

# ***RUSTER***<sup>®</sup>

CREATED TO PUSH YOUR LIMITS





**Ruster Fitness** nace de la demanda que se ha creado en el sector técnico deportivo hacia las nuevas modalidades deportivas como el Crossfit, Halterofilia, Powerlifting, Kettlebell training y Funcional.

Esta línea se ha desarrollado bajo una exhaustiva supervisión y control, sólo de esta manera podemos garantizar una calidad superior destinada a la competición y alta intensidad. Ha sido diseñada y confeccionada por deportistas de alto rendimiento e ingenieros. Todo esto, atiende a las necesidades que se crean en el sector del fitness que no deja de crecer y permanecer en continuo movimiento.

**Ruster Fitness** se presenta en el mercado para romper las reglas con una línea de productos muy completa que incluirá Competition bumper, PRO, Técnicos, Fraccionales, Barras de rodamientos, Kettlebells, Slam balls y Wall balls, Soportes/Racks, Jaulas y Pavimentos, entre otros. Todo ello bajo medidas reglamentarias y oficiales.

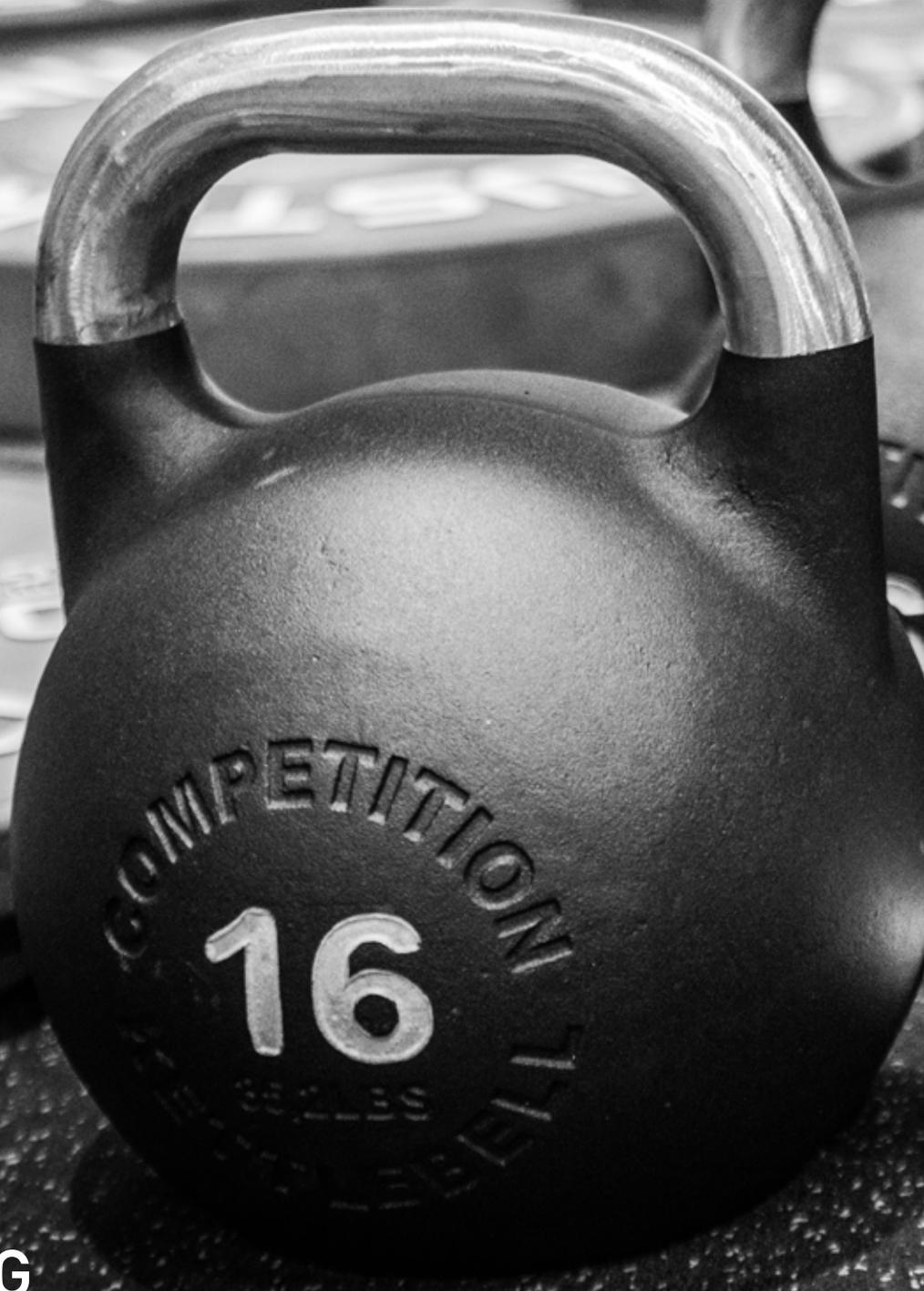
También cuenta con una cuidada línea de productos Endurance o Studio. Todo lo necesario para "Potenciar tus límites".

# ÍNDICE

4 - 43	CROSS TRAINING
44 - 55	FUNCTIONAL TRAINING
56 - 63	FREE WEIGHT
64 - 71	STUDIO
72 - 79	RACKS
80 - 81	PAVIMENTO TÉCNICO
82 - 85	IMÁGENES Y AGRADECIMIENTOS

# CROSS TRAINING

CROSS TRAINING





# COMPETITION BUMPER

Ref.: RU CT160301-RUCT160304



**10 kg**

Ref.: RU CT160301



**15 kg**

Ref.: RU CT160302



Nuestros Competition Bumper están fabricados en goma natural de excelente calidad con núcleo de acero cromado, altamente recomendados para la práctica de Cross Training.

- ▶ Peso: 10, 15, 20 y 25 kg
- ▶ Verde - 22 lb: 30 mm
- ▶ Amarillo - 33 lb: 42 mm
- ▶ Azul - 44 lb: 54 mm
- ▶ Rojo - 55 lb: 63 mm
- ▶ Tolerancia de peso:  $\pm 10$  gramos del peso indicado
- ▶ Diámetro: 45 cm
- ▶ Diámetro núcleo interior: 50,4 mm  $\pm 0,1$
- ▶ Núcleo interior: Acero cromado
- ▶ Dureza: 90 shore A



**20 kg**

Ref.: RU CT160303



**25 kg**

Ref.: RU CT160304



# DISCOS FRACCIONALES

Ref.: RU CT160401 - RU CT160405



Discos Fraccionales Olímpicos fabricados con goma de alta calidad.

Han sido diseñados para el entrenamiento de alto nivel. Precisión en el calibre del diámetro para minimizar el ruido y movimiento. Cumplen totalmente con el estándar de IWF, por lo que son aptos para competiciones de Cross Training.

- ▶ Material: 100% caucho natural
- ▶ Peso: 0,5 / 1 / 1,5 / 2 / 2,5 kg
- ▶ Blanco: 12,5 mm/ 135 mm
- ▶ Verde: 15 mm/ 160 mm
- ▶ Amarillo: 18 mm/ 175 mm
- ▶ Azul: 19 mm/ 190 mm
- ▶ Rojo: 19 mm/ 210 mm
- ▶ Diámetro núcleo interior: 50,4 mm +/- 0,1
- ▶ Dureza: 90 shore A

**2,5 kg**

Ref.: RU CT160405

**2 kg**

Ref.: RU CT160404

**1,5 kg**

Ref.: RU CT160403

**1 kg**

Ref.: RU CT160402

**0,5 kg**

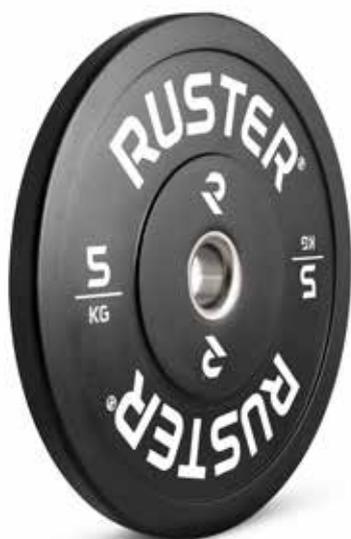
Ref.: RU CT160401



Estos discos están fabricados en goma natural de excelente calidad, altamente recomendados para la práctica de Cross Training. Impresión de logo duradera y codificados por colores.

Contiene un aro de acero resistente a impactos que garantiza la vida útil del disco.

- ▶ Pesos: 5, 10, 15, 20 y 25 kg
- ▶ 5 kg/11 lb: 24 mm
- ▶ 10 kg/22 lb: 37 mm
- ▶ 15 kg/33 lb: 48 mm
- ▶ 20 kg/44 lb: 59 mm
- ▶ 25 kg/55 lb: 69 mm
- ▶ Tolerancia de peso: +\_10 gramos del peso indicado
- ▶ Diámetro: 45 cm
- ▶ Diámetro núcleo interior: 50,4 mm
- ▶ Dureza: 88 shore A. Presenta un rebote perfecto en el suelo.



