Forma, Rectángulo

Descripción generada automáticamente

Herramientas.

**Ninguno.**

**Banda de resistencia.**

**Banda de suspensión.**

**Barra.**

**Barra Z.**

**Barras (dominadas, paralelas)**

**Mancuerna.**

**Mancuernas.**

**Pesa Rusa.**

**Placa de Peso.**

**Máquinas en GYM.**

**Banco Plano.**

**Banco Declinado.**

**Banco Inclinado.**

**Cuerda.**