



HAMMER STRENGTH®

CATÁLOGO DE PRODUTOS

**PRODUTOS HAMMER
STRENGTH SELECIONAR**

7 – 11

MTS

12 – 14

PLATE-LOADED

15 – 20

GROUND BASE

21 – 22

HD ATHLETIC

23 – 30

HD ELITE

31 – 42

BANCOS E ARMAZENAGEM

43 – 46

**ACESSÓRIOS HAMMER
STRENGTH**

47 – 54

**TABELA DE CORES
E ESPECIFICAÇÕES**

55 – 60

DESEMPENHO PODEROSO

A reputação do equipamento Hammer Strength tem sido construída com aço, suor e dedicação.

Hammer Strength é a escolha dos atletas profissionais quando treinam nos mais altos níveis e é nela que os melhores programas atléticos das universidades americanas confiam.

Hammer Strength é primeira escolha para os atletas de elite porque oferece a intensidade de treino que eles precisam e o mais importante, ela é projetada para alcançar resultados.

A Hammer Strength não serve somente para academias de treinamento profissionais ou salas de musculação universitárias. As academias para quem se exercita todos os dias se beneficiam de um excelente design biomecânico da mesma maneira que o fazem os profissionais.

A Hammer Strength não é exclusiva. Pode ser usada para alcançar os objetivos de treinamento de qualquer pessoa comprometida em fazer um trabalho sério.

HAMMER STRENGTH®



RESPEITE O QUE CONSTRÓI VOCÊ

O treinamento de força mudou quando Gary Jones criou a Hammer Strength em 1989. Com a sua criatividade e o conhecimento do Cincinnati Bengals, ele construiu máquinas tendo em mente o desempenho — ferramentas de treinamento eficientes que se movem do mesmo modo que o corpo.

**HAMMER
STRENGTH®**



“

PARA MIM, CRIAR A HAMMER
STRENGTH ERA TRABALHAR
EM ALGO QUE EU ACREDITAVA.
EU ESTAVA TENTANDO TORNAR
AS MÁQUINAS MELHORES.”

— GARY JONES



CONSTRUINDO CAMPEÕES

A Hammer Strength pode ser encontrada nas academias de elite em todo o mundo, que vão desde áreas de treinamento de equipes de atletas profissionais até academias que oferecem programas de treinamento de força de alto desempenho.

CROCUS FITNESS
Moscou, Rússia

TESTADO PARA SUPERAR
OS PADRÕES DO SETOR

NEM TODO O AÇO É IGUAL

A Hammer Strength está comprometida em transformar o aço em equipamentos de força de classe mundial. Também estamos comprometidos com a durabilidade de renome mundial.

Por isso, o equipamento Hammer Strength é testado para superar os padrões do setor, garantindo sua duração por muitos anos, até mesmo com os programas de treinamento mais intensos.

ACADEMIAS DE DESEMPENHO



SPORTSGYM SCANDINAVIA
Östersund, Suécia



CLEMSON UNIVERSITY
Clemson, Carolina do Sul



UNIVERSITY OF CINCINNATI
Cincinnati, Ohio



SEDE DA NSCA
Colorado Springs, Colorado



HAMMER STRENGTH SELECT

FORTE SUFICIENTE PARA COMPLETAR A FAMÍLIA HAMMER STRENGTH

Construída segundo a filosofia Hammer Strength de treinamento de força de desempenho, Hammer Strength Select é uma linha de 22 peças de equipamento de fortalecimento seletorizado que combina a atenção à biomecânica com uma estética industrial robusta.

HAMMER STRENGTH SELECT



ASSIST DIP CHIN / HS-ADC



BICEPS CURL / HS-BC



CHEST PRESS / HS-CP



FIXED PULLDOWN / HS-FPD



LAT PULLDOWN / HS-PD



LATERAL RAISE / HS-LR



PECTORAL FLY / HS-PEC



PECTORAL FLY / REAR
DELTOID / HS-FLY



SEATED ROW / HS-RW



SHOULDER PRESS / HS-SP



TRICEPS EXTENSION / HS-TE



HIP ABDUCTION / HS-HAB



HIP ADDUCTION / HS-HAD



HIP / GLUTE / HS-HG



HORIZONTAL CALF / HS-HC



LEG CURL / HS-LC



LEG EXTENSION / HS-LE



SEATED LEG CURL / HS-SLC



SEATED LEG PRESS / HS-SLP



STANDING CALF / HS-SC



ABDOMINAL CRUNCH
/ HS-ABC



BACK EXTENSION / HS-BE



MTS

SUAVE, BIOMECÂNICA EXCELENTE E EFICIÊNCIA EXTREMA

Fornecer o eficiente movimento Iso-Lateral® introduzido e patenteado pelo equipamento plate-loaded da Hammer Strength com a conveniência de placas de peso com seletores.

O resultado é uma linha de 13 peças de fortalecimento que usa ações independentes dos braços e das pernas para oferecer desempenho e facilidade de uso.



MTS



ABDOMINAL CRUNCH
/ MTSAB



ISO-LATERAL
BICEPS CURL / MTSBC



ISO-LATERAL
CHEST PRESS / MTSCP



ISO-LATERAL
DECLINE PRESS / MTSDP



ISO-LATERAL FRONT
PULLDOWN / MTSFP



ISO-LATERAL HIGH ROW
/ MTSHR



ISO-LATERAL INCLINE
PRESS / MTSIP



ISO-LATERAL ROW
/ MTSRW



ISO-LATERAL
SHOULDER PRESS / MTSSP



ISO-LATERAL TRICEPS
EXTENSION / MTSTE



ISO-LATERAL
LEG EXTENSION / MTSLE



ISO-LATERAL KNEELING
LEG CURL / MTSKC



V-SQUAT / MTSVO



PLATE-LOADED

A HAMMER STRENGTH FOI CONSTRUÍDA PENSANDO PURAMENTE NO DESEMPENHO DO EQUIPAMENTO PARA FORTALECIMENTO PLATE-LOADED

Há quase três décadas, quando a Hammer Strength surgiu, ela apresentou movimentos naturais e independentes revolucionários.

O equipamento Plate-loaded ainda usa essa excelente biomecânica para criar a ferramenta de treinamento ideal para atletas de elite e para aqueles que querem treinar como eles.

Mais de 40 máquinas representam muitas formas diferentes de movimentar o ferro contra a gravidade.

PLATE-LOADED



ISO-LATERAL
BENCH PRESS / IL-BP



ISO-LATERAL
CHEST / BACK / IL-CB



ISO-LATERAL
D.Y. ROW / IL-DRW



ISO-LATERAL
DECLINE PRESS / IL-DCP



ISO-LATERAL FRONT LAT
PULLDOWN / IL-PD



ISO-LATERAL
HIGH ROW / IL-HR



ISO-LATERAL
HORIZONTAL PRESS
/ IL-HBP



ISO-LATERAL
INCLINE PRESS / IL-IP



ISO-LATERAL
LOW ROW / IL-LR



ISO-LATERAL
ROWING / IL-ROW



ISO-LATERAL
SHOULDER PRESS / IL-SP



ISO-LATERAL SUPER
INCLINE PRESS / IL-FMP



ISO-LATERAL
WIDE CHEST / IL-WC



ISO-LATERAL WIDE
PULLDOWN / IL-WPD



4-WAY NECK / PL-4W



GRIPPER / PL-GRIP



ISO-LATERAL
LATERAL RAISE / PL-LR



PULLOVER / PL-PO



SEATED BICEPS / PL-BI



SEATED DIP / PL-DIP



SEATED / STANDING
SHRUG / PL-SH



ABDOMINAL OBLIQUE
CRUNCH / PL-AB



PLATE-LOADED



ISO-LATERAL KNEELING
LEG CURL / IL-KLC



ISO-LATERAL
LEG CURL / IL-LC



ISO-LATERAL
LEG EXTENSION / IL-LE



ISO-LATERAL
LEG PRESS / IL-LP



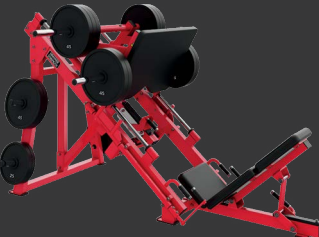
LEG EXTENSION / PL-LE



LEG PRESS / PL-LP



LINEAR HACK PRESS
/ PLLHP



LINEAR LEG PRESS
/ HSLLP



SEATED CALF RAISE
/ PL-CALF



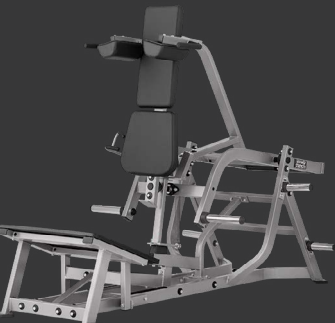
SEATED LEG CURL / PL-SLC



SUPER HORIZONTAL CALF
/ PLSHC



TIBIA DORSI FLEXION
/ PL-TIB



V-SQUAT / PL-VSQ



GROUND BASE

O PODER PLATE-LOADED CONSTRUÍDO COM BASE NO PISO

O equipamento Ground Base® foi projetado para manter o usuário firmemente sob o piso, maximizando seu equilíbrio e explosão dos pés para cima. Cada uma das oito diferentes máquinas trabalha vários grupos de músculos ao mesmo tempo.

O resultado são exercícios para o corpo todo para treinamento funcional e treinamento para esportes específicos.

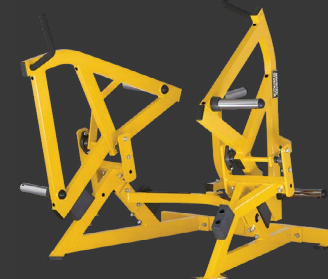
GROUND BASE



COMBO DECLINE / GB-CD



COMBO INCLINE / GB-CI



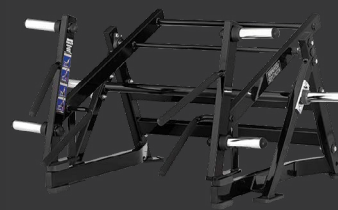
COMBO TWIST / GB-CT



JAMMER / GB-J



SQUAT HIGH PULL / GB-SHP



SQUAT LUNGE / GB-SL



TWIST LEFT / GB-TL



TWIST RIGHT / GB-TR



HD ATHLETIC

A modularidade permite que qualquer academia crie um pequeno e exclusivo espaço para treinamento de performance em grupo e uma área de HIIT com o robusto equipamento Hammer Strength.

