



# GUÍA DE ENTRENAMIENTO BANDAS CERRADAS CORTAS

**FX360**

*Flexibilidad | Fuerza | Fitness*



Las siguientes instrucciones son con el fin de que conserves nuestros productos en buen estado



Lavado a Mano



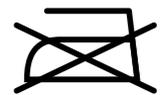
Lavar con prendas de colores similares



No usar Blanqueador



No secar al sol



No planchar



No secar en maquina

## Resistencias

Loop Cortas	Libras
Roja	8lbs
Amarilla	6.5lbs
Azul	5lbs



Flexibilidad Fuerza Fitness

Somos una marca que ofrece conocimiento y experiencia, para generar confianza y complementar tu entrenamiento o proceso de rehabilitación de la mejor forma, entendiendo tus necesidades.

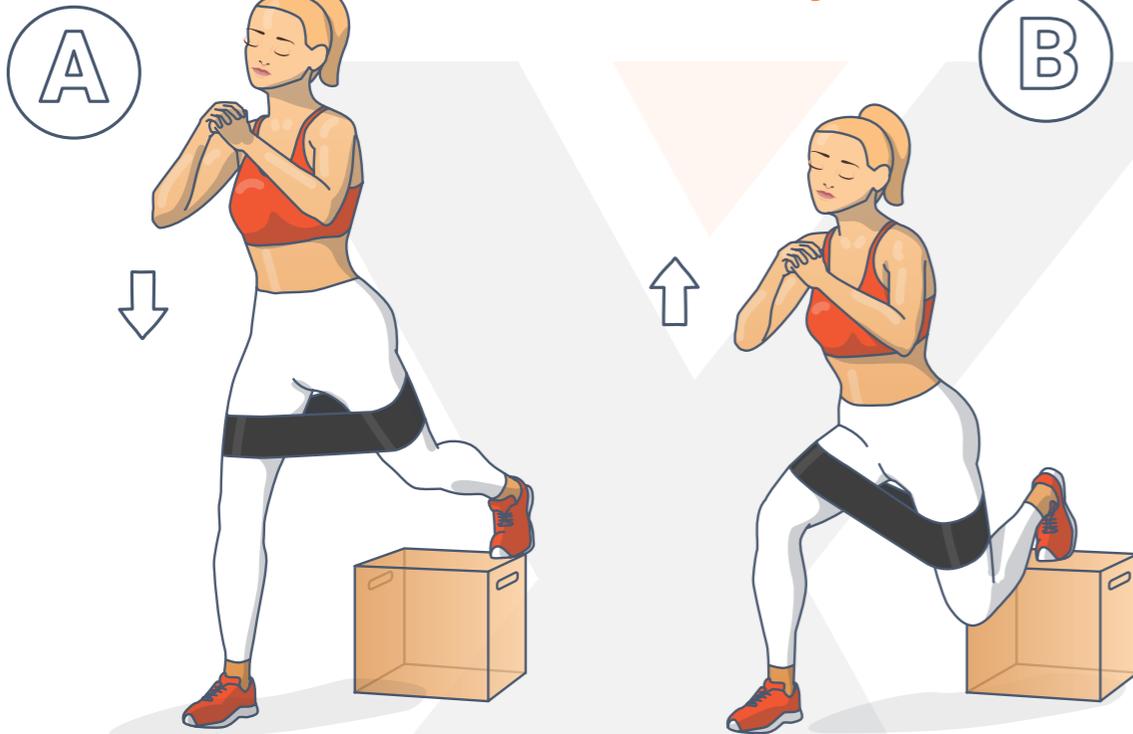
FX360 reúne tres características que logran llevar el acondicionamiento físico y de rehabilitación a otro nivel: Flexibilidad: Como habilidad física que se adquiere con el deporte. Flexibilidad mental para adquirir nuevos hábitos. Flexibilidad de marca para adaptarse a las necesidades de los consumidores.

Fuerza: Cualidad del deportista que necesita desarrollarse y mantenerse. Potencia de la marca en su comunicación, en su forma de ser.