**5 kg**

Ref.: RU CT160201



**10 kg**

Ref.: RU CT160202



**15 kg**

Ref.: RU CT160203



**20 kg**

Ref.: RU CT160204



**25 kg**

Ref.: RU CT160205



# PRO BUMPER

Ref.: RU CT160201 - RU CT160205



## TRAINING BUMPER

Ref.: RU CT160101 - RU CT160105

- ▶ Peso: 5, 10, 15, 20 y 25 kg
- ▶ Diámetro: 45 cm
- ▶ Diámetro interior: 50,6 mm

Los Training Bumper están fabricados con goma compacta de alta calidad (contiene un alto porcentaje de goma natural), diseñados especialmente para realizar actividades de Cross Training o entrenamiento funcional.



**25 kg**

Ref.: RU CT160105

**20 kg**

Ref.: RU CT160104

**15 kg**

Ref.: RU CT160103

**10 kg**

Ref.: RU CT160102

**5 kg**

Ref.: RU CT160101



## COLLARINES NYLON

Ref.: RU CT010101

Fabricados en nylon y resina, altamente resistentes. Ideales para barras de Cross Training.

- ▶ Diámetro: 50 mm
- ▶ Material de fabricación: Nylon y resina



## DISCOS TECHNIQUE

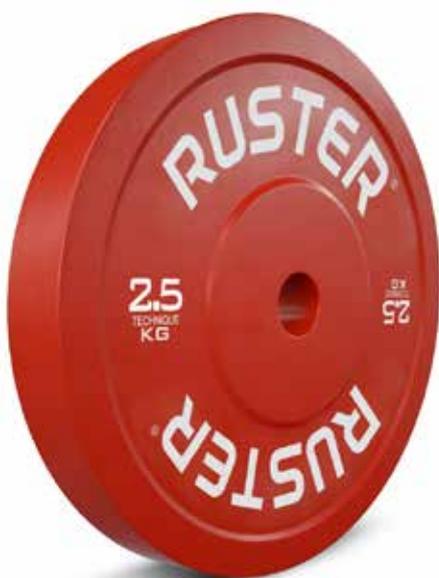
Los discos Technique están fabricados en TPE y están diseñados especialmente para perfeccionar la técnica en Cross Training o Halterofilia.

Se recomienda su utilización en plataformas de halterofilia o pavimentos de caucho con al menos 20mm de grosor.

### 2,5 kg

Ref.: RU CT160501

- ▶ Material: TPE
- ▶ Peso: 2,5 kg
- ▶ Tolerancia de peso: +/- 1%
- ▶ Diámetro: 45 cm
- ▶ Diámetro interior: 50
- ▶ Grosor: 8 cm.

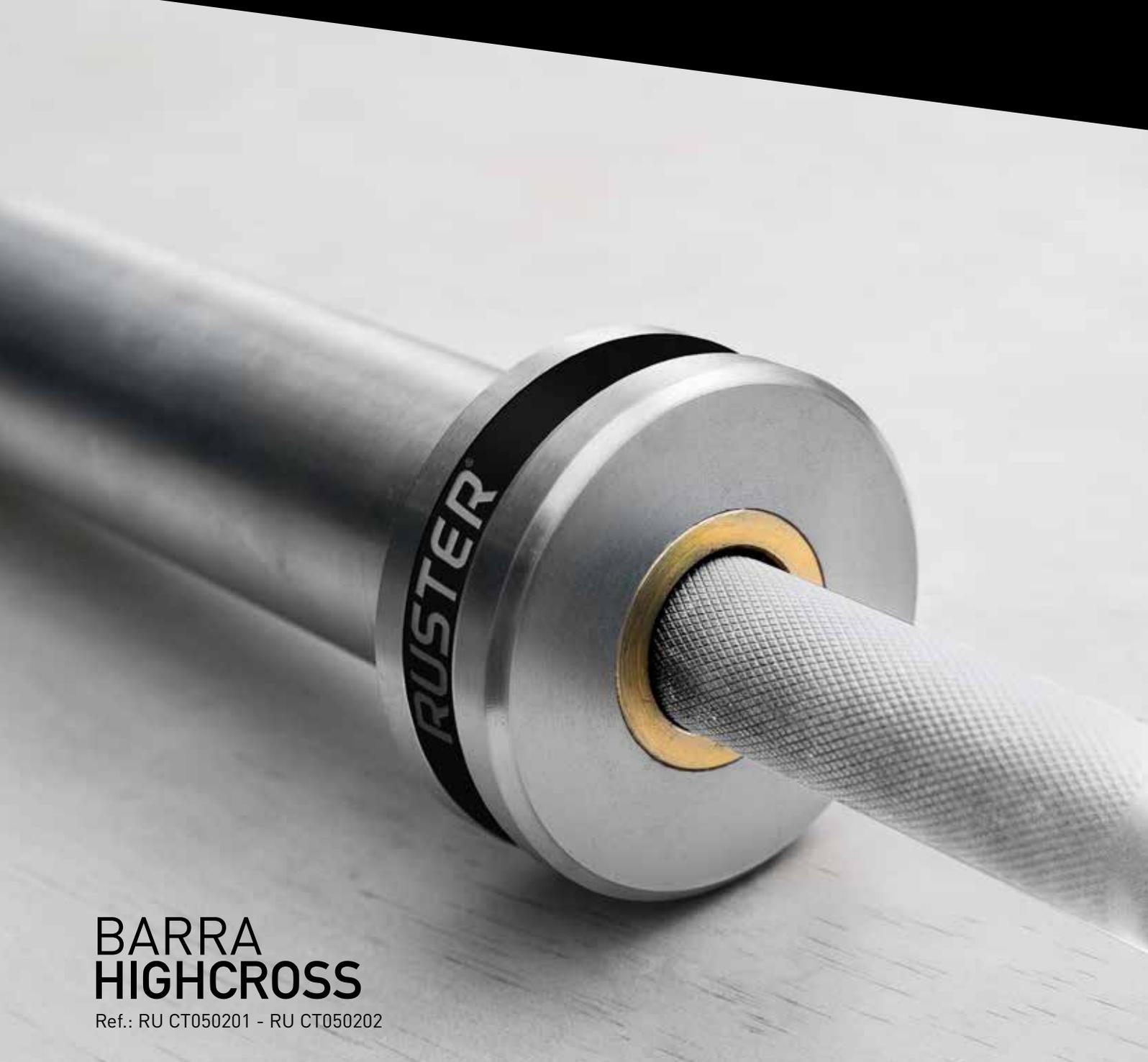


### 5 kg

Ref.: RU CT160502

- ▶ Material: TPE
- ▶ Peso: 5 kg
- ▶ Tolerancia de peso: +/- 1%
- ▶ Diámetro: 45 cm
- ▶ Diámetro interior: 50
- ▶ Grosor: 10 cm.





## BARRA HIGHCROSS

Ref.: RU CT050201 - RU CT050202

Las barras Highcross de alta resistencia están fabricadas en acero flexible de alta aleación, acabado hard chrome. Manguitos con ranura mecanizados en CNC y bandas de silicona con logo. Chapa lacada remachada. Rodamientos de agujas y casquillos de bronce autolubricados para un entrenamiento intenso que reducen drásticamente la fricción para proporcionar un giro fiable y de esa manera prolongar la vida útil de la barra.

Diseñadas para Cross Training, Powerlifting y Halterofilia.

## 15 kg

Ref.: RU CT050202

- ▶ Peso: 15 kg/33 lb
- ▶ Largo: 201 cm
- ▶ Zona de carga: 320 mm
- ▶ Diámetro zona de carga: 50 mm
- ▶ Diámetro agarre: 25 mm
- ▶ Capacidad max. de carga: 1000 lb/454 kg
- ▶ Resistencia a tracción: 187.000 PSI
- ▶ Material: Acero flexible de alta aleación
- ▶ Moletado: Grip medium con marcación en la parte central
- ▶ Rodamientos: 8 rodamientos de agujas (4 a cada lado)
- ▶ Casquillos: 2 de bronce



## 20 kg

Ref.: RU CT050201

- ▶ Peso: 20 kg/44 lb
- ▶ Largo: 220 cm
- ▶ Zona de carga: 410 mm
- ▶ Diámetro zona de carga: 50 mm
- ▶ Diámetro agarre: 28 mm
- ▶ Capacidad max. de carga: 1500 lb/680 kg
- ▶ Resistencia a tracción: 213.000 PSI
- ▶ Material: Acero flexible de alta aleación
- ▶ Moletado: Grip medium con marcación en la parte central
- ▶ Rodamientos: 8 rodamientos de agujas (4 a cada lado)
- ▶ Casquillos: 2 de bronce





# BARRA BLACKCROSS

Ref.: RU CT050101 - RU CT050102

Nuestras barras Blackcross están fabricadas en acero con acabado hard chrome y fosforización en negro. Rodamientos de agujas y casquillos de bronce que confieren una estabilidad óptima en todo tipo de levantamiento, desde entrenamientos básicos de fuerza hasta intensa competición de cross training. Diseñadas para Cross Training y Powerlifting.