Racks HD Athletic

Os racks Hammer Strength estão nas melhores academias mundiais de treinamento atlético. Os racks HD Athletic oferecem uma ampla gama de configurações e complementos para satisfazer as necessidades de treinamentos dos usuários de todos os níveis.

Plataformas HD Athletic

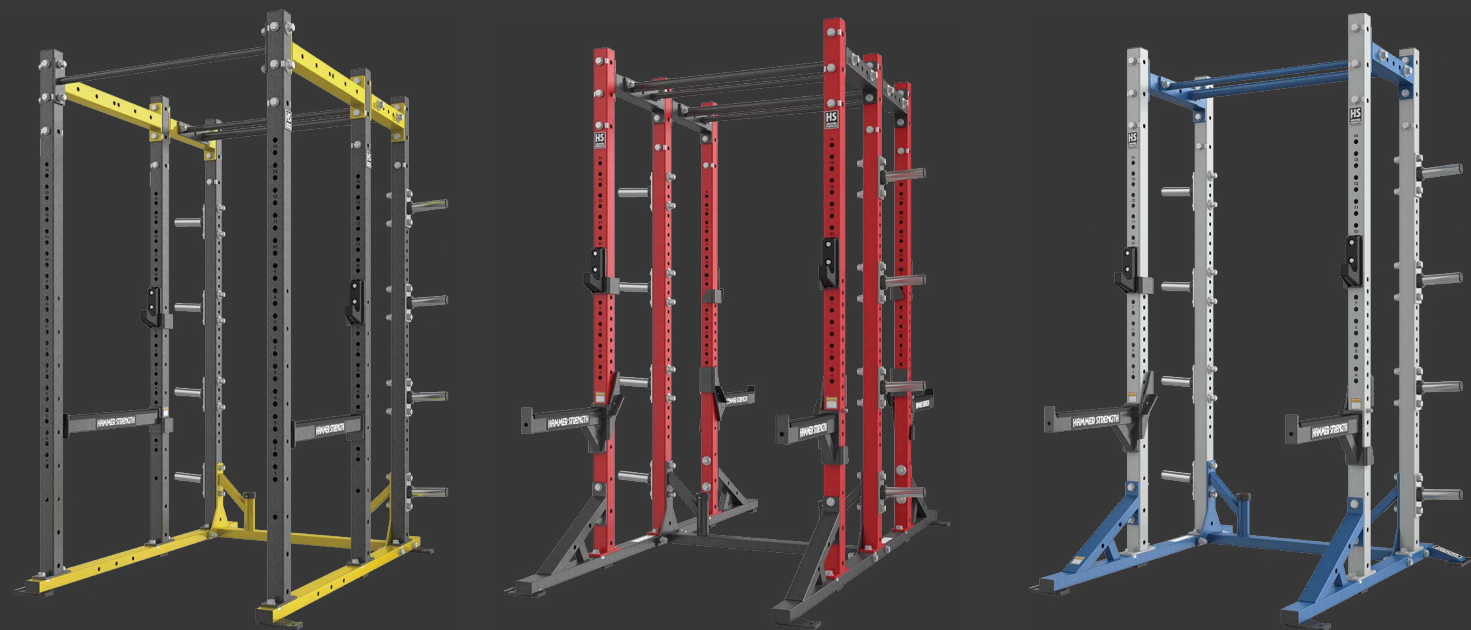
Construa um sistema de plataformas concebido especialmente para a sua academia. As plataformas HD Athletic podem ser configuradas para se adequarem a seus programas de treinamento.

HD Athletic Perimeter

Sistemas versáteis, que poupam espaço e são projetados para serem colocados junto de paredes para criar espaços de treinamento abertos.

HD Athletic Bridge

Uma ponte suspensa conecta o equipamento de treinamento olímpico e as opções de armazenamento e permite treinamentos de suspensão, treinamento com o peso do corpo e muito mais. O espaço livre abaixo do equipamento pode ser usado para diversas opções de exercícios em grupo.