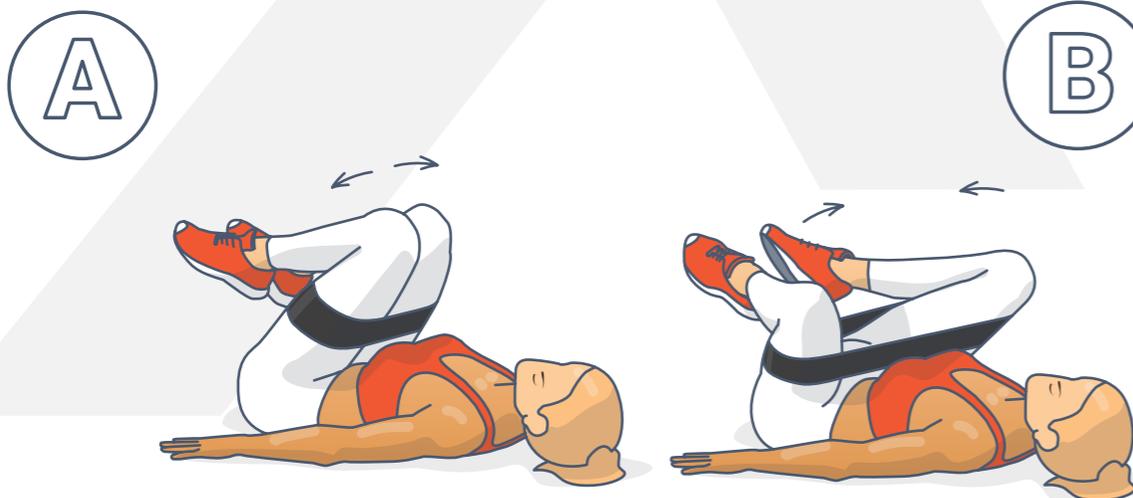
Fitness: El estilo de vida en el que creemos. Ser saludable conscientemente, cuidando lo más valioso que tenemos: nuestro cuerpo.

FX360 son productos diseñados y producidos en Colombia, funcionales y de alta calidad, con el respaldo de expertos técnicos y médicos.