## 15 kg

Ref.: RU CT050102

- ▶ Peso: 15 kg/33 lb
- ▶ Largo: 201 cm
- ▶ Zona de carga: 318 mm
- ▶ Diámetro zona de carga: 50 mm
- ▶ Diámetro agarre: 25 mm
- ▶ Capacidad max. de carga: 700 lb/318 kg
- ▶ Resistencia a tracción: 180.000 PSI
- ▶ Material: Acero
- ▶ Moletado: Doble marcación en la parte central
- ▶ Rodamientos: 8 rodamientos de agujas (4 a cada lado)
- ▶ Casquillos: 2 de bronce



## 20 kg

Ref.: RU CT050101

- ▶ Peso: 20 kg/44 lb
- ▶ Largo: 220 cm
- ▶ Zona de carga: 415 mm
- ▶ Diámetro zona de carga: 50 mm
- ▶ Diámetro agarre: 28 mm
- ▶ Capacidad max. de carga: 1500 lb/680 kg
- ▶ Resistencia a tracción: 180.000 PSI
- ▶ Material: Acero
- ▶ Moletado: Doble marcación en la parte central
- ▶ Rodamientos: 8 rodamientos de agujas (4 a cada lado)
- ▶ Casquillos: 2 de bronce



# COMPETITION KETTLEBELL

Ref.: RU CT170101 - RU CT170108



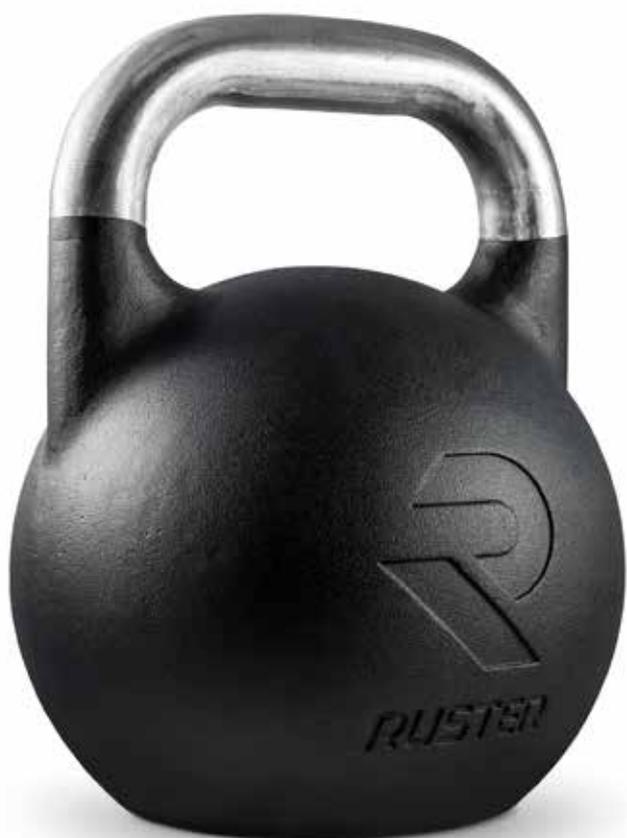


Están fabricadas en hierro con asa en acero inoxidable de alta calidad mediante un proceso de fundición con molde original ruso que las hace muy resistentes.

Los diferentes pesos se consiguen mediante aumento del grosor en la pared interna de la pesa por lo que a mayor peso, mayor resistencia.

Las Competition Kettlebells de Ruster están codificadas por colores y además, cumplen con los estándares de competición internacionales.

- ▶ Peso: 8, 12, 16, 20, 24, 28, 32 y 36 kg.
- ▶ Alto: 28 cm
- ▶ Ancho: 21,5 cm
- ▶ Diámetro del asa: 35 mm
- ▶ Material: Hierro y acero inoxidable
- ▶ Acabado: Pintura por inmersión



**8 kg**

Ref.: RU CT170101



Mancuernas hexagonales fabricadas en goma natural de máxima calidad con agarres cromados moleteados para mayor adherencia. Preparadas para el uso profesional. Gran calidad y resistencia.

- ▶ Pesos:
- ▶ De 1 a 10 kg. en incremento de 1 kg.
- ▶ De 12.5 a 40 kg., en incremento de 2.5 kg.

**5 kg**

Ref.: RU CT180105





## MANCUERNAS HEXAGONALES

Ref.: RU CT180101 - Ref.: RU CT180122





## WALL BALL

Ref.: RU CT040101 - Ref.: RU CT040107



El Wall Ball destaca por su superficie resistente fabricada en PVC de calidad con doble cosido liso y fuerte.

Está diseñado para entrenamientos de alta intensidad y apto para lanzar contra la pared. Tras varios impactos potentes, el balón mantiene perfectamente su forma, gracias a su estructura interior que absorbe el impacto. El material PVC es antideslizante y asegura un agarre óptimo y agradable.

Disponible en distintos pesos. Se puede utilizar para realizar una gran variedad de ejercicios de entrenamiento funcional.

Ideal para core training, desarrollo de la fuerza, velocidad, coordinación y potencia muscular.

- ▶ Pesos: 3, 5, 6, 7, 9, 12 y 15 kg
- ▶ Diámetro: 35 cm
- ▶ Interior: Gránulos de caucho, EPP y arena
- ▶ Exterior: PVC
- ▶ Color: Negro

**5 kg**

Ref.: RU CT040102



# SLAM BALL

---

Ref.: RU CT040201 - Ref.: RU CT040211

El Slam ball es un producto que está pensado para lanzamientos contra el suelo.

Se puede utilizar para realizar diferentes ejercicios de Cross Training y entrenamiento funcional. Es ideal para la mejora de la velocidad, resistencia cardiovascular y fuerza muscular explosiva.

Fabricado en PVC de alta calidad y muy resistente a los impactos contra el suelo.

Diseño antirrebote: contenido interior de arena hace que no rebote ni ruede. El revestimiento anti-deslizante asegura un agarre óptimo.

- ▶ Pesos: 3, 6, 9, 12, 15, 20, 25, 30, 40, 50 y 60 kg
- ▶ Exterior: PVC
- ▶ Interior: Arena
- ▶ Color: Rojo





**50 kg**

Ref.: RU CT040210





## PLYO WOOD

---

Ref.: RU CT100101

Cajón pliométrico fabricado en contrachapado de madera y tratamiento de barniz, que lo hace más duradero. Ideal para desarrollar la fuerza y elasticidad.

Disponible en 3 alturas: 51, 61 y 76 cm. Asas integradas para facilitar el desplazamiento. Los bordes y esquinas son redondeados para reducir el riesgo de lesiones. Viene con refuerzo interior para máxima resistencia.

- 
- ▶ Material: Madera de abedul
  - ▶ Largo: 76 cm
  - ▶ Alto: 61
  - ▶ Ancho: 51 cm



## LIFTING PLATFORM

Ref.: RU CT120101

Robusta plataforma para levantamiento de peso compuesta por 6 losetas de caucho compacto de 30 mm de espesor y una estable superficie fabricada en madera de bambú, ambas partes están fijadas con un perfil metálico.

- ▶ Largo: 251 cm
- ▶ Ancho: 191 cm
- ▶ Alto: 5 cm
- ▶ Loseta caucho: 60 x 60 x 3 cm
- ▶ Tabla madera: 120 x 180 x 3 cm
- ▶ Tubo perfil: 50 x 50 mm
- ▶ Espesor tubo: 3 mm



## PEGBOARD

---

Ref.: RU CT140101

Tablero robusto fabricado con laminado de abedul y dispositivos de suspensión.

---

- ▶ Largo: 220 cm
- ▶ Ancho: 30 cm
- ▶ Espesor: 4 cm
- ▶ Mangos de agarre en aluminio moleteados



## ROLLER MIOFASCIAL

Ref.: RU CT110101

Fabricado en EVA de alta densidad, perfecto para auto-liberación miofascial. También es ideal para la prevención de lesiones deportivas, así como rehabilitación.

- ▶ Largo: 33 cm
- ▶ Diámetro: 135 mm



## AB MAT

Ref.: RU CT020101

Accesorio fundamental para core training. Flexiona la columna vertebral para alargar los músculos abdominales y mientras, consigues hacer ejercicios abdominales más efectivos realizando movimientos compuestos.

- ▶ Largo: 37 cm
- ▶ Ancho: 30 cm
- ▶ Alto: 6 cm





Anillas de suspensión fabricadas en madera con cintas regulables y numeración bordada.

- ▶ Grosor anilla: 32 mm
- ▶ Diámetro anilla: 23 cm
- ▶ Largo cinta: 5 m
- ▶ Ancho cinta: 3,8 cm

## ANILLAS DE MADERA

Ref.: RU CT130101





## POWERBAND

Ref.: RU CT060101-RU CT060106

Las cintas de resistencia Powerband son extremadamente sólidas y resistentes y están diseñadas para el entrenamiento de alto rendimiento.