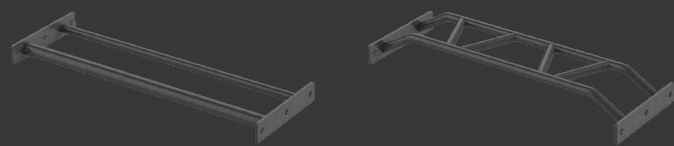


POWER RACK / HDA-PR

COMBO RACK / HDA-HRHR

HALF RACK / HDA-HR

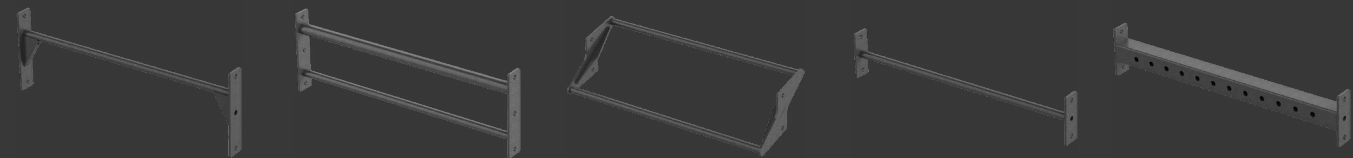
HALF RACK / POWER RACK REAR XMEMBERS



THICK SKINNY SHORT
/ HDA-XM42-TS

MULTI-GRIP
/ HDA-XM42-MG

POWER RACK FRONT XMEMBERS



STRAIGHT BAR
/ HDA-XM42-SB

THICK SKINNY
/ HDA-XM42-TS

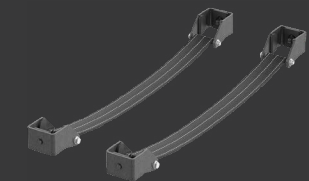
OFFSET BAR
/ HDA-XM42-OB

MONKEY BAR
/ HDA-XM42-MB

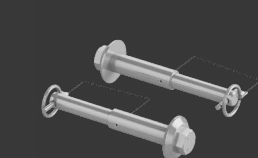
SQUARE
/ HDA-XM42-SQ



ACESSÓRIOS DO RACK / ARMAZENAGEM / BANCOS



POWER RACK FLEXIBLE
BAR CATCH / HDA-PR-FBC



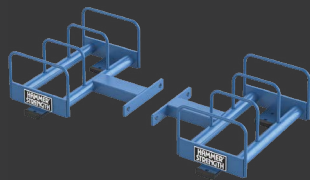
BAND PEGS / HDA-BP



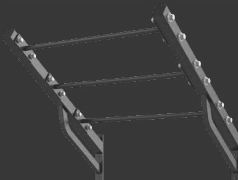
POWER PIVOT™ / HDA-PP



DIP HANDLE / HDA-DIP



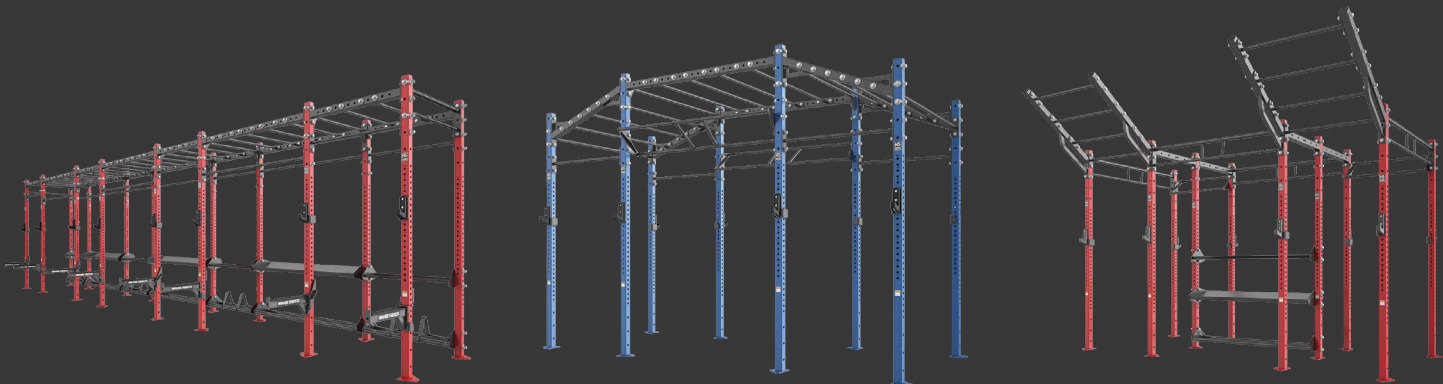
RACK BUMPER PLATE
STORAGE / HDA-RBPS



WING* / WING42

PLATAFORMAS HD ATHLETIC

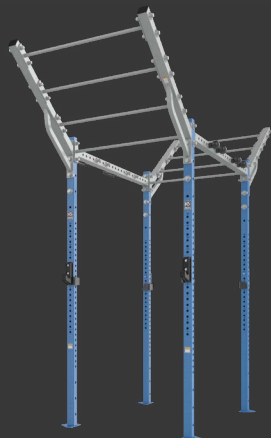
CONFIGURAÇÕES DE EXEMPLO*



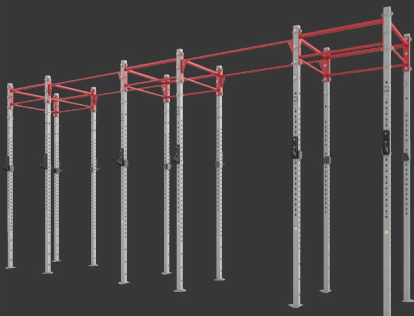
PAREDE DE 4' X 34'
/ HDA-FSR-4X34

BARRA ANGULADA DE 6' X 14'
/ HDA-FSR-6X14

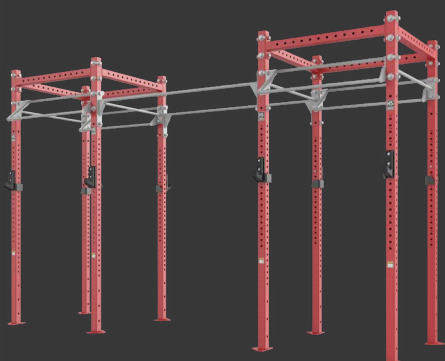
ARMAZENAGEM 6' X 14'
/ HDA-FSR-6X14



6' X 4' WING RIG
/ HDA-FSR-6X4



4' X 24' BASIC RIG
/ HDA-FSR-4X24



4' X 14' BOXED RIG
/ HDA-FSR-4X14

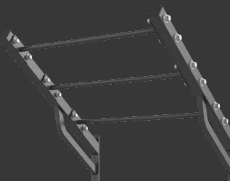
ACESSÓRIOS DA PLATAFORMA



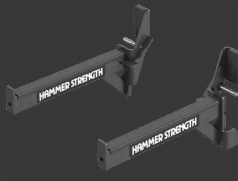
POWER PIVOT™
/ HDA-PP



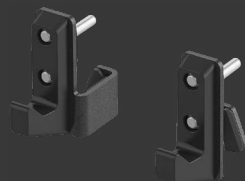
DIP HANDLE
/ HDA-DIP



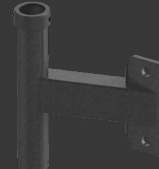
WING* / WING42



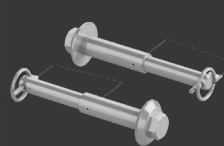
BAR CATCH
/ HDA-HR-BC



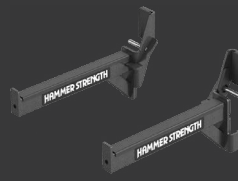
SUPORE DE BARRAS
/ HDA-PR-BS



**ARMAZENAGEM
DE BARRAS DA
PLATAFORMA**
/ HDA-BS



BAND PEGS
/ HDA-BP



BAR CATCH
/ HDA-HR-BC

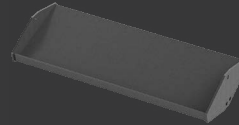
VERTICAIS



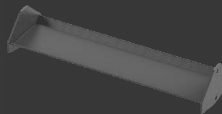
**VERTICAL
DE 2,74 M**
/ HDA-FSR-9U



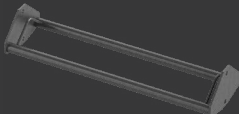
**VERTICAL
DE 3,04 M**
/ HDA-FSR-10U



**BANDEJA
DUMBBELL**
/ HDA-SM72-DBT



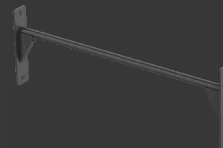
**BANDEJA
KETTLEBELL**
/ HDA-SM72-KBT



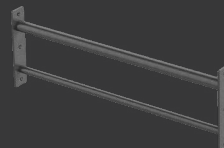
2 TUBOS
/ HDA-SM72-2P

CONECTORES DE ARMAZENAGEM (DISPONÍVEIS EM 1,83 E 1,07 M)

MEMBROS TRANSVERSAIS DA PLATAFORMA (DISPONÍVEIS EM 1,83 E 1,07 M)



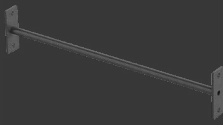
STRAIGHT BAR
/ HDA-XM42-SB



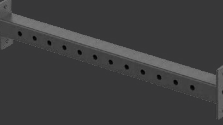
THICK / SKINNY
/ HDA-XM42-TS



OFFSET BAR
/ HDA-XM42-OB



MONKEY BAR
/ HDA-XM42-MB



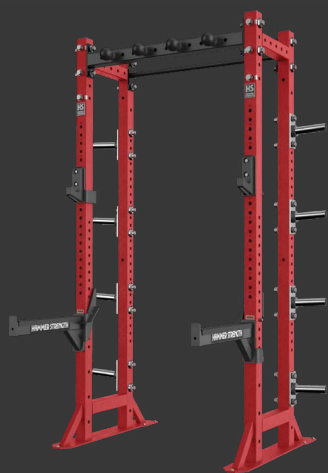
SQUARE
/ HDA-XM42-SQ

Ligue para saber preços e configurações adicionais.

* Com acessórios, as configurações de rack devem ser parafusadas ao piso
** Consulte a página 48 para ver uma lista completa de acessórios e adicionais HD Athletic
*** Todas as configurações de plataformas devem ser parafusadas ao piso.

As imagens não estão em escala. Produtos sujeitos a alteração.

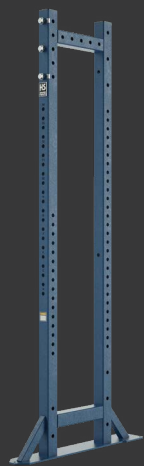
HD ATHLETIC PERIMETER



UNIDADE COM
PERÍMETRO DE 1,20 M



SISTEMA COM
PERÍMETRO DE 4,67 M



ESTRUTURA LATERAL



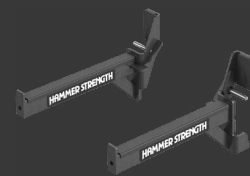
PERIMETER – ACESSÓRIOS



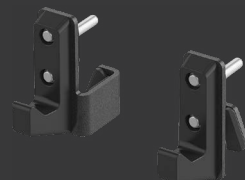
POWER PIVOT™
/ HDA-PP



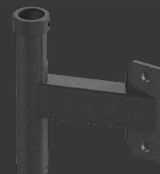
DIP HANDLE
/ HDA-DIP



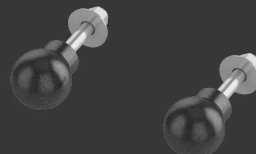
BAR CATCH
/ HDA-HR-BC



SUPORE DE BARRAS
/ HDA-PR-BS



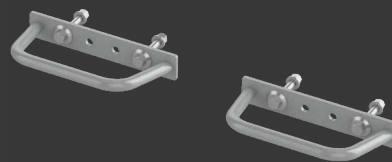
ARMAZENAGEM DE BARRAS
DA PLATAFORMA / HDA-BS



EMPUNHADURAS ESFÉRICAS
(PAR) / HDA-BG3



BARRA DE ARCO / HDA-ARC

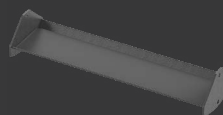


EMPUNHADURAS NEUTRAS
(PAR) / HDA-NG

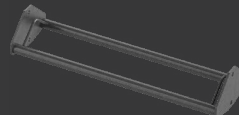
CONECTORES DE ARMAZENAGEM (DISPONÍVEIS EM 1,83 M)



BANDEJA DUMBBELL
/ HDA-SM72-DBT

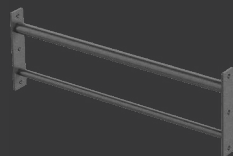


BANDEJA KETTLEBELL
/ HDA-SM72-KBT

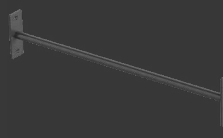


2 TUBOS
/ HDA-SM72-2P

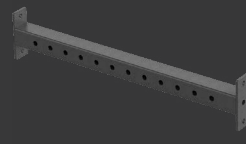
MEMBROS TRANSVERSAIS DO PERIMETER (DISPONÍVEIS EM 1,83 E 1,07 M)



THICK / SKINNY
/ HDA-XM42-TS



MONKEY BAR
/ HDA-XM42-MB



SQUARE
/ HDA-XM42-SQ

Ligue para saber preços e configurações adicionais.

* Com acessórios, as configurações de rack devem ser parafusadas ao piso

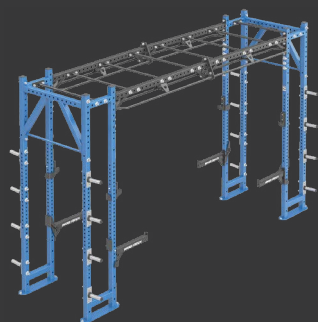
** Todas as configurações de plataformas devem ser parafusadas ao piso.

As imagens não estão em escala. Produtos sujeitos a alteração.

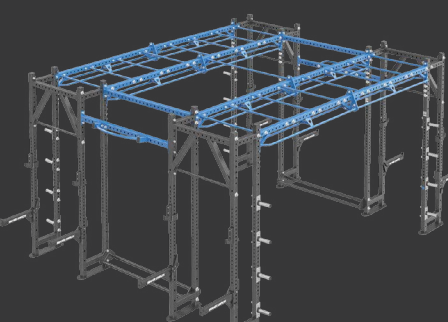


HD ATHLETIC BRIDGE

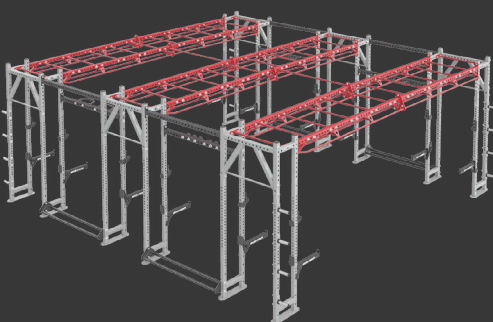
CONFIGURAÇÕES DE EXEMPLO*



SIMPLES



DUPLA

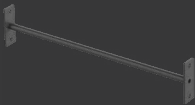


TRIPLA

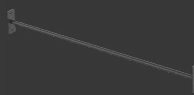
Ligue para saber preços e configurações adicionais.