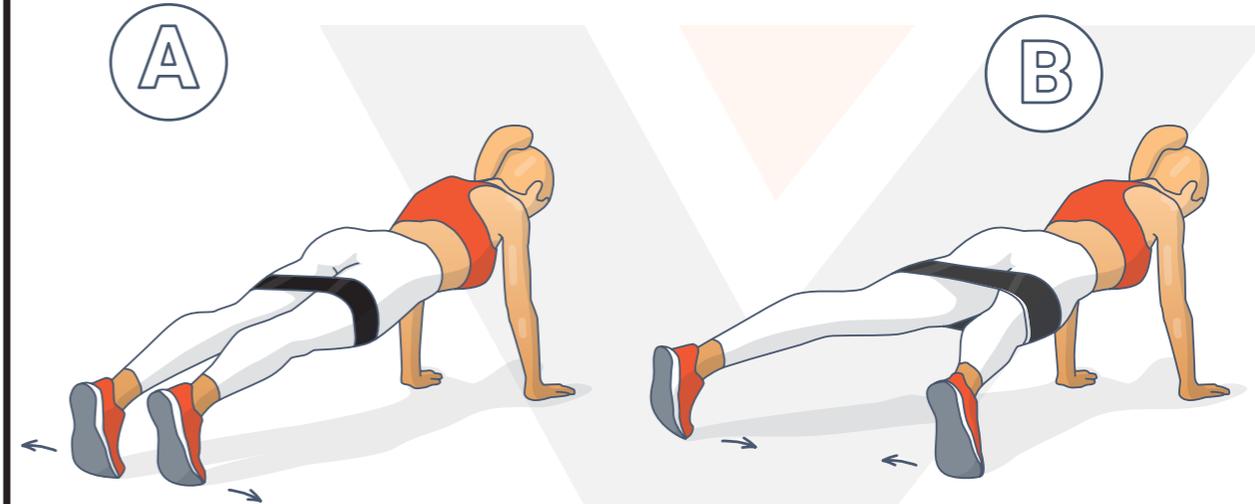
**Avanzadas con cajón**



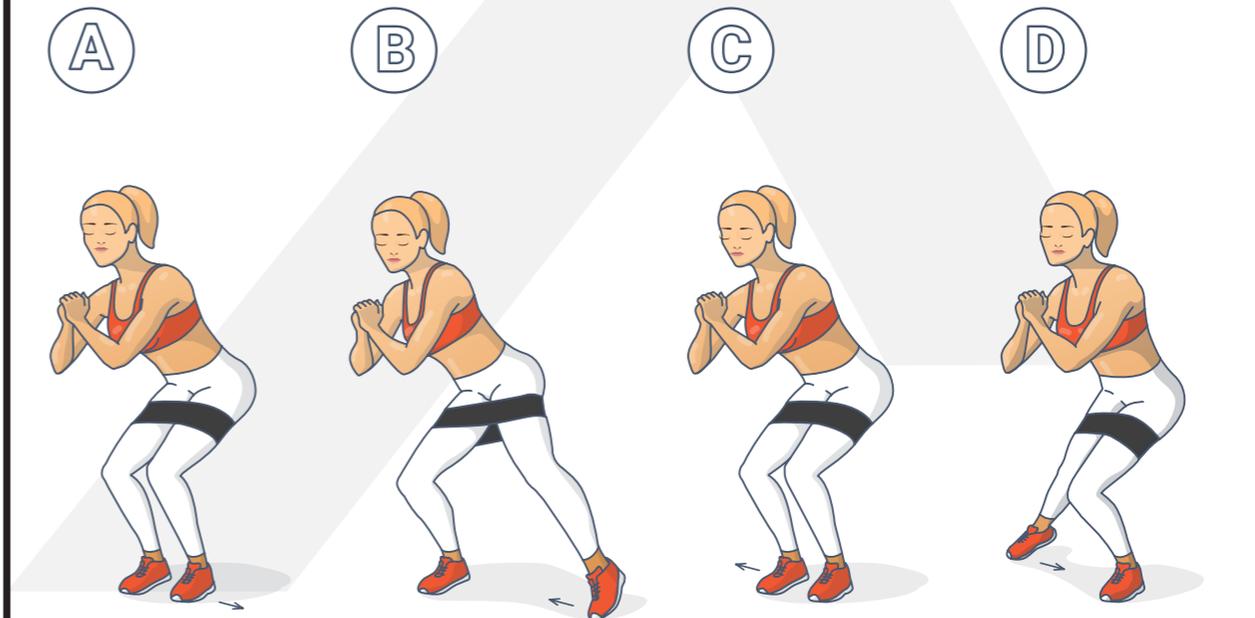
**Rotadores de cadera**



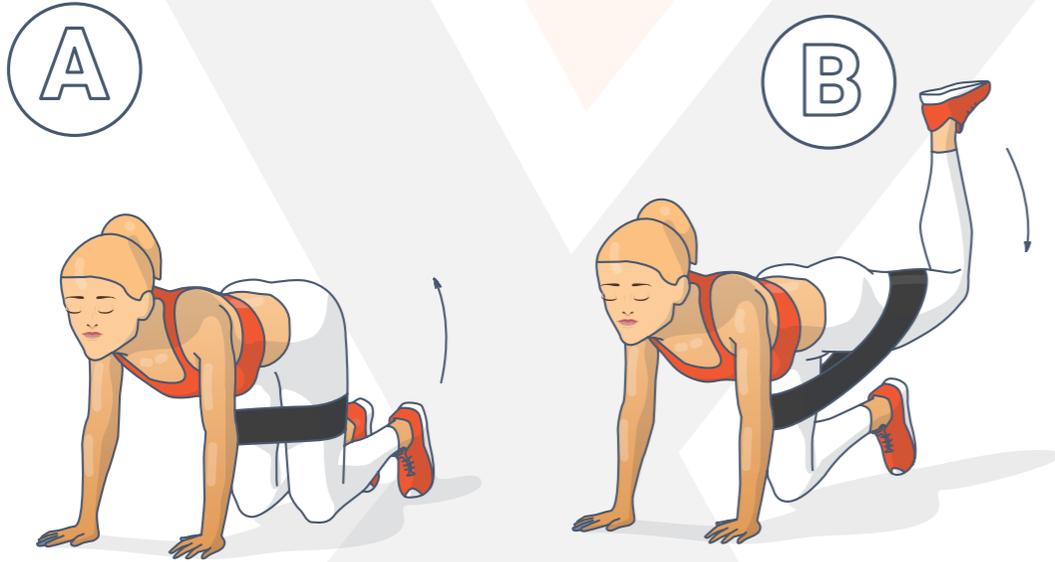
**Abductores de cadera en plancha**



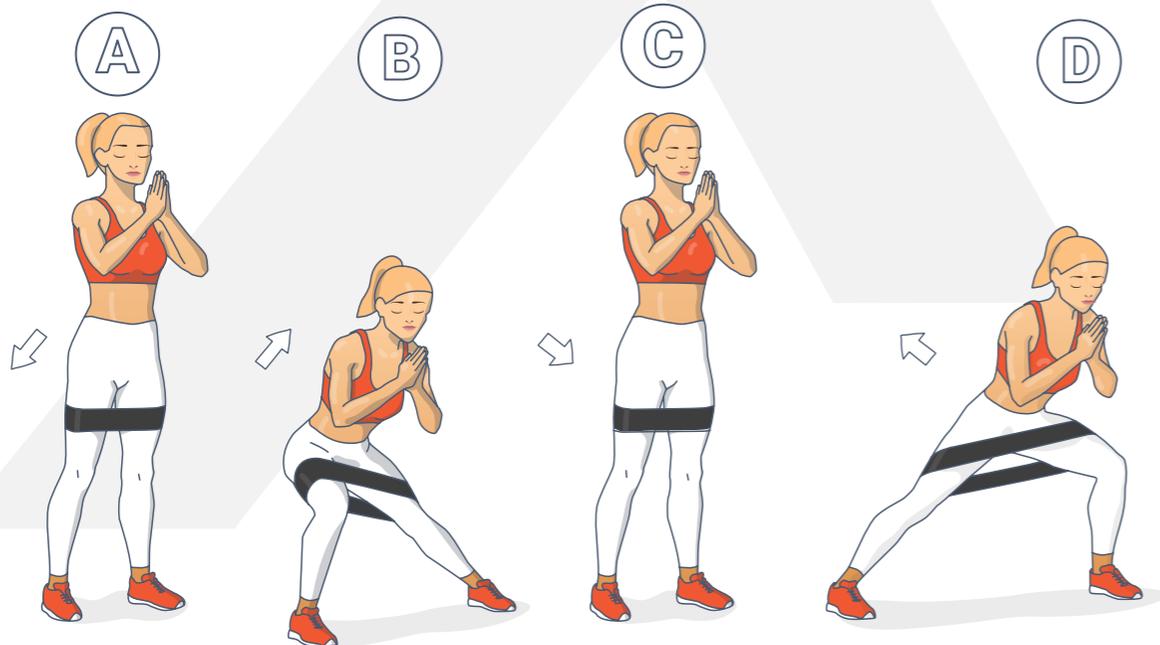
