

Línea Implementos

## Barra Olímpica Cromada

Código: OB-86



La barra olímpica cromada es un tipo de barra totalmente recta que se utiliza para el levantamiento de pesos con discos olímpicos. Esta barra peso 45 libras aproximadamente. Los ejercicios que más se pueden trabajar con esta barra son las sentadillas, desplantes, press plano, inclinado, press militar

como también ejercicios específicos del levantamiento olímpico.

Como precaución para evitar accidentes, es importante utilizar unos seguros en los extremos de la barra que fijen que los discos a la barra y no se salgan de esta.

**Fotografía de detalle**

