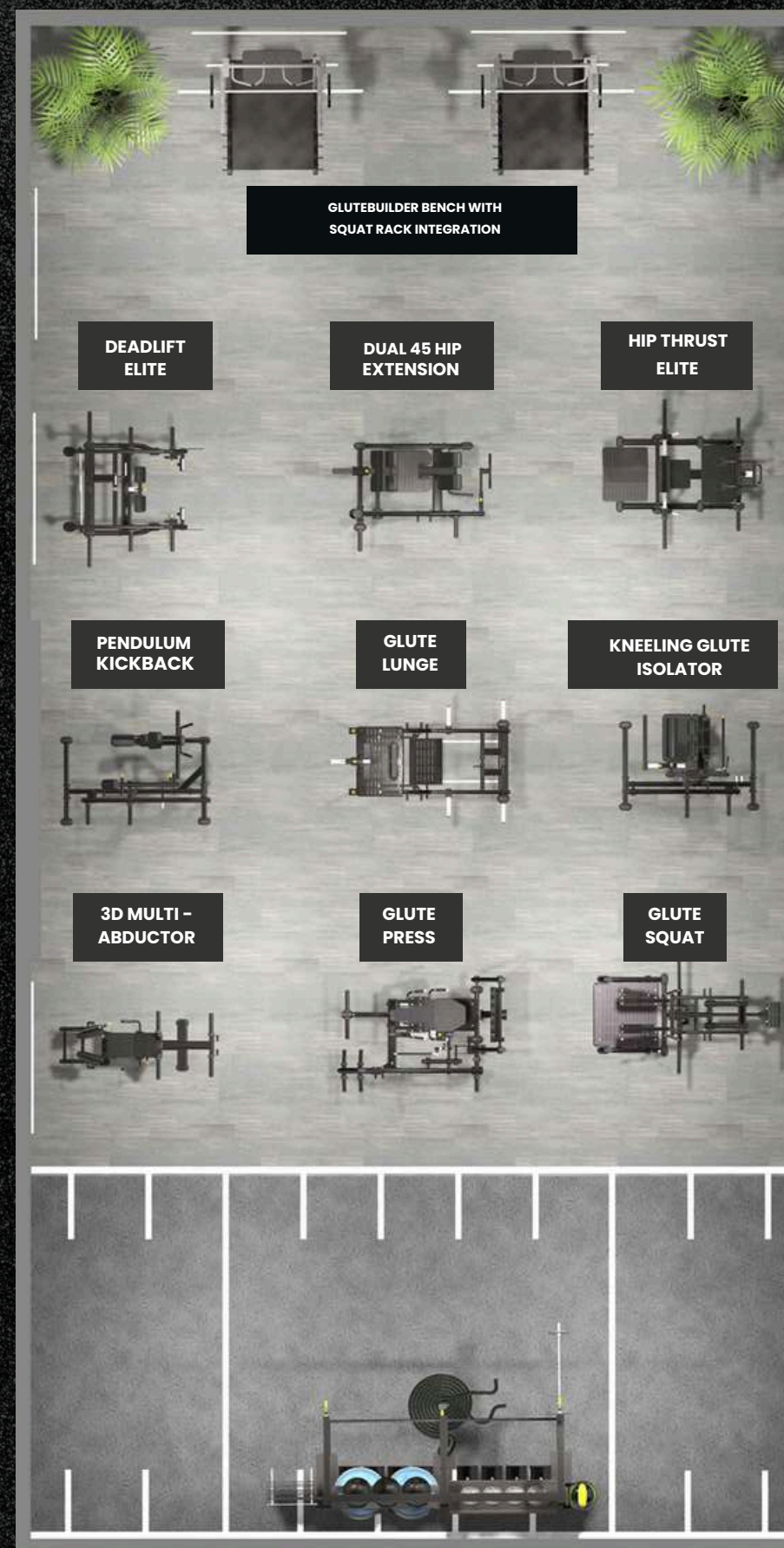
PAQUETE DE FORMA

Dale forma, define y ajústalo. Estas máquinas orientadas a los glúteos activan el movimiento y desarrollan fuerza desde todos los ángulos.

# CONCEPTO UNO

## PLANO DE LA ZONA ESPECIALIZADA EN GLÚTEOS

**FS**  
Fitness Solutions





CONCEPTO DOS

# ZONA DE RENDIMIENTO EN GLÚTEOS

Un espacio híbrido que combina equipos Glutebuilder y Precor para fuerza, desarrollo de glúteos y variedad cardiovascular, desde recuperación en estado estable hasta programas HIIT integrados en StairClimbers y AMT.®s.