- ▶ Material: látex
- ▶ Largo: 104 cm

- |  |   |
|--|---|
| <p><b>Ultra fuerte</b><br/>Ref.: RU CT060106</p> <p><b>Extra fuerte</b><br/>Ref.: RU CT060105</p> <p><b>Fuerte</b><br/>Ref.: RU CT060104</p> | <p><b>Media</b><br/>Ref.: RU CT060103</p> <p><b>Ligera</b><br/>Ref.: RU CT060102</p> <p><b>Extra ligera</b><br/>Ref.: RU CT060101</p> |
|--|---|

## CUERDA PARA TREPAR

Ref.: RU CT220101

Cuerda de cáñamo 100% fibra natural de 40 mm, retorcida a 4 cabos. Gran resistencia a la tracción y al roce. Ideal para trepar. Totalmente preparada para entrenamientos intensos de crosstraining. Fabricación nacional.

- ▶ Material: Cáñamo trenzado.
- ▶ Anclaje: CLAMP.
- ▶ Largo: 6 m. (con posibilidad de personalizar).
- ▶ Diámetro: 40 mm.





# COMBAS

Ref.: RU CT030101 - RU CT030201

## COMBA DE PLÁSTICO

Ref.: RU CT030101

Comba de velocidad con asa de plástico ideal para Cross Training y entrenamientos de alta intensidad.

- ▶ Largo: 3 m
- ▶ Largo asa: 180 mm
- ▶ Grosor: 2,6 mm



## COMBA DE ALUMINIO

Ref.: RU CT030201

Comba de velocidad con asa de aluminio ideal para Cross Training, Funcional y entrenamientos de alta intensidad.

Fabricada con la máxima calidad, esta comba puede soportar el uso intensivo.

- ▶ Largo: 3 m
- ▶ Largo asa: 180 mm
- ▶ Grosor: 2,6 mm



## TRINEO CROSS TRAINING

---

Ref.: RU CT070101

El trineo es un producto ideal para trabajar la fuerza y resistencia proporcionándote la posibilidad de tonificar y ejercitar diferentes parte del cuerpo al mismo tiempo.

---

- ▶ Largo: 100 cm
- ▶ Ancho: 61 cm
- ▶ Alto: 98 cm



## TIMER CROSSHIIT

---

Ref.: RU CT090101

Conómetro deportivo digital con señal sonora diseñado para entrenamientos de Crosstraining y alta intensidad. Fácil manejo por mando a distancia.

---



- ▶ 72 x 26 cm
- ▶ Espesor: 5,5 mm
- ▶ Iluminación LED bicolor (azul y rojo)



## GHD

Ref.: RU CT150101

El GHD es una herramienta perfecta para entrenar la fuerza core, permite ejercitar la zona lumbar de la espalda, los glúteos, piernas y abdominales al mismo tiempo

- ▶ Largo: 177 cm
- ▶ Ancho: 79 cm
- ▶ Alto: 117,7 cm



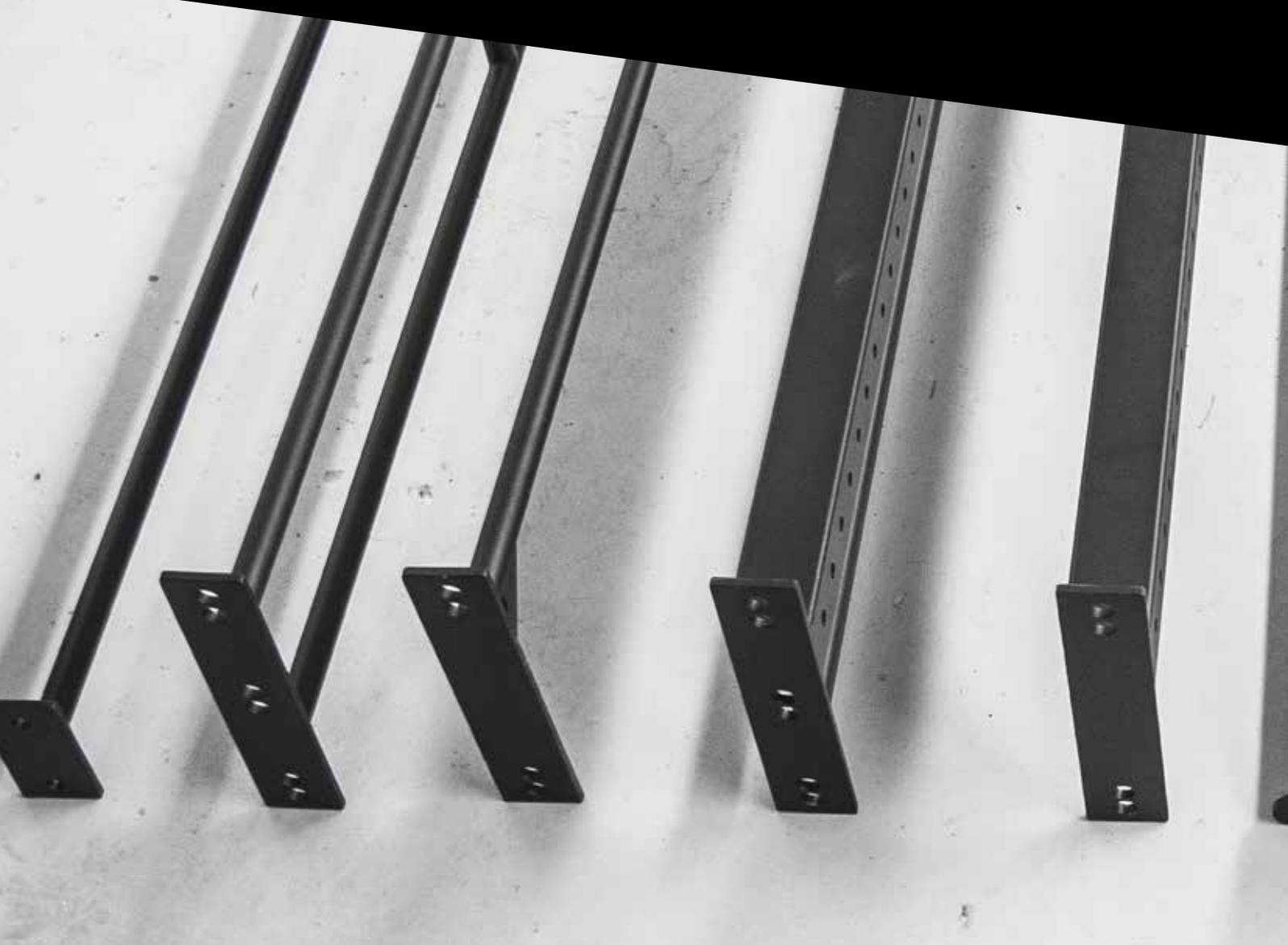
## BANCO PROFESIONAL PLANO

Ref.: RU CT210101

Banco fabricado en acero. Soporta hasta 500kg. Incorpora ruedas de transporte para un posicionamiento cómodo. Con pies de goma antideslizantes.

- ▶ Largo: 130 cm
- ▶ Ancho: 55 cm
- ▶ Alto: 45 cm
- ▶ Asiento: 30 cm x 122 cm
- ▶ Color: negro