* Com acessórios, as configurações de rack devem ser parafusadas ao piso

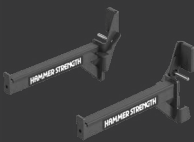
MONKEY BARS



MONKEY BAR
/ HDA-XM42-MB



MONKEY BAR
/ HDA-XM72-MB

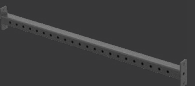


BAR CATCH
(PAR) / HDA-HR-BP



SUPORTES DE BARRAS
(PAR) / HDA-PR-BS

MEMBROS TRANSVERSAIS E CONECTORES QUADRADOS



SQUARE
/ HDA-XM72-SQ



EMPUNHADURAS
ESFÉRICAS (PAR)
/ HDA-BG3



EMPUNHADURAS
NEUTRAS (PAR)
/ HDA-NG

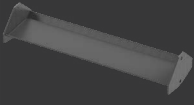


BARRA DE ARCO
/ HDA-ARC

CONECTORES DE ARMAZENAGEM (COMPRIMENTO: 72")



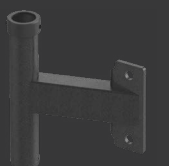
BANDEJA DUMBBELL
/ HDA-SM72-DBT



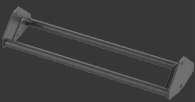
BANDEJA KETTLEBELL
/ HDA-SM72-KBT



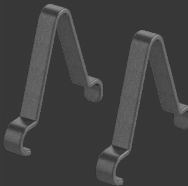
POWER PIVOT
/ HDA-PP



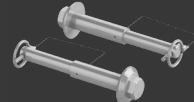
ARMAZENAGEM DE
BARRAS / HDA-BS



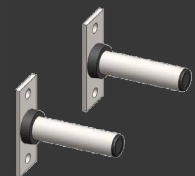
2 TUBOS
/ HDA-SM72-2P



DIVISOR DE PLACAS
PROTETORAS
/ HDA-BPD



BAND PEGS
/ HDA-BP



SUPORTE DE PESO
(PAR) / HDA-WH



DIP HANDLE
/ HDA-DIP

As imagens não estão em escala. Produtos sujeitos a alteração.



HD ELITE

VERSATILIDADE ROBUSTA

Um HD Elite™ Rack é uma vantagem para qualquer academia que valoriza o desempenho.

Oferece treinamento de força para os usuários e pode ser configurado como uma área de treinamento para um pequeno grupo de usuários que buscam exercícios de maior intensidade.

O treinamento de desempenho com um HD Elite Rack cria um ambiente energético que usa desafios físicos e suor para promover trabalho em equipe e camaradagem.

RECURSOS PRINCIPAIS



ANVIL BRACING™

Configuração aparafusada multiplano aumenta a rigidez da estrutura



SPIDER GUSSET™

Braços angulares de 45 graus com placa de diamante para aumentar a rigidez lateral



HAMMERLOCK™

O mecanismo de aparafusamento patenteado com origem na Hammer Strength permite um torque de aperto mais alto e elimina ferragens expostas para uma aparência mais clean

RACKS INDEPENDENTES (CONFIGURAÇÕES DE EXEMPLO)



HALF RACK LONG BASE / HDHRL

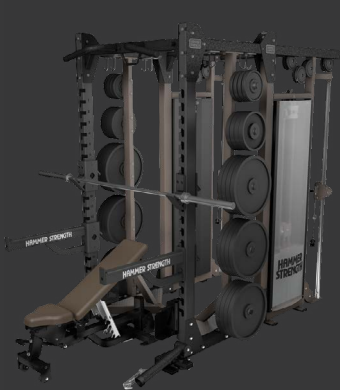


MULTI-RACK / HDLMR



POWER RACK / HDLPR

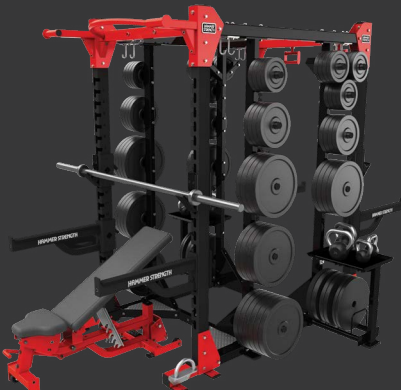
COMBO RACKS (CONFIGURAÇÕES DE EXEMPLO)



HALF RACK SHORT BASE / DAP HDLHRS / HDLCRDAP



POWER RACK / HALF RACK SHORT BASE / HLDPR / HDLHRS



HALF RACK SHORT BASE / HALF RACK SHORT BASE / HDLHRS / HDLHRSTT

ESTAÇÕES DE CABOS



HD ELITE DUAL ADJUSTABLE PULLEY / HDLDAP



HD ELITE PULLDOWN / HDLPD

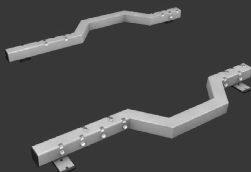


HD ELITE ROW / HDLRW



HD ELITE DUAL PULLDOWN ROW / HDLDPR

BASE E ARMAZENAGEM



SUMO BASE

- Uma base mais larga fornece uma área de treinamento maior, dando mais espaço aos atletas mais altos para desenvolverem movimentos de agachamento cruciais
- Disponível em Multi-Rack e Power Rack



BUMPER STORAGE AND TRAY

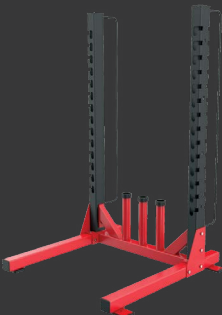
- Bandeja e armazenagem de anilhas
- Disponível tanto com carga frontal quanto com carga lateral
- Disponível em todas as armazenagens autônomas e de grupo



ACCESSORY STORAGE / DIP STATION / HDLADS

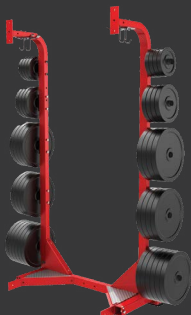
- Armazena quatro acessórios HD Elite
- Adicione o HD Elite Dip Handle para criar uma estação de apoio de 50" C x 49" L x 70" A (127 cm C x 145 cm L x 118 cm A)
- 58,5 kg (128 lb)

Mostrado com o HD Elite Dip Handle opcional*



ACCESSORY STORAGE RACK / HDLASR

- Armazena quatro pares de acessórios HD Elite
- Armazena três barras olímpicas
- 44" L x 47" C x 70" A (112 cm L x 119 cm C x 118 cm A)
- 90,5 kg (199 lb)



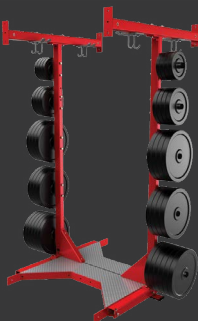
STAND-ALONE STORAGE / HDLSTOR-SA

- Eficácia de espaço máxima
- Padrão: Oito suportes de comprimento padrão e dois suportes longos
- Opcional: Armazenagem de Kettlebell/ Halteres com 10 suportes de peso padrão



COMBO STORAGE – SHORT SINGLE / HDLSTOR-SS

- 10 suportes padrão
- Espaço aumentado para localização



COMBO STORAGE – MEDIUM SINGLE / HDLSTOR-MS

- 10 suportes padrão
- Espaço aumentado para localização

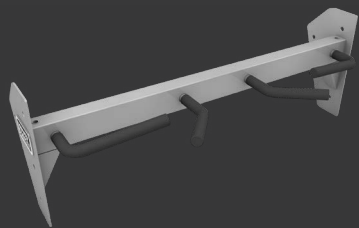


COMBO STORAGE – LONG DOUBLE / HDLSTOR-LD

- 20 suportes padrão
- Permite entrada lateral facilitada

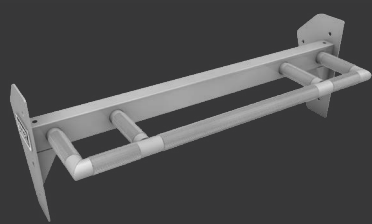
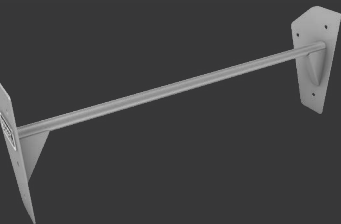
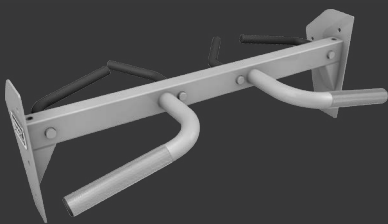
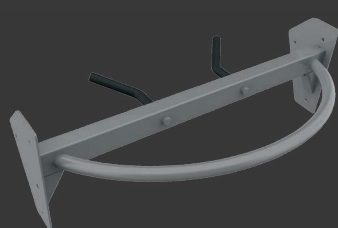
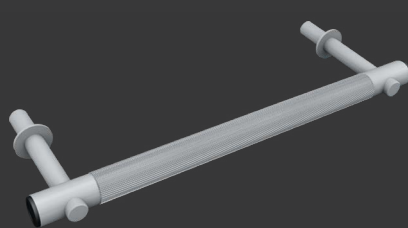
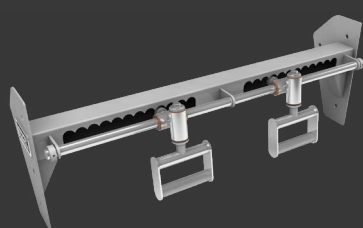
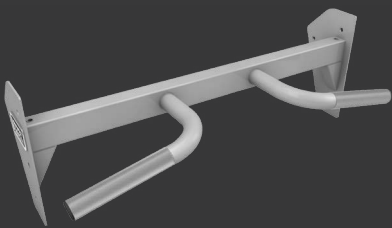


BARRAS PUXADORAS



3-HANDLE PULL-UP / HDL3PU

- Aderências revestidas de borracha com 3 cm (1,25”) de diâmetro
- Duas posições de cabo ergonômicas



DUAL PULL-UP / HDLDPU

- Pegador espesso na parte frontal e 2 puxadores na parte traseira
- Aumenta a variedade com barra múltipla
- Disponível somente em Power Rack

STRAIGHT BAR PULL-UP / HDLSSPU

- Controle dentado com 3 cm (1,25”) de diâmetro
- Também disponível como Thick Straight, controle dentado com 5 cm (2”) de diâmetro (HDLTSPU)

NEUTRAL BAR PULL-UP / HDNPU

- Controle dentado com 3 cm (1,25”) de diâmetro
- Pegadores neutros afastados entre 61 cm (24”) e 71 cm (28”)
- Também disponível como punho de 5 cm (2”) de diâmetro (HDETPU)