## ¿POR QUÉ FUNCIONA?

### • MEZCLA DE FUERZA Y CARDIO

Este espacio combina equipos de fuerza con placas de carga con opciones de cardio funcional como StairClimber y AMT, lo que favorece el desarrollo de los glúteos a través de resistencia, elevación y movimientos de bajo impacto que se adaptan a cualquier estilo de entrenamiento.

### • VARIEDAD CONVENIENTE

Los miembros pueden pasar de levantamientos más pesados a ráfagas cortas de carrera o escalada sin salir del espacio.

### • CONSTRUYE PIERNAS Y GLÚTEOS FUERTES

La combinación del entrenamiento de fuerza con cardio en estado estable favorece el desarrollo muscular y la quema de grasa, al mismo tiempo que ayuda a los deportistas a desarrollar potencia, mejorar la resistencia y dar forma a una parte inferior del cuerpo fuerte.



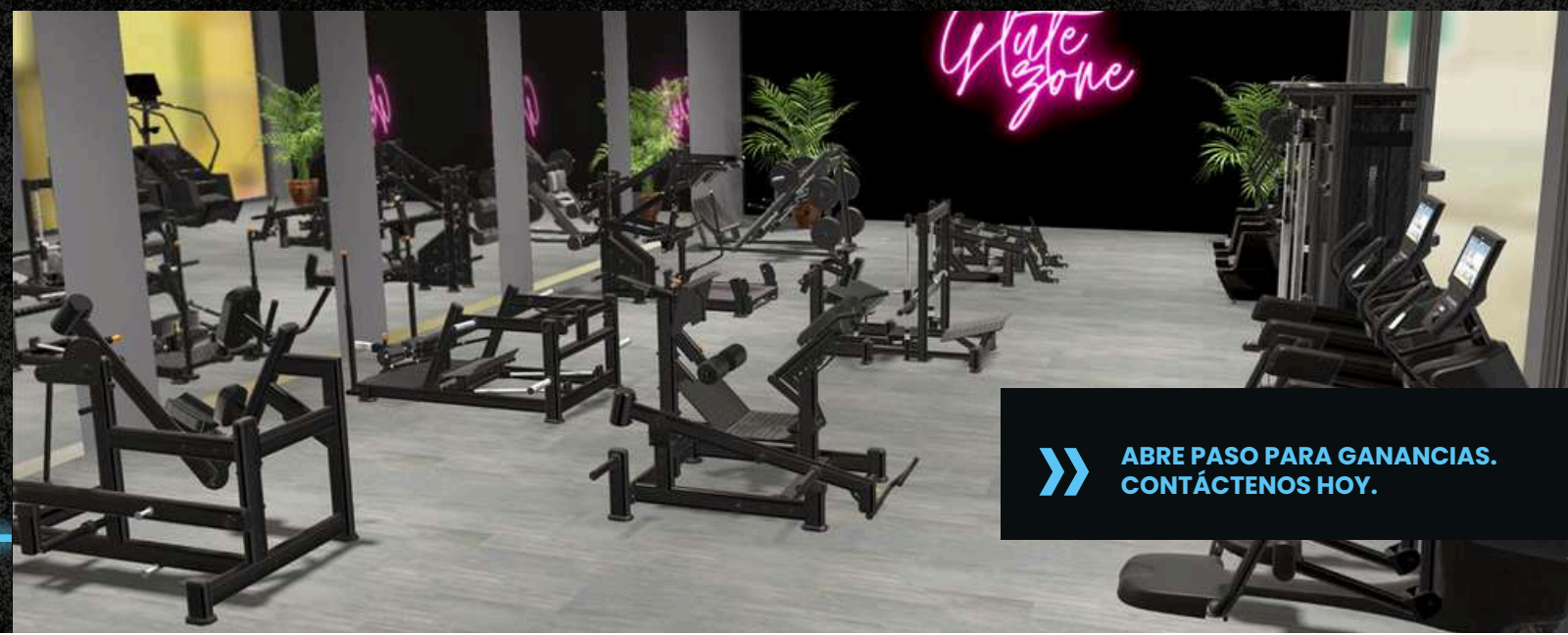
**FS**  
Fitness Solutions



“Creamos una zona de entrenamiento dedicada, basada en el circuito Glutebuilder para impulsar las membresías, no solo para añadir equipos. Al presentar Glutebuilder y artículos selectos de Precor, nuestro objetivo era añadir de 40 a 50 nuevos miembros. Alcanzamos ese objetivo en el primer mes. Tres meses después, los comentarios son abrumadoramente positivos y deseáramos tener espacio para un segundo circuito.”