RU1

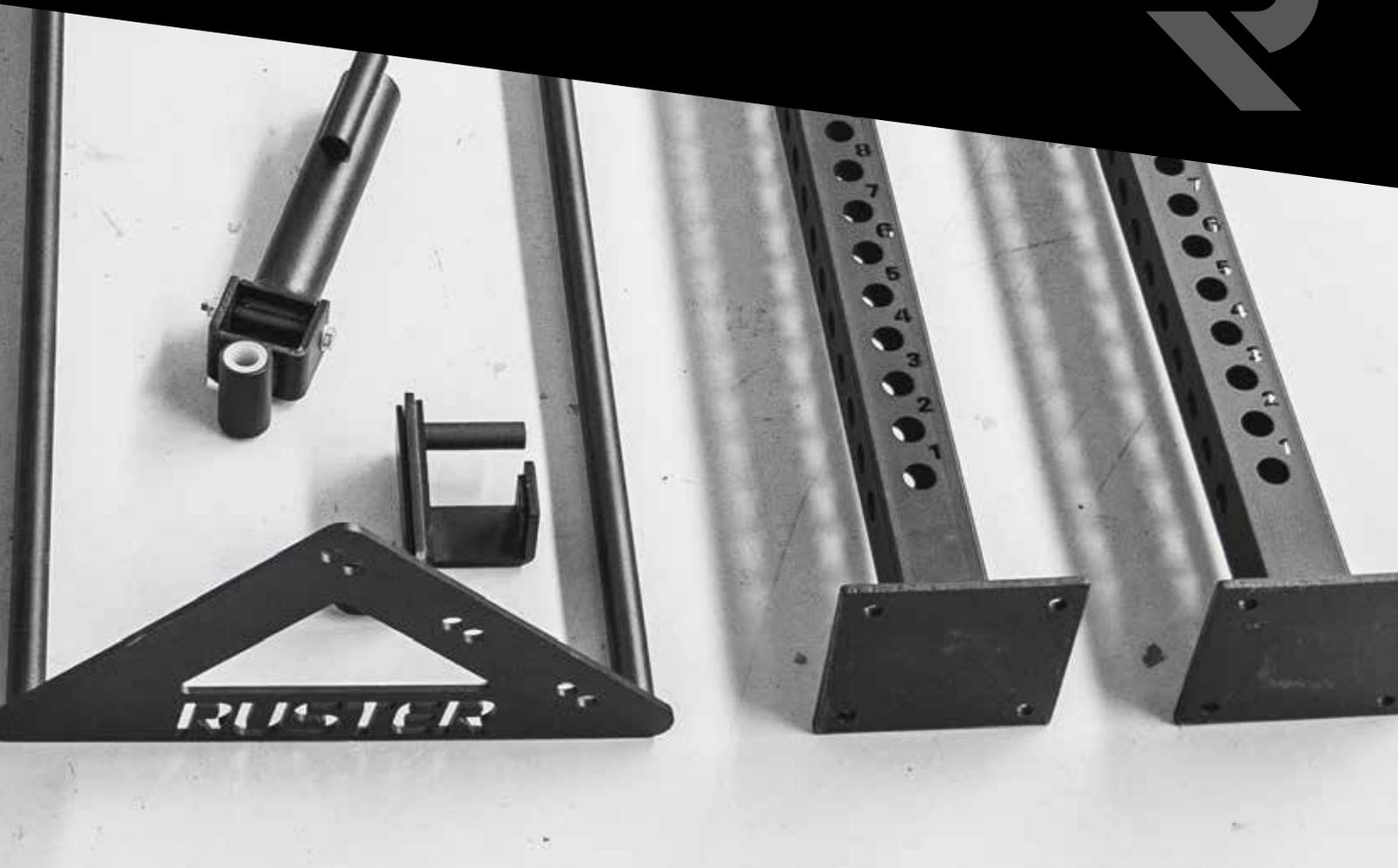


RUP1



## ESTRUCTURAS

Haz tu propia configuración adaptable a tu box.



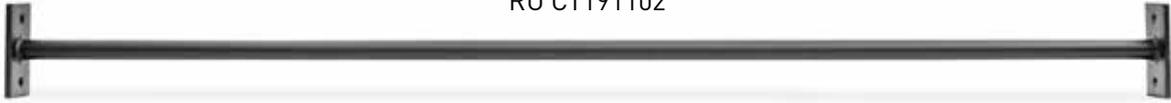
RU2



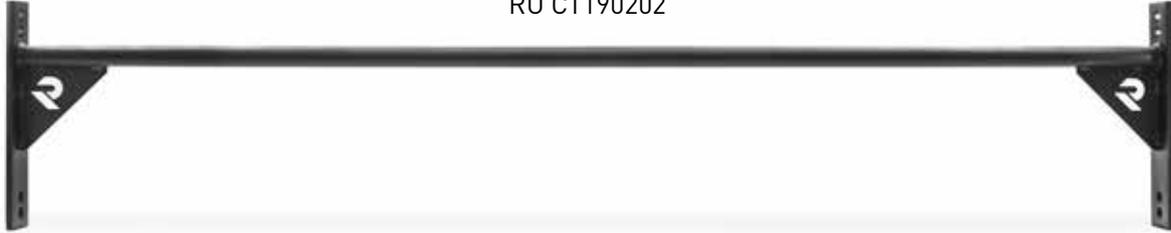
RUM1



**MONKEY**  
RU CT191102



**SIMPLE**  
RU CT190202



**PERFORADA ANILLAS**  
RU CT190501



**DOBLE PERFORADA**  
RU CT191002



**DOBLE**  
RU CT190301



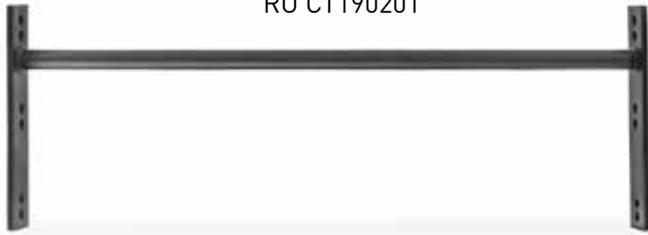
**ÁNGULO DOMINADAS**  
RU CT190401



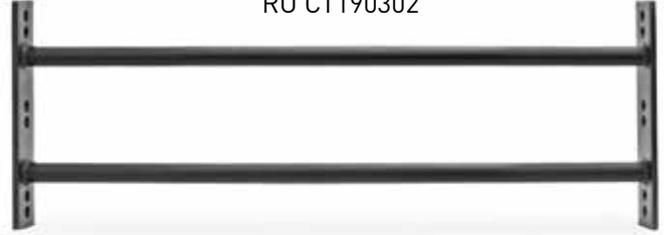
**BARRAS 1,80 m.**



**SIMPLE**  
RU CT190201



**DOBLE**  
RU CT190302



**DOBLE PERFORADA**  
RU CT191001



**PERFORADA ANILLAS**  
RU CT190502



**MONKEY**  
RU CT191101



**EXTENSIÓN ANILLAS**  
RU CT190601



**ÁNGULO DOMINADAS**  
RU CT190402



**BARRAS 1,10 m.**

# PILARES

75 x 75 mm



2,70 M

RU CT190101



3,60 M

RU CT190102

# ACCESORIOS

RENEGADE  
RU CT190901



SOPORTE CUERDAS  
RU CT191401



SOPORTE Y ANILLAS (PAR)  
RU CT191501



J-CUPS  
RU CT190701





**DIANA**  
RU CT190801



**FONDERA**  
RU CT191301



**BARRA SEGURIDAD**  
RU CT191201



**VARILLA SOPORTE DISCOS**  
RU CT191601







## RACK SENTADILLAS / DOMINADAS ABATIBLE

Ref.: RU CT200101

Rack de sentadillas abatible fabricado en acero. Se puede guardar fácilmente pegado a la pared después de cada uso. Es ideal para lugares con espacios limitados.

Práctico y versátil: permite realizar sentadillas simples u otros ejercicios más complejos con banco. También se le puede añadir otros accesorios para convertirlo en una mini estructura de Cross Training.

Se instala con dos chapas de acero en la pared para una sujeción más segura. Incluye barra para dominadas.

- ▶ Material: Acero con pintura epoxi
- ▶ Largo: 110 cm
- ▶ Alto: 230 cm
- ▶ Ancho: 68 cm
- ▶ Diámetro Tubo: 75 x 75 x 3 mm
- ▶ Color: Negro



# FUNCTIONAL TRAINING

FUNCTIONAL TRAINING







## PLYO FOAM

Ref.: RU FZ080201

Este cajón de pliometría está fabricado en foam de alta densidad y recubierto con PVC antideslizante.

Dispone de una gran estabilidad y permite realizar los ejercicios de salto de una forma segura gracias a su material interior compacto. Herramienta perfecta para desarrollar potencia y fuerza explosiva. El foam absorbe los golpes y reduce el impacto del salto evitando lesiones.

- ▶ Largo: 75 cm
- ▶ Ancho: 51 cm
- ▶ Alto: 61 cm



## SET PLYO OCTOGONAL

Ref.: RU FZ080101

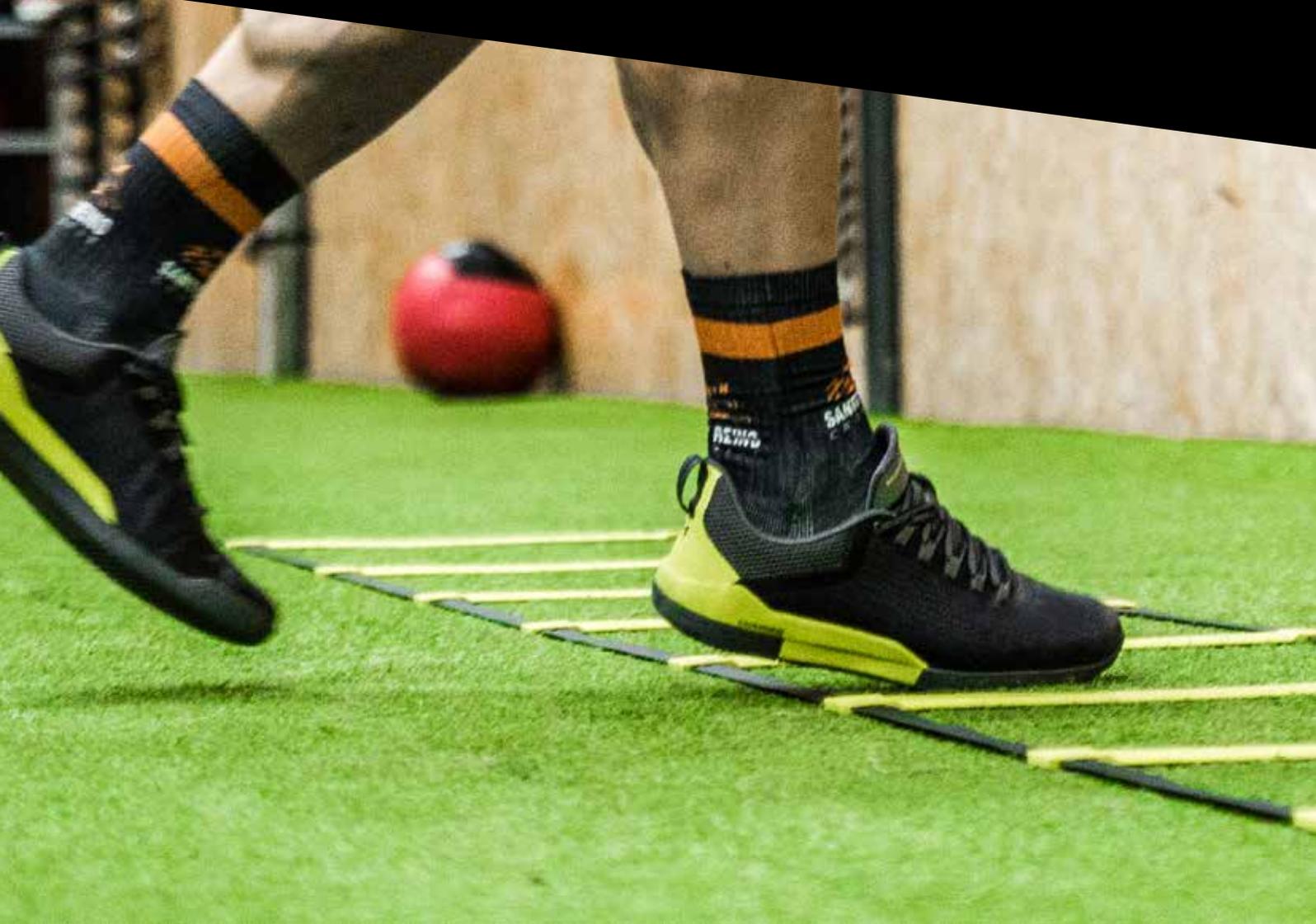
Set de robustos cajones pliométricos fabricados en foam de alta densidad, recubiertos con PVC.