WING* / HDLWG

- Ângulo de 30 graus
- Ponto de fixação para treinamento de Olympic ring
- Aumenta a altura em 50 cm (20”) e o comprimento em 31 cm (12”)
- Disponível somente em Power Rack

STRAIGHT THICK SIDE PULL-UP

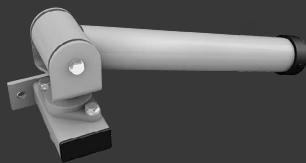
- Suportes cromados simplesmente deslizam lateralmente para movimentos de múltiplas posições
- Disponível somente em Power Rack com Base Padrão
- Controle dentado com 5 cm (2”) de diâmetro

ARC DUAL PULL-UP / HDLARC

- Ampla aderência neutra e sob as mãos na parte de trás
- Barra de arco contínuo com 4 cm (1,5”) de diâmetro na parte da frente
- Ampla aderência neutra e sob as mãos com revestimento de borracha e 3 cm (1,25”) de diâmetro na parte de trás

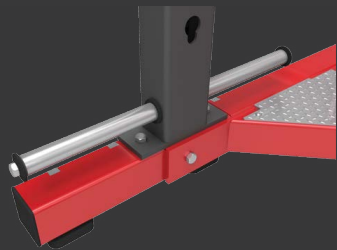
- Várias configurações de barras disponíveis para personalizar o seu rack para as suas necessidades de treinamento
- Ampliam a versatilidade dos sistemas de treinamento com rack

OPCIONAL



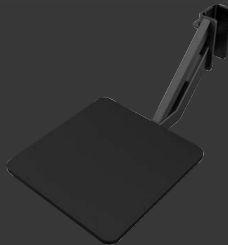
POWER PIVOT / HDLPP

- Fornece a capacidade de desenvolver uma variedade de exercícios de rotação
- Recursos de travamento mantêm as barras olímpicas seguras
- Compatível com todos os HD Elite Racks



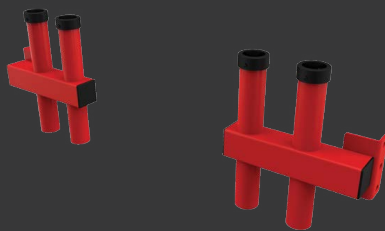
PIVÔS DESLIZÁVEIS PARA ELÁSTICOS / HDLSBP

- Permite um treinamento de resistência com faixa adicional
- Desliza para frente para o uso e desliza para trás para guardar quando não for usado
- Não disponível no Half Rack Long Base



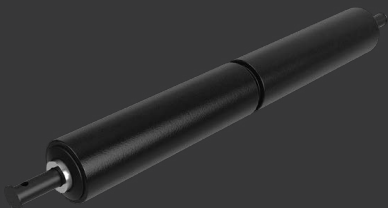
PLATAFORMA DE STEP / HDLSTP-HR & HDLSTP-PRMR

- 54 libras
- 20,5 cm (8") altura mínima do piso em HDLHRS & HDLPR
- 28 cm (11") altura mínima do piso em HDLHRS & HDLPR



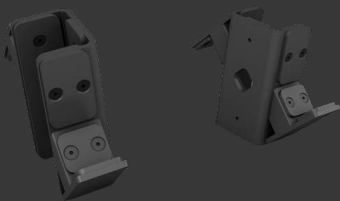
ARMAZENAGEM DE 4 BARRAS / HDL4BS

- Armazena quatro barras grandes para treinamento adicionais
- Compatível com todos os HD Elite racks



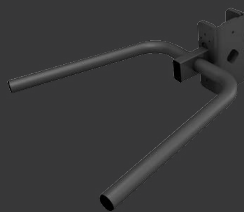
SINGLE LEG SQUAT BAR / HDLSLS

- Fornece uma localização fácil e acessível para exercícios de agachamento
- Apoio giratório aumenta o conforto do usuário e protege o estofamento para uma vida mais longa



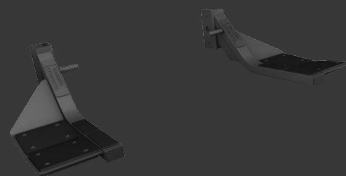
REVERSE BAR SUPPORT / HDLRBS

- Tiras desgastadas substituíveis evitam danos às barras olímpicas
- Encaixa-se na parte da frente superior no Multi-Rack e Power Rack



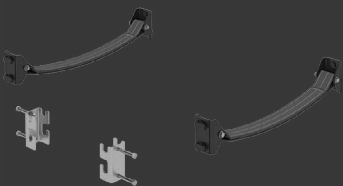
DIP HANDLES / HDLDIP-HR & HDLDIP-PRMR

- Para uso em Half Rack
- Suporte ergonômico acomoda uma grande variedade de tamanhos de usuários



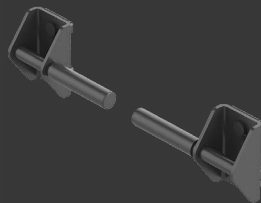
TECHNIQUE TRAY / HDLTT-HR & HDLTT-PRMR

- Bandejas angulares reduzem o movimento das placas protetoras enquanto descansa
- Borracha substituível na região do chão



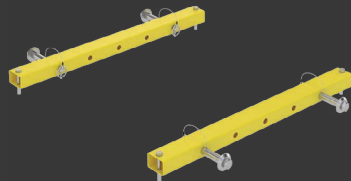
STRAP CATCHES / HDL-PR-FBC

- Strap Catches se prendem em posição vertical para oferecer uma alternativa suave aos ganchos de barra tradicionais
- Duas racks de armazenagem são disponibilizadas com os Strap Catches e montagens por trás dos suportes de peso quando não estiverem em uso
- Podem ser adicionadas no HD Elite e nos OHD Power Racks



STABILITY SQUAT HANDLES / HDL-SSH

- Para uso com a Safety Squat Bar ou como auxílio ao treinamento da amplitude de movimento/de agachamento
- Inclui armazenagem que é parafusada na parte de trás de um suporte de peso



PERPENDICULAR BAND PEGS / HDLPBP-PR

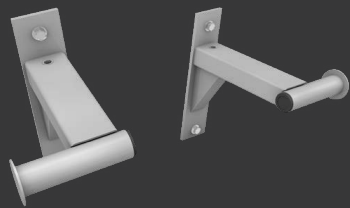
- Pivôs perpendiculares ajustáveis no HD Elite PR/MR como alternativa aos pivôs de faixas deslizáveis
- Tubo adicional com pontos de ajuste se parafusa diretamente na estrutura existente
- Os pivôs removíveis podem ser colocados em qualquer uma de cinco posições na configuração padrão, em três posições na configuração sumo



NORDIC HAM WITH ANVIL / HDL-NH

- Duas posições / Dois usos previstos
- Flexão nórdica
- Agachamento Búlgaro dividido
- Disponível por padrão com suporte de armazenagem
- Instalado através do Accessory Anvil (vendido em separado) em todos os HD Elite Racks

OPCIONAL



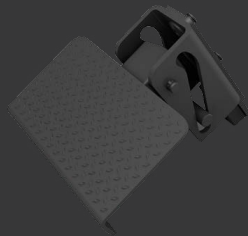
PIVÔS SUPERIORES PARA FAIXAS / HDLTBP

- Permitem treinamento ultra-rápido para desenvolver força e velocidade
- Disponível em todos os HD Elite Racks



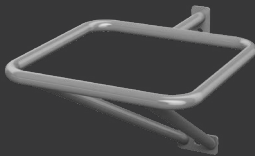
ACESSÓRIO DE EXERCÍCIO COM CORDA / HDLBL

- Preso na frente do rack
- Compatível com todos os HD Elite Racks



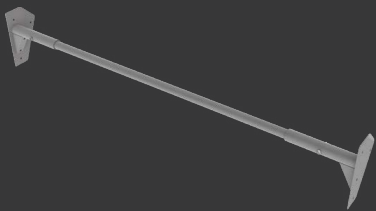
SPOTTER PLATFORMS / HDLSP

- Posiciona otimamente o spotter para auxiliar em diversos movimentos de pressão
- Articulações para cima e para baixo rápidas e fáceis



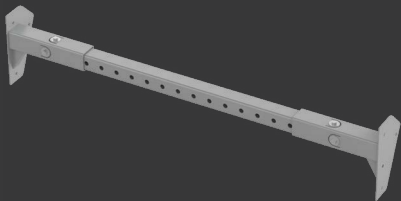
ARMAZENAGEM DE BOLAS SUPERIOR

- Armazenagem conveniente de bolas de estabilidade



RACK CONNECTOR – THICK STRAIGHT / HDLRC-TS

- Disponível em comprimentos ajustáveis de 15 para 18 cm (6’ para 7’) e de 18 cm para 20 cm (7’ para 8’)
- 5 cm (2”) de diâmetro

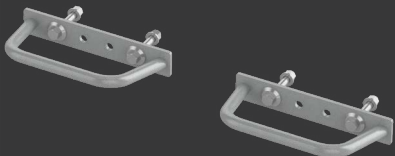


RACK CONNECTOR – SQUARE

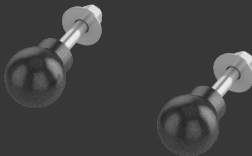
- Comprimento ajustável
- Permite a instalação de opções de empunhaduras neutras e esféricas



BARRA DE ARCO / HDA-ARC



EMPUNHADURAS NEUTRAS (PAR) / AT-NG



EMPUNHADURAS ESFÉRICAS (PAR) / AT-BG3



BANCOS E ARMAZENAGEM

A construção da estrutura em aço robusto com 11 posições suporta os exercícios mais intensos com peso livre e o peso corporal. Uma ampla seleção inclui estações olímpicas, estações de treinamento, estações de peso livre e racks de armazenagem.

