

## **ACADEMIA DA SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE POLÍCIA FEDERAL NO ACRE**

Trata-se do levantamento qualitativo e quantitativo dos maquinários necessários para a academia localizada na Superintendência Regional de Polícia Federal no Acre.

Além disso, para os devidos fins, aponta-se que o servidor Renan Trebien, chefe do GTED/SELOG/SR/PF/AC, não possui formação na área de Educação Física. Contudo, o referido servidor elaborou uma estimativa de projeto e realizou um levantamento preliminar de equipamentos para a academia.

Ressalto que o levantamento mencionado tem caráter meramente estimativo, sem embasamento técnico especializado, servindo apenas como referência inicial para o planejamento. O servidor não possui conhecimento técnico acerca das **melhores marcas, ergonomia dos aparelhos, tampouco dos valores atualizados de mercado dos equipamentos listados**, motivo pelo qual sua contribuição não substitui a avaliação de um profissional qualificado na área.

Esta declaração tem por objetivo registrar formalmente o papel do servidor na etapa preliminar do projeto, delimitando seu escopo de atuação.

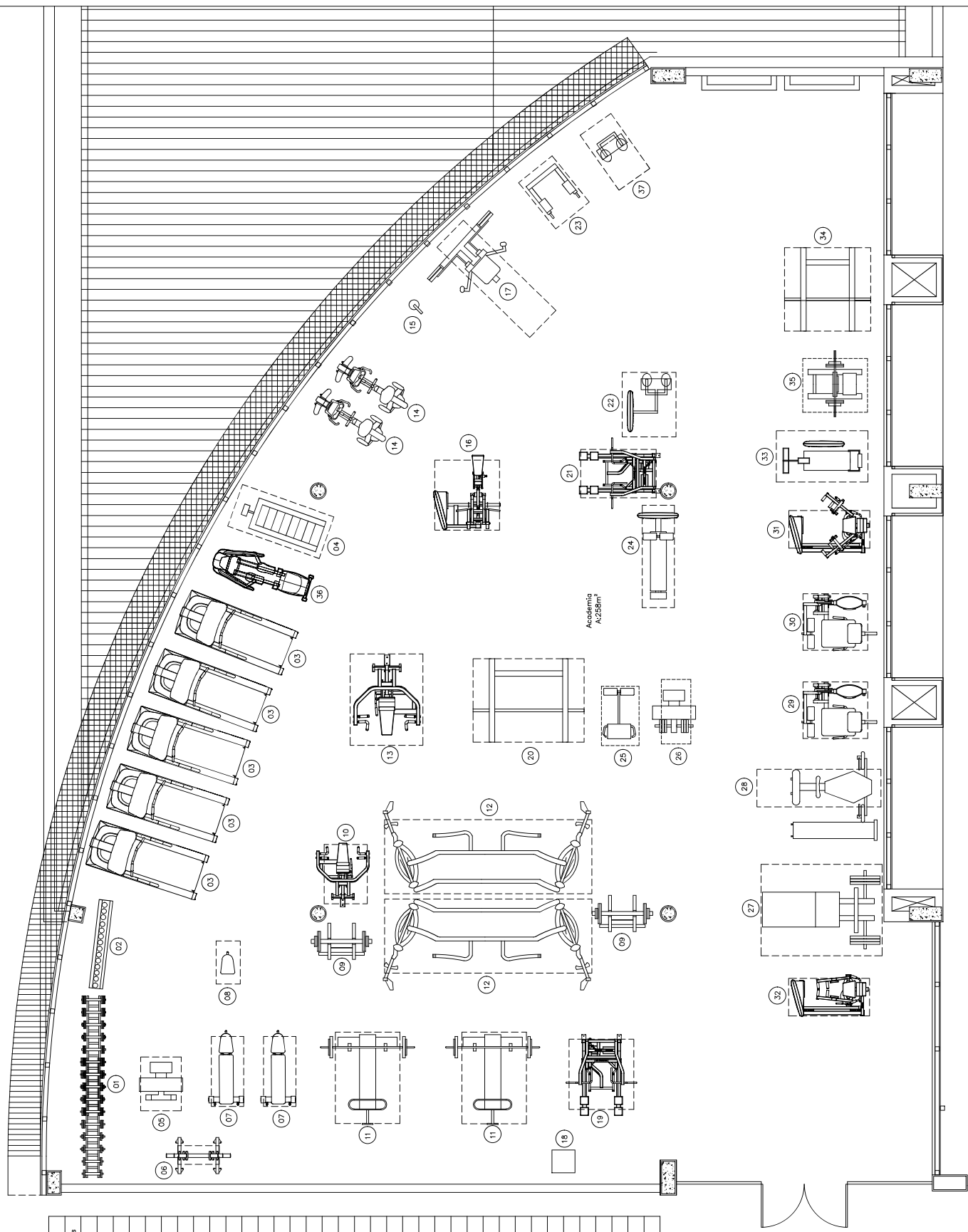
Abaixo, segue lista qualitativa e quantitativa de equipamentos. Além da planta baixa com suas locações.