Este producto es ideal para realizar entrenamientos de salto.

El set está compuesto por tres cajones de diferentes alturas: 30, 45 y 60 cm. Se puede usar uno u otro según el nivel de rendimiento y de capacidad de cada usuario. Se apilan fácilmente uniéndose mediante solapas de velcro.

- ▶ Material: Foam EPE y PVC
- ▶ 30: 100 x 100 x 30 cm / 15,5 kg
- ▶ 45: 100 x 100 x 45 cm / 18 kg
- ▶ 60: 100 x 100 x 60 cm / 20,5 kg





## SET VALLAS AJUSTABLES 5U.

Ref.: RU FZ020301

Valla ajustable con dos opciones de alturas.  
Producto ideal para desarrollar la velocidad  
y precisión.

- ▶ Ancho: 27 cm
- ▶ Alto: 20 / 31 cm
- ▶ Diámetro: 20 mm





## ESCALERA DE AGILIDAD

Ref.: RU FZ020201

Compuesta por 13 escalones totalmente ajustables.

- ▶ Largo: 6 m
- ▶ Material: TPE



## SET VALLAS SOFT 4 u.

Ref.: RU FZ020401

Vallas fabricadas en foam suave con efecto memoria, están diseñadas para entrenamientos intensivos de velocidad o agilidad.

- ▶ Material: Foam
- ▶ Largo: 60 cm
- ▶ Ancho: 20 cm
- ▶ Alto: 30 cm



## SET CONOS 4 u.

Ref.: RU FZ020101

Cono de alta calidad para trabajar la velocidad y agilidad.

- ▶ Alto: 23 cm
- ▶ Diámetro: 17 cm
- ▶ Material: PP y goma
- ▶ Color: Verde y negro



## SANDBAG

Ref.: RU FZ110201-RU FZ110205

Sandbags fabricados en Nylon altamente resistente a la tracción. Gracias a su versatilidad y flexibilidad, puedes trabajar diferentes músculos de tu cuerpo de forma simultánea a través de una amplia gama de ejercicios funcionales. Ideales para desarrollar fuerza, resistencia y potencia explosiva.

- ▶ Material: Nylon Oxford 1200D y arena
- ▶ Largo:
  - 5-10 kg: 47 cm
  - 15-20 kg: 53 cm
  - 25 kg: 55 cm
- ▶ Disponibles en 5, 10, 15, 20 y 25 kg



## VALLA FUNCIONAL

Ref.: RU FZ100101

La valla funcional es uno de los productos más prácticos y versátiles disponibles para fortalecer la fuerza y resistencia.

- ▶ Material: Acero de 2 mm
- ▶ Largo: 61 cm
- ▶ Ancho: 39 cm
- ▶ Alto: 76 cm
- ▶ Diámetro tubo: 42 mm
- ▶ Taponos regulables en los tubos de base para adaptarse a todo tipo de pavimentos.



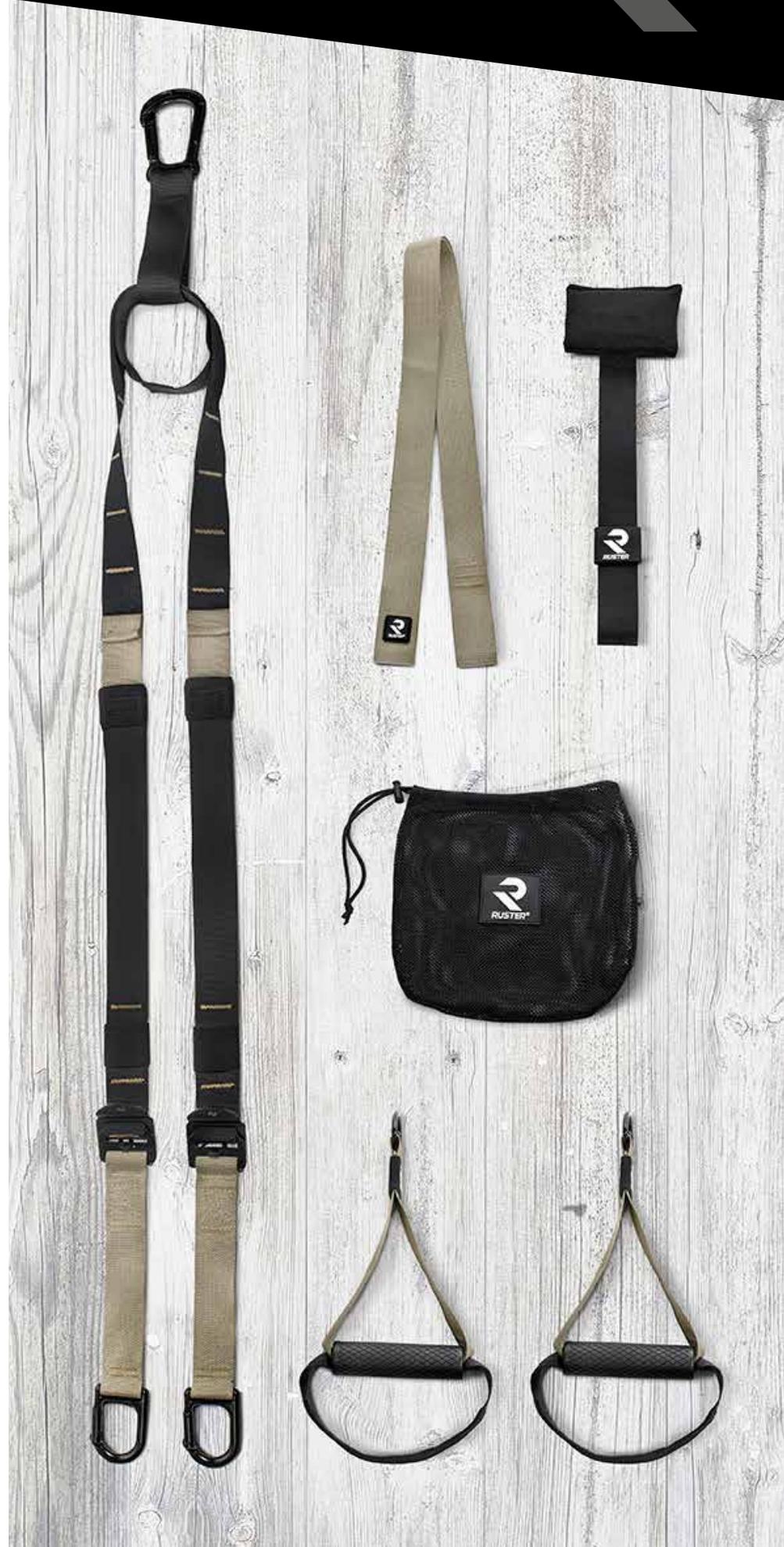


## SUSPENSION TRAINING SYSTEM

Ref.: RU FZ070101

Suspension Training System es un sistema de entrenamiento donde se utiliza la gravedad y tu peso corporal para ejercitar diferentes grupos musculares.

Tú tienes el control en cada ejercicio, porque simplemente puedes graduar la posición de tu cuerpo para generar o disminuir resistencia.