DION

CEO, NORTH CYPRESS FITNESS



ABRE PASO PARA GANANCIAS.  
CONTÁCTENOS HOY.



# CONCEPTO DOS

## PLANO DE LA ZONA DE RENDIMIENTO DE GLÚTEOS



# CONCEPTO DOS

## ZONA DE RENDIMIENTO DE GLÚTEOS

### LISTA DE PRODUCTOS



MEJOR VENDIDO

#### HIP THRUST ELITE

El MVP para glúteos. Configuración sencilla, movimiento natural y resultados inigualables.



UNA ACTUALIZACIÓN FUNDAMENTAL

#### DUAL 45 HIP EXTENSION

La única extensión de espalda con placa cargada con capacidad de ajuste de dos posiciones.



EL FAVORITO DE LOS LEVANTADORES DE PESAS

#### DEADLIFT ELITE

Levanta peso y mantén la estabilidad. Diseñado para una gran potencia en la cadena posterior.



#### STAIRCLIMBER

Ideal para tonificar los glúteos y aumentar la resistencia.



#### HACK SQUAT

Un elemento básico para la parte inferior del cuerpo con un diseño vertical y cargado sobre la cadera que permite realizar sentadillas fuertes y alineadas con menos carga en la columna.



#### GLUTE SQUAT

Prioriza la cadena posterior (glúteos, isquiotibiales) en una sentadilla vertical.



LA QUEMADURA MÁS ADICTIVA

#### PENDULUM KICKBACK

Ese ejercicio de glúteos que te hace sentir bien. Una versión de rodillas, biomecánicamente precisa, del popular ejercicio.



LA MARAVILLA DE UNA PIERNA

#### GLUTE LUNGE

Trabajo de glúteos con una sola pierna compacto, potente y silencioso.



#### ADAPTATIVE MOTION TRAINER®

Admite sprints, trabajo en pendiente y entrenamiento estilo HIIT con menor impacto en las articulaciones.



#### DUAL ADJUSTABLE PULLEY

Ejercicios con cable como patadas hacia atrás y movimientos laterales para la activación de los glúteos en múltiples planos.

[VER EL PRODUCTO](#)