BANCOS E ARMAZENAGEM



ADJUSTABLE BENCH
/ FWMAB



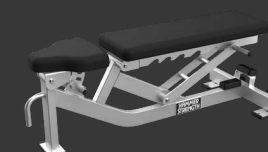
DECLINE/ABDOMINAL BENCH / FW-DB



FLAT BENCH / FW-FB



UTILITY BENCH - 75°
/ FW-UB75



MULTI-ADJUSTABLE BENCH / HDA-MAB

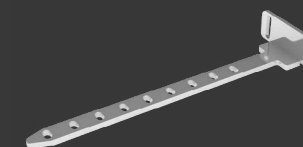


ADJUSTABLE BENCH
/ HDLADJN



ADJUSTABLE BENCH / HDLADJ

- Tamanho (C x L x A): 99 x 64 x 48 cm (39 x 25 x 19 pol.)
Peso: 56,2 kg (124 lb)
- Apoio de costas se ajusta a ângulos de pressão de 0 a 15, 30, 45, 60 e 75 graus
- Assento se ajusta a partir de 0-30 graus
- Também disponível com apoios maiores/mais longos (HDLADJXL)
- Para uso com o sistema Dock N' Lock



DOCK 'N LOCK / HDLDDL

- Acopla bancos HDLADJ & HDLADJXL em nove posições para frente e para trás
- Garante que o banco esteja sempre preso no lugar e centralizado nos Racks
- Encaixa-se em HD Elite e HD Athletic Racks

BANCOS E ARMAZENAGEM



OLYMPIC BENCH WEIGHT STORAGE / O-BWS OLYMPIC DECLINE BENCH / O-DB OLYMPIC FLAT BENCH / O-FB OLYMPIC INCLINE BENCH / OIB OLYMPIC MILITARY BENCH / O-MB OLYMPIC SQUAT RACK / OSR SMITH MACHINE / HSSM



CHIN/DIP/LEG RAISE / BW-CDL FIXED PAD GLUTE/HAM / BW-GHF GLUTE/HAM / BW-GH SEATED ARM CURL / FW-AC BACK EXTENSION / BW-BE 4' FREESTANDING STORAGE* / HDA-FSS-4 6' FREESTANDING STORAGE* / HDA-FSS-6



BARBELL RACK / FW-BAR SMALL RUBBER WEIGHT STORAGE / FW-BPS LARGE BUMPER PLATE STORAGE / FW-BPL DELUXE WEIGHT TREE / FW-DWT SINGLE-TIER DUMBBELL RACK / FW-DR1 TWO-TIER DUMBBELL RACK / FW-DR2 THREE-TIER DUMBBELL RACK / FW-DR3



ACESSÓRIOS HAMMER STRENGTH

O padrão de aço para academias que desejam criar uma experiência de treinamento que permite aos atletas tirar o máximo proveito de um desempenho coerente.

Cada produto é projetado com vista à durabilidade e a funcionalidade tem máxima prioridade, para oferecer uma linha de acessórios realmente incrível.

ANILHAS



ANILHAS— URETANO

Produto	Código do Produto
5 kg Black	HS-BP-1014-01
10 kg Green	HS-BP-1011-01
15 kg Yellow	HS-BP-1010-01
20 kg Blue	HS-BP-1009-01
25 kg Red	HS-BP-1008-01



ANILHAS— Borracha PREMIUM

Produto	Código do Produto
10 kg Black	HS-BP-2011-01
15 kg Black	HS-BP-2010-01
20 kg Black	HS-BP-2009-01
25 kg Black	HS-BP-2008-01

DISCOS OLÍMPICOS



DISCOS OLÍMPICOS DE URETANO PREMIUM

Peso	Cor	Código do Produto
1,25 kg	Black	HS-OP-2102-01
2,5 kg	Black	HS-OP-2103-01
5 kg	Black	HS-OP-2104-01
10 kg	Black	HS-OP-2105-01
15 kg	Black	HS-OP-2106-01
20 kg	Black	HS-OP-2107-01
25 kg	Black	HS-OP-2108-01

DISCOS OLÍMPICOS DE BORRACHA PREMIUM

Peso	Cor	Código do Produto
1,25 kg	Black	HS-OP-3102-01
2,5 kg	Black	HS-OP-3103-01
5 kg	Black	HS-OP-3104-01
10 kg	Black	HS-OP-3105-01
15 kg	Black	HS-OP-3106-01
20 kg	Black	HS-OP-3107-01
25 kg	Black	HS-OP-3108-01

BARRAS



BARRAS

Produto	Código do Produto
Barra olímpica – 28 mm – Cromada – Rolamento – 20 kg	HS-OB-1003-01
Barra olímpica – 28 mm – Cromada – Bucha – 20 kg	HS-OB-1004-01
Barra de ginástica – 29 mm – Cromada – Bucha – 20 kg	HS-OB-3001-01
Barra olímpica – 25 mm – Cromada – Bucha – 15 kg	HS-OB-4002-01
Barra para treinamento – Bucha – 20 kg	HS-OB-5002-01



BARRAS CURL

Produto	Código do Produto
Reta – Cromada – Bucha	HS-OB-6001-01
EZ Curl – Cromada – Bucha	HS-OB-6003-01

PESOS



HALTERES DE URETANO HAMMER

Peso	Código do Produto
2-20 kg, 10 pares	PH-HS-DB-2300-01
22-30 kg, 5 pares	PH-HS-DB-2301-01
32-40 kg, 5 pares	PH-HS-DB-2302-01
42-50 kg, 5 pares	PH-HS-DB-2303-01
52-60 kg, 5 pares	PH-HS-DB-2304-01



HALTERES HEXAGONAIS DE BORRACHA

Peso	Código do Produto
2,5-25 kg, 10 pares	PH-ACC-DB-6000-01
27,5-50 kg, 10 pares	PH-ACC-DB-6001-01

HALTERES DE BORRACHA HAMMER

Peso	Código do Produto
2,5-25 kg, 10 pares	PH-HS-DB-3300-01
27,5-50 kg, 10 pares	PH-HS-DB-3301-01

BARRAS FIXAS



BARRAS FIXAS DE URETANO PREMIUM

Produto	Código do Produto
10-20 kg, Conjunto	PH-HS-BB-3100-01
25-45 kg, Conjunto	PH-HS-BB-3101-01
10-45 kg, Conjunto	PH-HS-BB-3102-01

BARRAS FIXAS DE BORRACHA

Produto	Código do Produto
10-20 kg, Conjunto	PH-HS-BB-5100-01
25-45 kg, Conjunto	PH-HS-BB-5101-01
10-45 kg, Conjunto	PH-HS-BB-5102-01

ANÉIS



ANÉIS

Produto	Código do Produto
Presilha olímpica 2 (par)	ACC-CL-1001-02
Mola	ACC-CL-1000-01

CAIXAS PLIOMETRIA



CAIXA MADEIRA
PLIOMETRIA
50 cm x 60 cm x 76 cm
HS-PB-1000-01



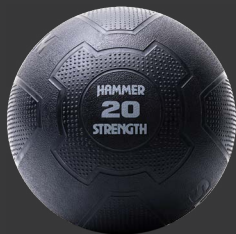
CAIXA PLIOMETRIA
MACIA
50 cm x 60 cm x 76 cm
HS-PB-2000-01



CAIXA PLIOMETRIA EMPILHÁVEL
HS-PB-3000-01

Produto	Tamanho
7 cm Plyo	7 cm x 76 cm x 91 cm
15 cm Plyo	15 cm x 76 cm x 91 cm
30 cm Plyo	30 cm x 76 cm x 91 cm
45 cm Plyo	45 cm x 76 cm x 91 cm
60 cm Plyo	60 cm x 76 cm x 91 cm

CONDICIONAMENTO



BOLAS MEDICINAIS

Peso	Código do Produto
5 kg	HS-SB-2000-01
10 kg	HS-SB-2001-01
15 kg	HS-SB-2002-01
20 kg	HS-SB-2003-01



SLAMBELLS

Peso	Código do Produto
2 kg	HS-SB-3000-01
4 kg	HS-SB-3001-01
6 kg	HS-SB-3002-01
8 kg	HS-SB-3003-01
10 kg	HS-SB-3004-01
12 kg	HS-SB-3005-01
14 kg	HS-SB-3006-01
16 kg	HS-SB-3007-01
18 kg	HS-SB-3008-01
20 kg	HS-SB-3009-01



KETTLEBELLS

Kettlebell de competição
Hammer Strength

Peso	Código do Produto
Purple, 8 kg	HS-KB-1000-01
Light Blue, 12 kg	HS-KB-1001-01
Yellow, 16 kg	HS-KB-1002-01
Grey, 20 kg	HS-KB-1003-01
Green, 24 kg	HS-KB-1004-01
Orange, 28 kg	HS-KB-1005-01
Red, 32 kg	HS-KB-1006-01

PLATAFORMAS E INSERTOS



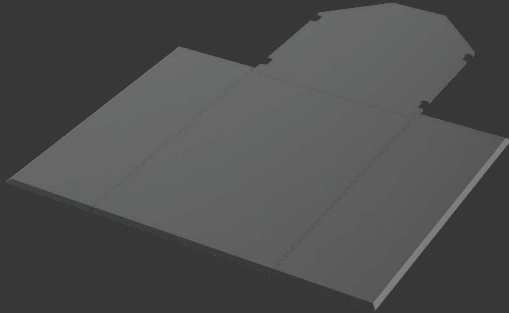
PLATAFORMAS
DE MADEIRA PREMIUM

- A espessura de 76 mm (3”) oferece uma durabilidade notável e reduz os ruídos
- O chassi de aço robusto circunda e retém a plataforma
- Disponível nos seguintes comprimentos: 1,2 m, 1,8 m e 2,4 m



INSERTOS DE MADEIRA

Produto	Código do Produto
HD Elite Power/Multi Rack – Base padrão	HDLPRMR-STD-INS
HD Elite Power/Multi Rack – Sumo Base	HDLPRMR-SU-INS
HD Elite Half Rack Long Base	HDLHRL-INS
HD Elite Half Rack Short Base	HDLHRS-INS
HD Elite HDLSTOR-LD Insert Feature	PW2-INS-HDLSTOR-LD
HDA Power Rack Insert	ATST-PR-INS
HDA Half Rack Insert	ATST-HR-INS