## TRAINING ROPE 9 m.

Ref.: RU FZ090101

## TRAINING ROPE 12 m.

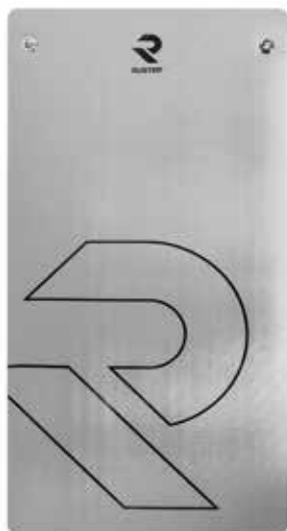
Ref.: RU FZ090102

Cuerda de batida fabricada en polietileno recubierta con funda protectora de nylon.

Una gran opción para trabajar tu core y brazos.

- ▶ Longitud: 9 m o 12 m
- ▶ Diámetro de la cuerda: 38 mm
- ▶ Incluye mangos de aluminio moleteados para un agarrae más seguro





## COLCHONETA FITNESS

Ref.: RU FZ040101

Colchoneta bicolor fabricada en PVC, ideal para actividades dirigidas y estiramientos.

- ▶ Largo: 120 cm
- ▶ Ancho: 60 cm
- ▶ Espesor: 0,8 cm



## FIT CORE

Ref.: RU FZ060101

Semi-esfera de equilibrio con base anti-deslizante para entrenar la coordinación y la estabilidad.

- ▶ Diámetro: 70 cm
- ▶ Alto: 23 cm



## MEDICINE BALL

---

Ref.: RU FZ030101-RU FZ030110

Fabricados en robusta goma que presenta una alta durabilidad. Ideal para yoga, pilates, deportes de rehabilitación, gimnasia y fitness.

---

- ▶ Pesos: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10 kg
- ▶ Diámetros:
  - ▶ 1-2 kg: 195 mm
  - ▶ 3-4 kg: 220 mm
  - ▶ 5-6 kg: 239 mm
  - ▶ 7-10 kg: 286 mm



## TRINEO DE ARRASTRE

Ref.: RU FZ050101

Trineo de arrastre fabricado en acero para ejercicios explosivos de fuerza.

- ▶ Base: 60 x 40 cm
- ▶ Espesor base: 5 mm



\* Disco no incluido

## BARRA DE DOMINADAS

Ref.: RU FZ120101

Barra de dominadas fabricada en acero de alta calidad. Herramienta perfecta para trabajar la parte superior del cuerpo.

- ▶ Acero
- ▶ 132 x 63,5 x 58 cm



## BARRA DE DOMINADAS PRO

Ref.: RU FZ120102

Fabricada en acero de alta calidad, cuenta con una estructura firme y segura. Apta para uso profesional.

- ▶ Acero
- ▶ 126,5 x 91 x 60 cm



# FREE WEIGHT

FREE WEIGHT





R  
KG.

5 KG.



## MANCUERNAS DE GOMA

Ref.: RU FW020101-RU FW020120

Mancuernas de goma con agarres cromados moleteados para mayor adherencia.

Preparadas para el uso profesional.

Fabricadas con extremos en una sola pieza.  
Gran calidad y resistencia.

► Pesos: De 2,5 a 50 kg en incremento de 2,5 kg

## DISCOS CON AGARRE

Ref.: RU FW010101-RU FW010107

Fabricados en hierro con revestimiento de goma natural de excelente calidad, lo que los hace muy resistentes a los impactos, y aro interior metálico de diámetro 50.

- ▶ Pesos: 1.25, 2.5, 5, 10, 15, 20 y 25 kg.
- ▶ Diámetro núcleo interior: 50,4 mm



## MANCUERNAS CROMADAS

Ref.: RU FW020201-RU FW020210

Mancuernas cromadas fabricadas en acero cromado con acabado elegante. Ideales para el entrenamiento de la fuerza.

- ▶ Acero cromado
- ▶ 1-10 kg en incremento de 1 kg



# BARRAS

**OLÍMPICA 120 cm**  
Ref.: RU FW040101



**OLÍMPICA 150 cm**  
Ref.: RU FW040102



**OLÍMPICA 180 cm**  
Ref.: RU FW040103



**OLÍMPICA 220 cm**  
Ref.: RU FW040104



**Z**

Ref.: RU FW040106



**HEXAGONAL**

Ref.: RU FW040107



**COLLARINES DE METAL (PAR)**  
Ref.: RU FW050101



**TRÍCEPS**

Ref.: RU FW040105





## PROTECTOR CERVICAL

Ref.: RU FZ010101

Fabricado en goma espuma y recubierto de licra lavable.

- ▶ Largo: 40 cm
- ▶ Color: Negro



## MANERALES



**CUERDA TRACCIÓN DOBLE**

Ref.: RU FW030111



**CUERDA TRACCIÓN SIMPLE**

Ref.: RU FW030110



**AGARRE REMO CORTO**

Ref.: RU FW030113



**AGARRE ESTRIBO SENCILLO**

Ref.: RU FW030112





**AGARRE TRÍCEPS V GIRATORIO**  
Ref.: RU FW030107



**AGARRE TRÍCEPS V FIJO**  
Ref.: RU FW030108



**AGARRE MULTIEJERCICIO**  
Ref.: RU FW030106



**AGARRE BÍCEPS TRÍCEPS GIRATORIO RECTO**  
Ref.: RU FW030109



# STUDIO

STUDIO





## STEP 4 BASES

Ref.: RU CC040101

Set completo con 4 bases de máxima estabilidad.  
Para múltiples ejercicios de aeróbic y body pump.  
Ideal para entrenar y tonificar piernas y glúteos.  
Plataforma y cuatro bases.

Topes de goma para evitar posible deslizamiento.

- ▶ Largo: 108 cm
- ▶ Ancho: 40 cm
- ▶ Alto: 30 cm
- ▶ Color: Gris/negro



5 kg



2,5 kg



1,25 kg



El Set Pump es un producto que está diseñado para realizar el entrenamiento del Body Pump.

Está compuesto por discos de goma de distintos pesos y una barra de acero recubierta de foam suave.

- ▶ Set completo: 20 kg
- ▶ Discos: goma
- ▶ Barra: acero con revestimiento de foam
- ▶ El set incluye:
  - 2 discos de 1,25 kg (color negro)
  - 2 discos de 2,5 kg (color gris)
  - 2 discos de 5 kg (color magenta)
  - 1 barra de 140 cm con 30 mm de diámetro
  - 2 collarines de nylon

## SET PUMP

Ref.: RU CC020101

## BLOCK YOGA

---

Ref.: RU CC030101

Fabricado en espuma EVA sellado al calor. Superficie de tacto suave.

---

- ▶ 22,9 x 15,2 x 7,6 cm
- ▶ Color: Negro



## FOAM ROLLER

---

Ref.: RU CC010201

Cilindro de foam fabricado en goma EVA, ideal para Pilates o Yoga.

---

- ▶ Largo: 98 cm
- ▶ Diámetro: 15 cm



## COLCHONETA CONFORT

---

Ref.: RU CC100201

Colchoneta bicolor fabricada en PVC, ideal para actividades dirigidas y estiramientos.

---

- ▶ Largo: 140 cm
- ▶ Ancho: 60 cm
- ▶ Espesor: 1 cm





## ARO PILATES

---

Ref.: RU CC010101

Aro especial con doble empuñadura diseñado para ejercicios de Pilates.

---

- ▶ Diámetro: Fibra de vidrio, foam y plástico
- ▶ Color: Verde / Gris

## GYMBALL

---

Ref.: RU CC080101-RU CC080103

Gymball anti-explisión fabricado en PVC de alta resistencia. Ideal para Yoga, Pilates y rehabilitación.

---

- ▶ Material: PVC
- ▶ Diámetros: 55, 65 y 75 cm



## LOOPS

Ref.: RU CC090201-RU CC090204

Los Loops son elásticos que pueden utilizarse para una gran variedad de aplicaciones, particularmente para trabajar el tronco inferior ganando en fuerza y equilibrio. Cada intensidad tiene un color.



► Látex

**Ligera:** 610 x 50 x 0,7 mm  
Ref.: RU CC090201

**Fuerte:** 610 x 50 x 1,1 mm  
Ref.: RU CC090203

**Media:** 610 x 50 x 0,9 mm  
Ref.: RU CC090202

**Extra fuerte:** 610 x 50 x 1,3 mm  
Ref.: RU CC090204

## ELÁSTICOS DE RESISTENCIA

Ref.: RU CC060101-RU CC060105

Elásticos de resistencia fabricados en TPE de alta calidad con agarres ligeramente flexibles fabricados en TPE.



**Ligera**  
Ref.: RU CC060101

**Fuerte**  
Ref.: RU CC060103

**Media**  
Ref.: RU CC060102

**Extra fuerte**  
Ref.: RU CC060104

**Ultra fuerte**  
Ref.: RU CC060105

## ROLLOS BANDA ELÁSTICA

Ref.: RU CC090101-RU CC090104

Fabricado en látex de alta calidad, disponible en varias intensidades. Ideal para actividades dirigidas o rehabilitación.