Renan Trebien

GTED/SELOG/SR/PF/AC

Superintendência Regional de Polícia Federal no Acre.

LEGENDA	
01	Suporte halteres, 3 andares 9 pares com halteres
02	Suporte para barra vertical
03	Estêiras
04	Simulador de escada
05	Banco Reaco Scott
06	Suporte para barra
07	Banco livre regulável
08	Banco fixo 90°
09	Suporte para anilhas
10	Desenvolvimento máquina
11	Supino reto/inclinado regulável
12	crossover angular
13	Puxado alta articulado
14	Bicicleta
15	Remada cavalinho
16	Remada baixa máquina unilateral
17	Voador/crucifixo
18	Torre de alares de lig a 10kg com pesos
19	Supino inclinado articulado
20	Agachamento smith guiado
21	Gravitar
22	Panturrilha em pé (vertical)
23	Paralela com suporte para abs infra
24	Puxado alta com remada baixa
25	Banco romano
26	Panturrilha sentado
27	Legpress 45°
28	Hack Machine 45°
29	Cadeira extensora
30	Cadeira flexora
31	Cadeira Abdução
32	Cadeira Adutora
33	Mesa flexora
34	Agachamento livre (goleia)
35	Elevação pélvica
36	Simulador de escada
37	Elevação lateral máquina



## ACADEMIA DA DELEGACIA DE CRUZEIRO DO SUL NO ACRE

Trata-se do levantamento qualitativo e quantitativo dos maquinários necessários para a academia localizada na Delegacia de Polícia Federal de Cruzeiro do Sul - AC.

Além disso, para os devidos fins, aponta-se que o servidor Renan Trebien, chefe do GTED/SELOG/SR/PF/AC, não possui formação na área de Educação Física. Contudo, o referido servidor elaborou uma estimativa de projeto e realizou um levantamento preliminar de equipamentos para a academia.

Ressalto que o levantamento mencionado tem caráter meramente estimativo, sem embasamento técnico especializado, servindo apenas como referência inicial para o planejamento. O servidor não possui conhecimento técnico acerca das **melhores marcas, ergonomia dos aparelhos, tampouco dos valores atualizados de mercado dos equipamentos listados**, motivo pelo qual sua contribuição não substitui a avaliação de um profissional qualificado na área.

Esta declaração tem por objetivo registrar formalmente o papel do servidor na etapa preliminar do projeto, delimitando seu escopo de atuação.