PLATAFORMA DE BORRACHA
INTERCONECTÁVEL

- Define com clareza uma área de exercício e pode ser configurado para se adaptar a qualquer espaço
- A borracha de alta resistência de 19 mm (3/4”) de espessura reduz significativamente os ruídos e vibrações.
- Disponível nos seguintes comprimentos: 1,2 m, 1,8 m e 2,4 m
- Pode ser usada de forma autônoma ou conectada para se estender em uma área aberta ou vários racks



INSERTOS DE BORRACHA

Produto	Código do Produto
HD Athletic Half Rack	RPI-AT-HR
HD Athletic Power Rack	RPI-AT-PR
HD Athletic Perimeter	RPI-AT-PSF
HD Elite Half Rack Short Base	RPI-HDLHRS
HD Elite Half Rack Long Base	RPI-HDLHRL
HD Elite Power/Multi Rack	RPI-HDLPRMR
Athletic Series Power Rack	RPI-ASPR



CORES DE ESTRUTURA

CORES	PRODUTOS HAMMER STRENGTH	HD ATHLETIC: ESTRUTURA DO RACK	HD ATHLETIC: UPRIGHT & XMEMBER
WHITE	●	●	–
PLATINUM*	●	●	–
HIGH-WEAR PLATINUM	–	●	●
ICE BLUE METALLIC*	●	●	–
HIGH-WEAR BLUE	–	●	●
BLUE	●	●	–
YELLOW	●	●	–
HIGH-WEAR RED	–	●	●
RED	●	●	–
MOCHA SAND	●	●	–
TITANIUM*	●	●	–
HIGH-WEAR CHARCOAL	–	●	●
CHARCOAL	●	●	–
MIDNIGHT METALLIC*	●	●	–
BLACK	●	●	–

LEGENDA

● PADRÃO

○ OPCIONAL

+ PERSONALIZADO

– NÃO DISPONÍVEL

Nem todos os produtos estão disponíveis em todas as cores. Consulte a tabela acima para informações sobre as especificações das cores.

CORES DO ESTOFADO

American Beauty Red	Candy Apple Red	Cranberry	Burgundy
Concord	Navy	Imperial Blue	Regimental Blue
Royal Blue	Azure	Grotto	Hunter Green
Suede	Wheat	Terra Cotta	Chestnut
Dark Walnut	Dove Gray	Slate	Black
Black Fibra de Carbono			

● Personalização limitada disponível para todos os produtos Hammer Strength.

HAMMER STRENGTH SELECT	CÓDIGO	DIMENSÕES (C x L x A)	PESO
Pectoral Fly	HS-PEC	125 cm x 143 cm x 181 cm (49" x 56" x 71")	264 kg (580 lb)
Pectoral Fly/Rear Deltoid	HS-FLY	125 cm x 143 cm x 181 cm (49" x 56" x 71")	264 kg (580 lb)
Chest Press	HS-CP	105 cm x 145 cm x 163 cm (41" x 57" x 64")	255 kg (560 lb)
Shoulder Press	HS-SP	153 cm x 143 cm x 163 cm (60" x 56" x 64")	236 kg (520 lb)
Seated Row	HS-RW	133 cm x 87 cm x 181 cm (52" x 34" x 71")	268 kg (590 lb)
Lat Pulldown	HS-PD	138 cm x 84 cm x 227 cm (54" x 33" x 89")	248 kg (545 lb)
Fixed Pulldown	HS-FPD	148 cm x 140 cm x 186 cm (58" x 55" x 73")	282 kg (620 lb)
Biceps Curl	HS-BC	115 cm x 105 cm x 140 cm (45" x 41" x 55")	205 kg (450 lb)
Triceps Extension	HS-TE	115 cm x 112 cm x 140 cm (45" x 44" x 55")	214 kg (470 lb)
Lateral Raise	HS-LR	107 cm x 94 cm x 140 cm (42" x 37" x 55")	243 kg (535 lb)
Assist Dip Chin	HS-ADC	117 cm x 115 cm x 221 cm (46" x 45" x 87")	298 kg (655 lb)
Seated Leg Press	HS-SLP	201 cm x 102 cm x 181 cm (79" x 40" x 71")	368 kg (810 lb)
Leg Extension	HS-LE	120 cm x 105 cm x 163 cm (47" x 41" x 64")	259 kg (570 lb)
Leg Curl	HS-LC	166 cm x 100 cm x 140 cm (65" x 39" x 55")	216 kg (475 lb)
Seated Leg Curl	HS-SLC	140 cm x 87 cm x 140 cm (55" x 34" x 55")	234 kg (515 lb)
Horizontal Calf	HS-HC	155 cm x 82 cm x 140 cm (61" x 32" x 55")	313 kg (690 lb)
Hip Adduction	HS-HAD	155 cm x 67 cm x 140 cm (61" x 26" x 55")	261 kg (575 lb)
Hip Abduction	HS-HAB	155 cm x 67 cm x 140 cm (61" x 26" x 55")	261 kg (575 lb)
Back Extension	HS-BE	117 cm x 102 cm x 140 cm (46" x 40" x 55")	255 kg (560 lb)
Hip/Glute	HS-HG	166 cm x 100 cm x 183 cm (65" x 39" x 72")	329 kg (725 lb)
Abdominal Crunch	HS-ABC	158 cm x 89 cm x 143 cm (62" x 35" x 56")	182 kg (400 lb)
Standing Calf	HS-SC	148 cm x 115 cm x 182 cm (58" x 45" x 71,5")	309 kg (680 lb)

MTS	CÓDIGO	DIMENSÕES (C x L x A)	PESO
Abdominal Crunch	MTSAB	112 cm x 100 cm x 143 cm (44" x 39" x 56")	241 kg (530 lb)
Iso-Lateral Biceps Curl	MTSBC	97 cm x 148 cm x 150 cm (38" x 58" x 59")	236 kg (520 lb)
Iso-Lateral Triceps Extension	MTSTE	92 cm x 133 cm x 153 cm (36" x 52" x 60")	264 kg (580 lb)
Iso-Lateral Chest Press	MTSCP	102 cm x 173 cm x 196 cm (40" x 68" x 77")	347 kg (765 lb)
Iso-Lateral Incline Press	MTSIP	102 cm x 173 cm x 196 cm (40" x 68" x 77")	347 kg (765 lb)
Iso-Lateral Decline Press	MTSDP	100 cm x 163 cm x 168 cm (39" x 64" x 66")	343 kg (755 lb)
Iso-Lateral High Row	MTSHR	120 cm x 183 cm x 196 cm (47" x 72" x 77")	354 kg (780 lb)
Iso-Lateral Row	MTSRW	130 cm x 158 cm x 209 cm (51" x 62" x 82")	347 kg (765 lb)
Iso-Lateral Front Pulldown	MTSFP	122 cm x 148 cm x 204 cm (48" x 58" x 80")	360 kg (793 lb)
Iso-Lateral Shoulder Press	MTSSP	115 cm x 158 cm x 138 cm (45" x 62" x 54")	339 kg (746 lb)
Iso-Lateral Leg Extension	MTSLE	122 cm x 145 cm x 140 cm (48" x 57" x 55")	341 kg (750 lb)
Kneeling Leg Curl	MTSKC	115 cm x 158 cm x 138 cm (45" x 62" x 54")	339 kg (746 lb)
V-Squat	MTSVQ	244 cm x 79 cm x 201 cm (96" x 31" x 79")	341 kg (750 lb)

PLATE-LOADED	CÓDIGO	DIMENSÕES (C x L x A)	PESO
Iso-Lateral Bench Press	IL-BP	125 cm x 133 cm x 176 cm (49" x 52" x 69")	159 kg (350 lb)
Iso-Lateral Horizontal Press	IL-HBP	168 cm x 155 cm x 107 cm (66" x 61" x 42")	109 kg (240 lb)
Iso-Lateral Super Incline Press	IL-FMP	127 cm x 150 cm x 153 cm (50" x 59" x 60")	164 kg (360 lb)
Iso-Lateral Incline Press	IL-IP	100 cm x 133 cm x 191 cm (39" x 52" x 75")	148 kg (325 lb)
Iso-Lateral Wide Chest	IL-WC	115 cm x 150 cm x 176 cm (45" x 59" x 69")	139 kg (305 lb)
Iso-Lateral Decline Press	IL-DCP	130 cm x 138 cm x 173 cm (51" x 54" x 68")	143 kg (315 lb)
Iso-Lateral Shoulder Press	IL-SP	130 cm x 148 cm x 188 cm (51" x 58" x 74")	159 kg (350 lb)
Iso-Lateral Chest/Back	IL-CB	183 cm x 133 cm x 209 cm (72" x 52" x 82")	177 kg (390 lb)
Iso-Lateral Front Lat Pulldown	IL-PD	166 cm x 105 cm x 204 cm (65" x 41" x 80")	143 kg (315 lb)
Iso-Lateral Wide Pulldown	IL-WPD	181 cm x 107 cm x 204 cm (71" x 42" x 80")	146 kg (320 lb)
Iso-Lateral High Row	IL-HR	155 cm x 105 cm x 201 cm (61" x 41" x 79")	150 kg (330 lb)
Iso-Lateral Rowing	IL-ROW	150 cm x 127 cm x 130 cm (59" x 50" x 51")	128 kg (280 lb)
Iso-Lateral D.Y. Row	IL-DRW	130 cm x 143 cm x 209 cm (51" x 56" x 82")	164 kg (360 lb)
Iso-Lateral Low Row	IL-LR	122 cm x 120 cm x 171 cm (48" x 47" x 67")	152 kg (335 lb)
Seated/Standing Shrug	PL-SH	97 cm x 135 cm x 120 cm (38" x 53" x 47")	107 kg (235 lb)
Seated Dip	PL-DIP	171 cm x 97 cm x 107 cm (67" x 38" x 42")	130 kg (285 lb)
Seated Biceps	PL-BI	127 cm x 117 cm x 135 cm (50" x 46" x 53")	103 kg (225 lb)
Iso-Lateral Lateral Raise	PL-LR	105 cm x 140 cm x 122 cm (41" x 55" x 48")	134 kg (295 lb)
Pullover	PL-PO	138 cm x 130 cm x 150 cm (54" x 51" x 59")	168 kg (370 lb)
4-Way Neck	PL-4W	84 cm x 138 cm x 158 cm (33" x 54" x 62")	112 kg (245 lb)
Gripper	PL-GRIP	110 cm x 59 cm x 120 cm (43" x 23" x 47")	30 kg (65 lb)
Abdominal Oblique Crunch	PL-AB	120 cm x 148 cm x 168 cm (47" x 58" x 66")	162 kg (355 lb)
Linear Leg Press	HSLLP	242 cm x 166 cm x 145 cm (95" x 65" x 57")	286 kg (630 lb)
Leg Press	PL-LP	176 cm x 130 cm x 145 cm (69" x 51" x 57")	243 kg (535 lb)
Iso-Lateral Leg Press	IL-LP	178 cm x 152 cm x 153 cm (70" x 59,5" x 60")	275 kg (605 lb)
Linear Hack Press	PLLHP	208 cm x 155 cm x 135 cm (82" x 61" x 53")	192 kg (423 lbs)
V-Squat	PL-VSQ	232 cm x 107 cm x 206 cm (91" x 42" x 81")	241 kg (530 lb)
Seated Calf Raise	PL-CALF	127 cm x 77 cm x 140 cm (50" x 30" x 55")	91 kg (200 lb)
Super Horizontal Calf	PLSHC	161 cm x 138 cm x 135 cm (63" x 54" x 53")	173 kg (380 lb)
Leg Extension	PL-LE	143 cm x 138 cm x 145 cm (56" x 54" x 57")	134 kg (295 lb)
Iso-Lateral Kneeling Leg Curl	IL-KLC	110 cm x 127 cm x 120 cm (43" x 50" x 47")	114 kg (250 lb)
Seated Leg Curl	PL-SLC	135 cm x 138 cm x 125 cm (53" x 54" x 49")	150 kg (330 lb)
Iso-Lateral Leg Extension	IL-LE	138 cm x 145 cm x 145 cm (54" x 57" x 57")	137 kg (300 lb)
Iso-Lateral Leg Curl	IL-LC	181 cm x 135 cm x 100 cm (71" x 53" x 39")	130 kg (285 lb)
Tibia Dorsi Flexion	PL-TIB	39 cm x 61 cm x 31 cm (15" x 24" x 12")	24 kg (52 lb)