► Largo: 25 m

**Ligera**  
Ref.: RU CC090101

**Media**  
Ref.: RU CC090102

**Fuerte**  
Ref.: RU CC090103

**Extra fuerte**  
Ref.: RU CC090104

## KETTLEBELLS STUDIO

Ref.: RU CC070101-RU CC070110

Las kettlebells de vinilo están fabricadas en hierro recubiertas con vinilo. Acabado robusto y profesional. Base plana para apoyar. Son adecuadas para entrenamientos específicos de fuerza, resistencia y equilibrio.

- ▶ Material: Hierro y vinilo
- ▶ Pesos: 4, 6, 8, 10, 12, 16, 20, 24, 28 y 32 kg.



## MANCUERNAS STUDIO

Ref.: RU CC050101-RU CC050108

Mancuernas de vinilo fabricadas en hierro recubiertas con vinilo. Empuñadura ergonómica para facilitar el agarre y aumentar la seguridad del usuario. Codificadas por color.

- ▶ Pesos: 0,5, 1, 1,5, 2, 2,5, 3, 4 y 5 kg



## COLCHONETA YOGA

Ref.: RU CC100101

Colchoneta ideal para Yoga. Evita lesiones en la parte lumbar y dorsal.

- ▶ Largo: 173 cm
- ▶ Ancho: 61 cm
- ▶ Espesor: 0,4 cm



# RACKS

RACKS





## RACK COLCHONETAS PARED

---

Ref.: RU SP010101

Soporte de colchonetas fabricado en acero con pintura epoxi en color negro. Dispone de dos varillas ajustables que se pueden adaptar a colchonetas con ojales de diferentes tipos.

---

- ▶ Acero
- ▶ 65 x 25 x 5 cm
- ▶ Capacidad de almacenamiento: 15-20 colchonetas (dependiendo del grosor)



## RACK MEDICINE BALL

---

Ref.: RU SP010102

Soporte para balones medicinales fabricado en acero con pintura epoxi en color negro.

---

- ▶ Acero
- ▶ 47,5 x 64 x 146 cm
- ▶ Capacidad de almacenamiento: 5 unidades



## RACK BUMPER

Ref.: RU SP010104

Soporte para discos bumper fabricado en acero con pintura epoxi en color negro.

- ▶ Acero
- ▶ 120 x 47 x 33 cm
- ▶ Tubo: 70 x 50 x 2 mm
- ▶ Capacidad de almacenamiento: Depende del grosor de cada disco



## RACK BARRAS PARED

Ref.: RU SP010105

Soporte para barras olímpicas fabricado en acero con pintura epoxi en color negro, con protecciones de nylon.

- ▶ Acero
- ▶ 99,5 x 20,8 x 4,5 cm
- ▶ Grosor: 4 mm
- ▶ Capacidad de almacenamiento: 6 unidades



# RACK SET PUMP

Soporte vertical fabricado en acero para discos y barras del set pump con pintura epoxi en color negro.

## 15 SETS

Ref.: RU SP010107

- ▶ Acero
- ▶ 116 x 105 x 74 cm
- ▶ Tubo: 40 x 40 x 1,5 mm
- ▶ Capacidad de almacenamiento: 15 sets



## 30 SETS

Ref.: RU SP010108

- ▶ Acero
- ▶ 177 x 72 x 167 cm
- ▶ Tubo ovalado: 100 x 50 x 2 mm
- ▶ Capacidad de almacenamiento: 30 sets





## RACK MANCUERNAS HEXAGONALES

Ref.: RU SP010109

Soporte para mancuernas hexagonales fabricado en acero con terminación epoxi en color negro.

- ▶ Acero
- ▶ 155 x 87 x 95 cm



## RACK MANCUERNAS CROMADAS

Ref.: RU SP010110

Soporte para mancuernas cromadas fabricado en acero con terminación epoxi en color negro.

- ▶ Acero
- ▶ 73 x 60 x 140 cm



## RACK MANERALES

Ref.: RU SP010111

Soporte para manerales fabricado en acero con terminación epoxi en color negro.

- ▶ Acero
- ▶ 50 x 46 x 121 cm



## RACK MANCUERNAS DE VINILO

---

Ref.: RU SP010112

Soporte para mancuernas de vinilo fabricado en acero con terminación epoxi en color negro.

---

- ▶ Acero
- ▶ 106 x 50 x 90 cm



## RACK MANCUERNAS DE GOMA

---

Soporte para mancuernas de goma fabricado en acero con terminación epoxi en color negro.

---

### 5 PARES

Ref.: RU SP010113

- ▶ Acero
- ▶ 124 x 75 x 78 cm

### 10 PARES

Ref.: RU SP010114

- ▶ Acero
- ▶ 243 x 75 x 78 cm



## RACK DISCOS

Ref.: RU SP010106

Soporte para discos olímpicos fabricado en acero con terminación epoxi en color negro.

- ▶ Acero
- ▶ 92 x 92 x 100 cm
- ▶ Capacidad de almacenamiento: 12-15 unidades



## RACK KETTLEBELLS

Ref.: RU SP010103

Soporte para kettlebells fabricado en acero con terminación epoxi en color negro. Ideal para mantener las kettlebells organizadas.

- ▶ Acero
- ▶ 144 x 66 x 79 cm
- ▶ Tubo ovalado: 60 x 40 x 2 mm
- ▶ Capacidad de almacenamiento: 14 unidades



# PAVIMENTO TÉCNICO

## LOSETA CAUCHO CROSSTRAINING

---

La loseta de caucho está indicada para BOX de crosstraining o centros deportivos. Amortigua en gran medida los impactos intensos y absorbe la onda de presión resultante.

---

- ▶ 1x1 m
- ▶ Grosor: 15 mm y 20 mm



## ROLLO CAUCHO

---

Pavimento caucho y partículas EPDM, de Poliuretano ideal para crosstraining o zona de peso libre.

---

- ▶ Color: Negro y gris / azul / rojo
- ▶ Resistencia: aprox. 0.3 N/mm<sup>2</sup>.
- ▶ Resistencia térmica : -30° a + 80°C.
- ▶ Disponible en: 4, 6, 8 y 10 mm de espesor.
- ▶ Ancho rollo: 1,25 m.





## LOSETA CT

La loseta de caucho está indicada para BOX de crosstraining o centros deportivos. Amortigua en gran medida los impactos intensos y absorbe la onda de presión resultante.

- ▶ 50 x 50 cm
- ▶ Grosor: 30 mm



## CÉSPED ARTIFICIAL INDOOR + OUTDOOR

La solución de césped artificial funcional y de gran calidad para suelos de entrenamiento tanto interiores como en exteriores.

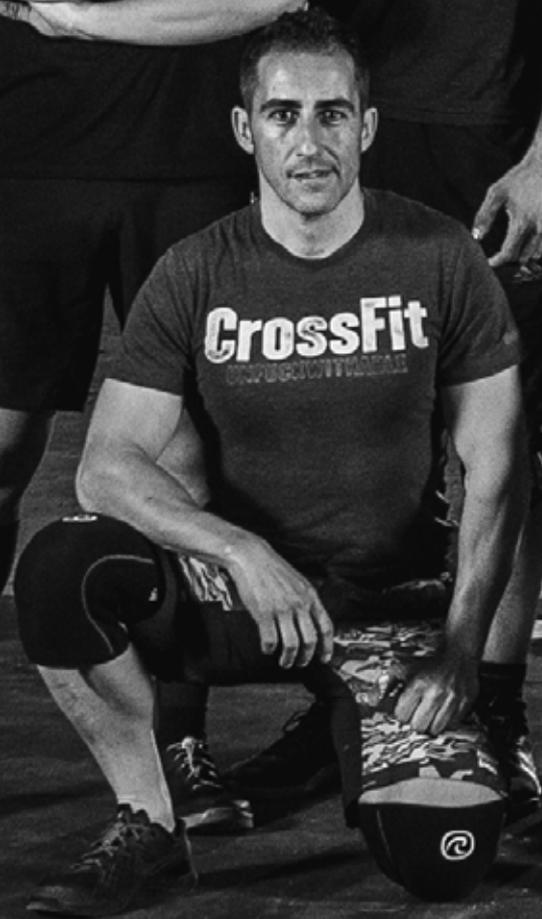
- ▶ Resistencia: +83.000 puntos de sutura m2.
- ▶ Acabado de poliuretano más resistente que el látex.
- ▶ Confort (sensación de hierba).
- ▶ Apariencia realista.
- ▶ Para interiores y exteriores.
- ▶ Garantía contra los rayos UV (exposición al sol).

Colores disponibles:











**AGRADECIMIENTOS**

CROSSFIT LA FORJA / SEVILLA  
CROSSFIT SANTO REINO / JAÉN  
CROSSFIT JÁEN / JAÉN



Ruster Fitness  
Pol. Los Olivares  
Prolongación C/ Huelma S/N  
Parcela 78 - 23009 - Jaén - SPAIN  
T. +34 953 900 002  
info@rusterfitness.com



[www.rusterfitness.com](http://www.rusterfitness.com)