

Aerial Coach Fundamentals

ESCRIBE EL NOMBRE CORRECTO SEGUN LA IMAGEN



BOX

Swivel

Carabiner

Figure 8

COMPLETE CON LAS MEDIDAS RECOMENDADAS PARA
COLCHONETAS DE SEGURIDAD.

1.Mínimo recomendado:

_____.

2.Ideal para entrenamiento regular:

_____.

3.Para alturas mayores o trabajo dinámico:

_____.



Aerial Coach Fundamentals

COLOCA LAS MEDIDAS CORRECTAS SEGÚN EL CASO

Espesor ideal para entrenamiento regular:



Espesor para alturas mayores o trabajo dinámico:



Aerial Coach Fundamentals

RESISTENCIA MINIMA A BUSCAR, SOLO 1 ES LA
CORRECTA



BOX

25KN

25KL

125LB



MENCIONA ALGO QUE DEBEMOS EVITAR AL MOMENTO
DE COMPRAR UN CARABINER

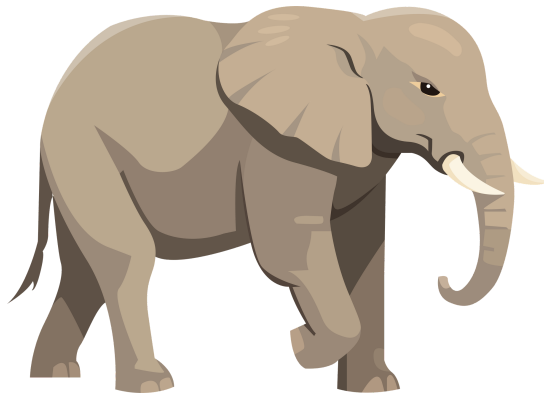
Evitar:

Aerial Coach Fundamentals

ESCRIBE LA FORMULA DE KN

$$\text{KN} = \frac{\boxed{} \times 9.81}{\boxed{}}$$

COMPLETA LAS MEDIDAS



Elefante africano hembra: _____KG → 26-35 kN