**Abducción de cadera desde sentadilla**



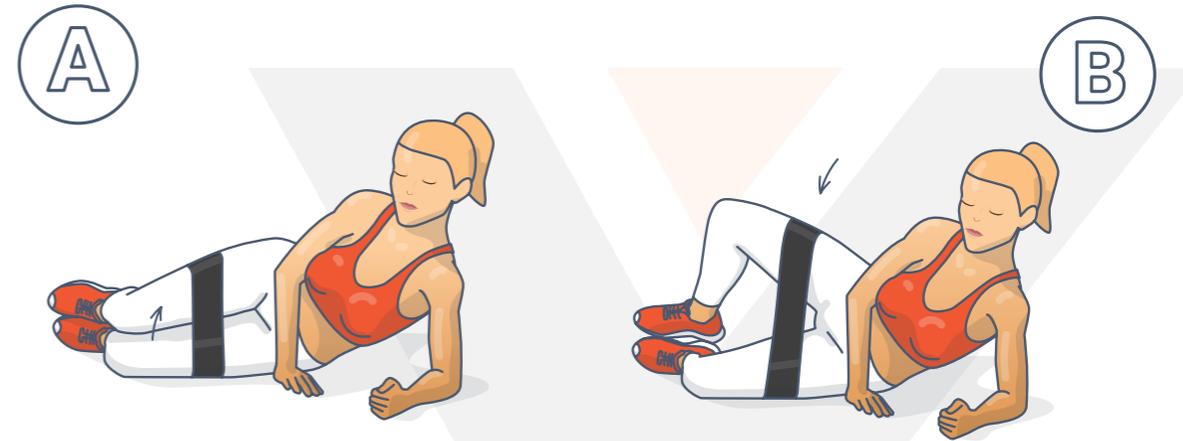
Glúteo



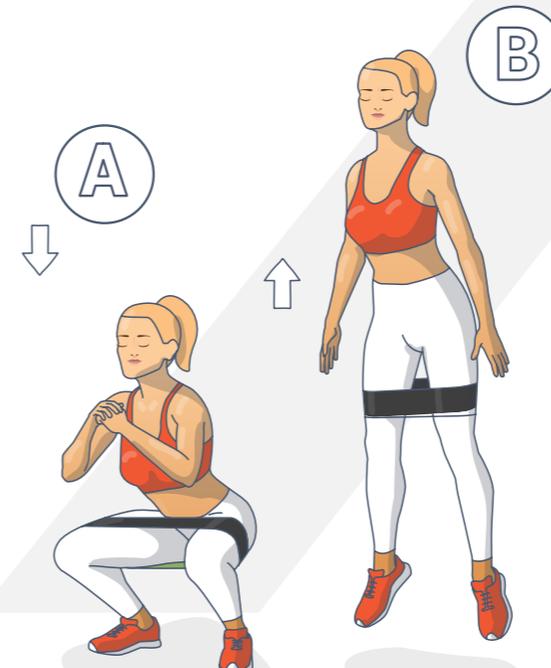
Avanzadas laterales



Abducción de cadera desde lateral



Sentadilla con salto



Sentadilla profunda