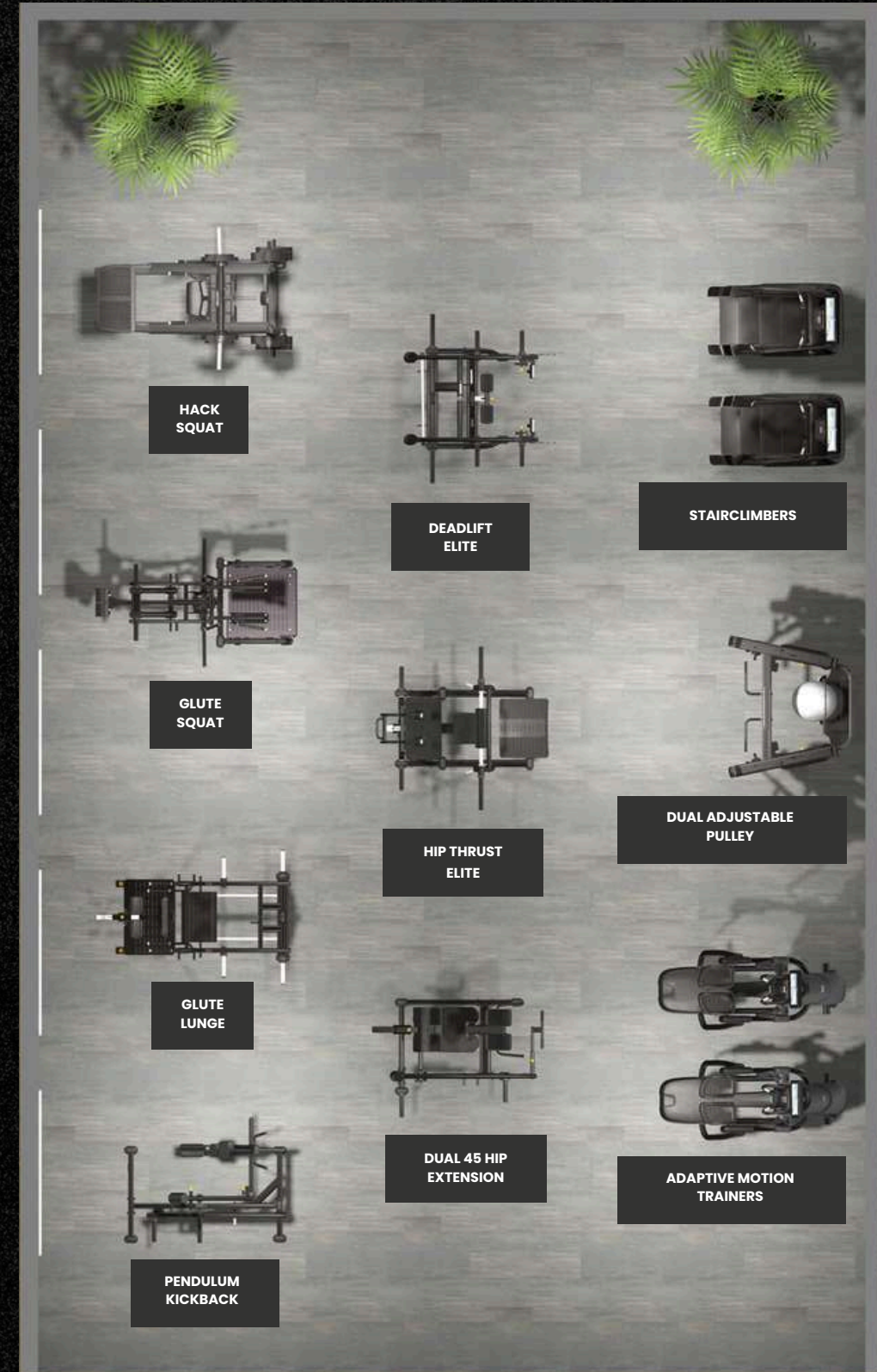
PAQUETE DE POTENCIA Y RENDIMIENTO

Activación focalizada de glúteos combinada con elevación cardiovascular y variedad de poleas. Tu opción ideal para intensidad híbrida.



ESCULPIR + APILAR EL SUDOR

Esculpe tu cuerpo con fuerza y luego pasa al cardio enfocado en los glúteos. Un ejercicio de amplio espectro en un trío elegante.





# RESULTADOS REALES. VERDADEROS FANÁTICOS.



"Me encantan estas máquinas, y nunca había tenido tantos amigos que dijeran que sus glúteos ardían después de una sola serie!"

@CAYLEEEJUNE



"Sin tensión en la espalda baja, sin dominancia de cuádriceps, solo ardor de glúteos. Me sorprendió ver mi gimnasio lleno de máquinas Glutebuilder. Si tu objetivo son unos glúteos fuertes y esculpidos, estas máquinas podrían ser tu nueva opción!"

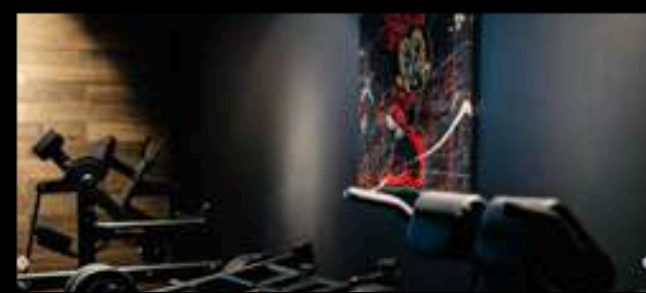
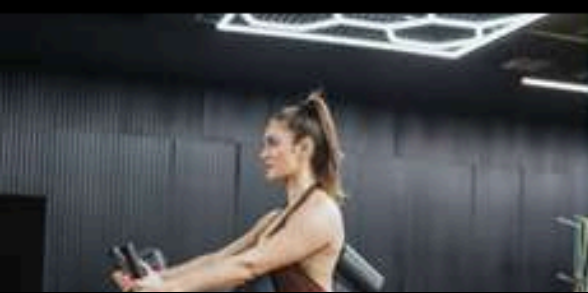
@TRANS\_FORM\_U



"Mi gimnasio acaba de añadir máquinas Glutebuilder, y son, sin duda, las mejores máquinas de glúteos que he usado!"

@MIRANDAJFITT

» DESARROLLA TU ZONA DE GLÚTEOS EN [WWW.FITNESS-SOLUTIONS.EC](http://WWW.FITNESS-SOLUTIONS.EC)



**FS**  
Fitness Solutions

0989195072

[www.fitness-solutions.ec](http://www.fitness-solutions.ec)

[proyectos@fitness-solutions.ec](mailto:proyectos@fitness-solutions.ec)