

# cinto de natação



**Aumente seu rendimento no treino de natação!**



## ACTUAL

**Este kit contém:**

- 1 elástico 2,4m**
- 1 cinto de adaptação**
- 1 cordão extensor**
- 3 faixas de demarcação**

**Produto aplicado para treinamentos de explosão, resistência e força na natação.**

**Requer uma raia mínima de 5m.**

**Use preferencialmente acompanhado por um técnico especializado.**

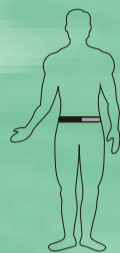
### **Obrigado por adquirir o cinto de natação Actual!**

Este produto foi idealizado no início dos anos 90, para treinamentos especiais, elaborados por técnicos de natação.

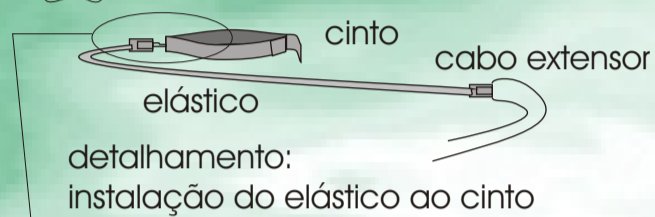
Com o passar do tempo, o sucesso deste sistema chegou ao conhecimento de todos os nadadores, nos seus diversos níveis.

Para obter todos os benefícios deste produto, sugerimos que um técnico especializado seja sempre consultado. Sua inestimável orientação o ajudará a aumentar seu desempenho dentro d'água!

### **Montagem:**

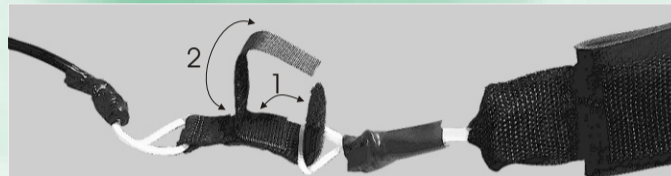


Coloque o cinto na altura do seu abdômen, fixando o velcro de forma que não fique por demais apertado. O elástico deve estar voltado para as suas costas.



### **Fechamento Triplo:**

Para substituir ou acrescentar elásticos ao cinto, siga a montagem da figura abaixo.

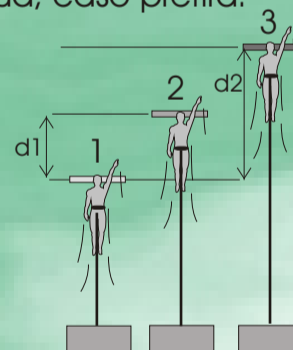


1. Passe o cabo pelo primeiro estágio do elástico.  
2. Logo após, feche-a.

O cordão de nylon que acompanha o cinto de natação (cabo extensor), serve para ser preso na borda da piscina, ou então acoplado a um ponto de fixação fora d'água, caso prefira.

### **Uso das faixas:**

Estique o elástico sem exercer pressão. Este será o ponto inicial, onde é colocada a faixa azul (1). Dependendo do seu grau de desempenho, aumente a distância por exemplo em 50cm e instale a faixa amarela (2). Finalmente, instale a faixa vermelha (3) mais 50cm adiante. Este é o seu alongamento máximo. O elástico não deve exceder durante os tiros de acréscimo de alongamento em mais de 1,5m.



Utilize as faixas coloridas para demarcar no fundo da piscina suas metas de alongamento durante os tiros de 30 à 60 segundos (por exemplo).

### **Termo de Garantia**

Este produto tem garantia contra defeitos de fabricação por até 90 dias, contados à partir da data de aquisição.

Esta garantia não cobre danos decorrentes de uso diverso daquele a que o produto se propõe (natação estática).

O cinto e seus acessórios devem ser depois de usados, lavados em água corrente e mantidos em local seco e arejado.

Muita atenção à superfícies cortantes que podem danificar o elástico, devido ao atrito.

Este produto não deve ser utilizado por pessoas que ainda não dominam a natação.

A Actual recomenda que a aplicação deste produto seja sempre assistida por um treinador qualificado. Assim, você poderá desfrutar do máximo rendimento que este cinto pode lhe proporcionar.

Desde  
1992

Actual / CEPP Ltda.  
www.actual.esp.br  
São Paulo SP CNPJ 65.001.638/0001-92