GROUND BASE	CÓDIGO	DIMENSÕES (C x L x A)	PESO
Jammer	GB-J	150 cm x 168 cm x 229 cm (59" x 66" x 90")	168 kg (370 lb)
Combo Incline	GB-CI	148 cm x 148 cm x 140 cm (58" x 58" x 55")	125 kg (275 lb)
Combo Decline	GB-CD	166 cm x 130 cm x 244 cm (65" x 51" x 96")	164 kg (360 lb)
Combo Twist	GB-CT	148 cm x 148 cm x 140 cm (58" x 58" x 55")	125 kg (275 lb)
Twist Right	GB-TR	140 cm x 127 cm x 140 cm (55" x 50" x 55")	91 kg (200 lb)
Twist Left	GB-TL	140 cm x 127 cm x 140 cm (55" x 50" x 55")	91 kg (200 lb)
Squat Lunge	GB-SL	138 cm x 138 cm x 82 cm (54" x 54" x 32")	109 kg (240 lb)
Squat High Pull	GB-SHP	158 cm x 145 cm x 87 cm (62" x 57" x 34")	100 kg (220 lb)

BANCOS E ARMAZENAGEM	CÓDIGO	DIMENSÕES (C x L x A)	PESO
Olympic Bench Weight Storage	O-BWS	56 cm x 39 cm x 117 cm (22" x 15" x 46")	29 kg (62 lb)
Olympic Military Bench	O-MB	143 cm x 122 cm x 166 cm (56" x 48" x 65")	154 kg (339 lb)
Olympic Flat Bench	O-FB	133 cm x 127 cm x 127 cm (52" x 50" x 50")	66 kg (145 lb)
Olympic Incline Bench	OIB	130 cm x 133 cm x 148 cm (51" x 52" x 58")	90 kg (198 lb)
Olympic Squat Rack	OSR	150 cm x 176 cm x 186 cm (59" x 69" x 73")	132 kg (290 lb)
Olympic Decline Bench	O-DB	153 cm x 135 cm x 127 cm (60" x 53" x 50")	87 kg (190 lb)
Adjustable Bench (Pro Style)	FWMAB	140 cm x 67 cm x 44 cm (55" x 26" x 17")	53 kg (115 lb)
Flat Bench	FW-FB	127 cm x 56 cm x 41 cm (50" x 22" x 16")	25 kg (54 lb)
Decline/Abdominal Bench	FW-DB	161 cm x 61 cm x 87 cm (63" x 24" x 34")	46 kg (100 lb)
Utility Bench – 75-degree	FW-UB75	130 cm x 64 cm x 94 cm (51" x 25" x 37")	30 kg (65 lb)
Smith Machine	HSSM	127 cm x 220 cm x 237 cm (50" x 86,5" x 93")	289 kg (635 lb)
Seated Arm Curl	FW-AC	100 cm x 92 cm x 110 cm (39" x 36" x 43")	73 kg (160 lb)
Single-Tier Dumbbell Rack	FW-DR1	229 cm x 42 cm x 61 cm (90" x 16,5" x 24")	43 kg (93 lb)
Two-Tier Dumbbell Rack	FW-DR2	229 cm x 61 cm x 82 cm (90" x 24" x 32")	71 kg (155 lb)
Barbell Rack	FW-BAR	79 cm x 72 cm x 153 cm (31" x 28" x 60")	65 kg (142 lb)
Deluxe Weight Tree	FW-DWT	51 cm x 69 cm x 100 cm (20" x 27" x 39")	34 kg (73 lb)
Small Bumper Plate Storage	FW-BPS	117 cm x 41 cm x 30 cm (46" x 16" x 11,5")	20 kg (44 lb)
Large Bumper Plate Storage	FW-BPL	183 cm x 41 cm x 31 cm (72" x 16" x 12")	40 kg (88 lb)
Back Extension	BW-BE	150 cm x 72 cm x 110 cm (59" x 28" x 43")	62 kg (135 lb)
Chin/Dip/Leg Raise	BW-CDL	122 cm x 107 cm x 234 cm (48" x 42" x 92")	114 kg (250 lb)
Glute/Ham	BW-GH	183 cm x 84 cm x 127 cm (72" x 33" x 50")	150 kg (329 lb)
Fixed Pad Glute/Ham	BW-GHF	183 cm x 82 cm x 127 cm (72" x 32" x 50")	150 kg (329 lb)
HD Athletic Multi-Adjustable Bench	AT-MAB	133 cm x 56 cm x 47 cm (52" x 22" x 18,5")	39 kg (85 lb)

ACESSÓRIOS HD ATHLETIC

42" XMEMBERS	HALF RACK E COMBO RACK	POWER RACK	CONECTORES DE RACK	PLATAFORMAS	PERIMETER	PONTE
42" Monkey Bar	–	Somente Dianteira	–	•	•	•
42" Straight Bar	–	Somente Dianteira	–	•	–	–
42" Thick Skinny	Somente Traseira	Frontal ou Traseira	–	•	•	–
42" Multi-grip Bar	Somente Traseira	Somente Traseira	–	•	–	–
42" Off Set	–	Somente Dianteira	–	•	–	–
42" Suspension Chin	–	-	–	–	•	–
42" Square	–	Somente Dianteira	–	•	•	–

72" XMEMBERS / CONECTORES 72" XMEMBER						
72" Monkey Bar	–	–	•	•	•	•
72" Straight Bar	–	–	•	•	–	–
72" Thick Skinny	–	–	•	•	•	–
72" Off Set	–	–	•	•	–	–
72" Suspension Chin	–	–	–	–	•	–
72" Square	–	–	•	•	•	•

ACESSÓRIOS SQUARE XMEMBER*						
3" Ball Grip* (Par)	•	•	•	•	•	•
Neutral Grip Handles* (Par)	•	•	•	•	•	•
Arc Bar*	•	•	•	•	•	•

SUPORTES DE BARRAS & PEGADORES						
Bar Support (Par)	S	S	N/A	S	•	•
Half Rack Bar Catch (Par)	S	–	N/A	•	•	•
Power Rack Bar Catch (Par)	–	S	N/A	–	–	–
Flexible Bar Catch (Par)	–	•	N/A	–	–	–

ACESSÓRIOS DIVERSOS						
Band Pegs (Par)	•	•	N/A	•	•	•
Dip Handles	•	•	N/A	•	•	•
Power Pivot	•	•	N/A	•	•	•
Armazenagem para Barras da Plataforma	–	–	N/A	•	•	•
Armazenagem para Placas Protetoras do Rack	•	•	N/A	–	–	–
Suporte de Peso	S	S	N/A	•	•	•
Wing 42"	•	•	N/A	•	•	–
Wing 72"	–	–	•	•	–	–
Divisor de placas protetoras	•	•	•	•	•	•

COMPONENTES DE ARMAZENAGEM						
2Tubos de 106 cm (42")	–	–	–	•	–	–
Bandeja Kettlebell de 106 cm (42")	–	–	–	•	–	–
Bandeja Dumbbell de 106 cm (42")	–	–	–	•	–	–
2Tubos de 1,83 m (72")	–	–	•	•	–	•
Bandeja Kettlebell de 1,83 cm (72")	–	–	•	•	–	•
Bandeja Dumbbell de 1,83 cm (72")	–	–	•	•	–	•

LEGENDA			
S PADRÃO	• OPCIONAL	N/A NÃO APLICÁVEL	– NÃO DISPONÍVEL

*Requer Square Xmember



**HAMMER
STRENGTH®**

©2017 Life Fitness, uma divisão da Brunswick Corporation. Todos os direitos reservados. Ground Base, Hammer Strength e Iso-Lateral são marcas comerciais registradas da Brunswick Corporation. Cable Motion, HD Athletic, HD Elite, Motion Technology Selectorized, Hammer Lock, Spider Gusset e Anvil Bracing são marcas comerciais registradas da Brunswick Corporation. Inc.GM-014-16 (02.17).