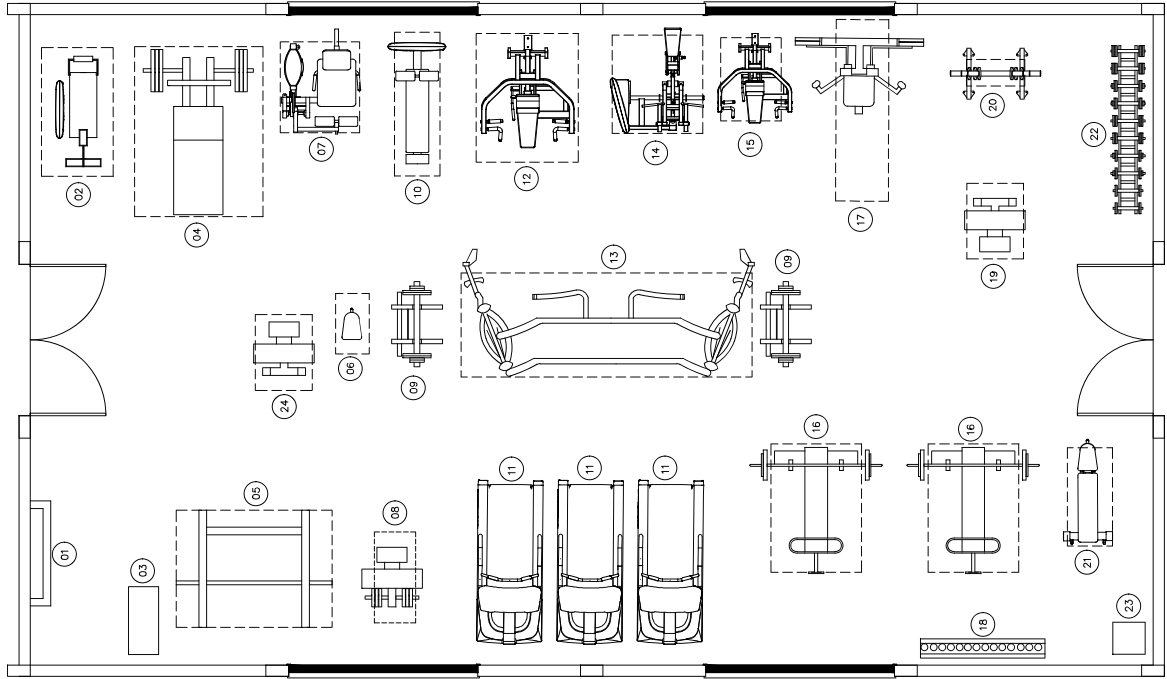
Abaixo, segue lista qualitativa e quantitativa de equipamentos. Além da planta baixa com suas locações.

Renan Trebien

GTED/SELOG/SR/PF/AC

Superintendência Regional de Polícia Federal no Acre.

LEGENDA	
01	Espaldar barra fixa – alongamento
02	Mesa flexora
03	Colchonete
04	Legpress 45°
05	agachamento
06	Banco fixo 90°
07	Cadeira flexora/extensora
08	Panturrilha sentado
09	Suporte para anilhas
10	Puxada alta com remada baixa
11	Estêira
12	Puxada alta articulada
13	Crossover
14	Remada baixa unilateral
15	Desenvolvimento máquina
16	Supino reto/inclinado
17	Voador/cucifixo
18	Suporte de barra vertical
19	Banco romano
20	Suporte de barra
21	Banco livre regulável
22	Suporte para 9 pares de halteres
23	Torre de halteres de 1kg a 10kg
24	Banco rasca scott







Equipamento	Ilustração
Leg press 45°	
Cadeira Extensora	
Cadeira Flexora	
Mesa Flexora	

Cadeira Abdutora	 A black and yellow gym machine for abducting the hip. It features a padded seat with yellow accents, a backrest, and a large vertical weight stack on the right side. The brand name 'NakoGym' is visible on the machine's frame.
Cadeira Adutora	 A black gym machine for adducting the hip. It has a padded seat and backrest, with a large vertical weight stack on the left side. The brand name 'ABE' is visible on the machine's frame.
Agachamento smith	 A black gym machine for performing Smith squats. It consists of a heavy-duty frame with a horizontal barbell that can move vertically along a set of rails. The brand name 'ABE' is visible on the right side of the frame.
Gaiola de agachamento	 A black gym machine for performing squats. It features a heavy-duty frame with two vertical posts and a horizontal bar at the top. The brand name 'ABE' is visible on the right side of the frame.

Hack Machine 45°	
Panturrilha em pé	
Panturrilha sentado	
Elevação Pélvica	
Puxador cross over alça de pé	

Puxador tornozleira	
Par Caneleira 1kg	
Par Caneleira 2kg	
Par Caneleira 3kg	
Par Caneleira 4kg	
Par Caneleira 5kg	
Par Caneleira 7kg	
Equipamento	Ilustração



Supirno reto/inclinado	
Supino articulado	
Banco livre com regulagem	
Crossover angular	

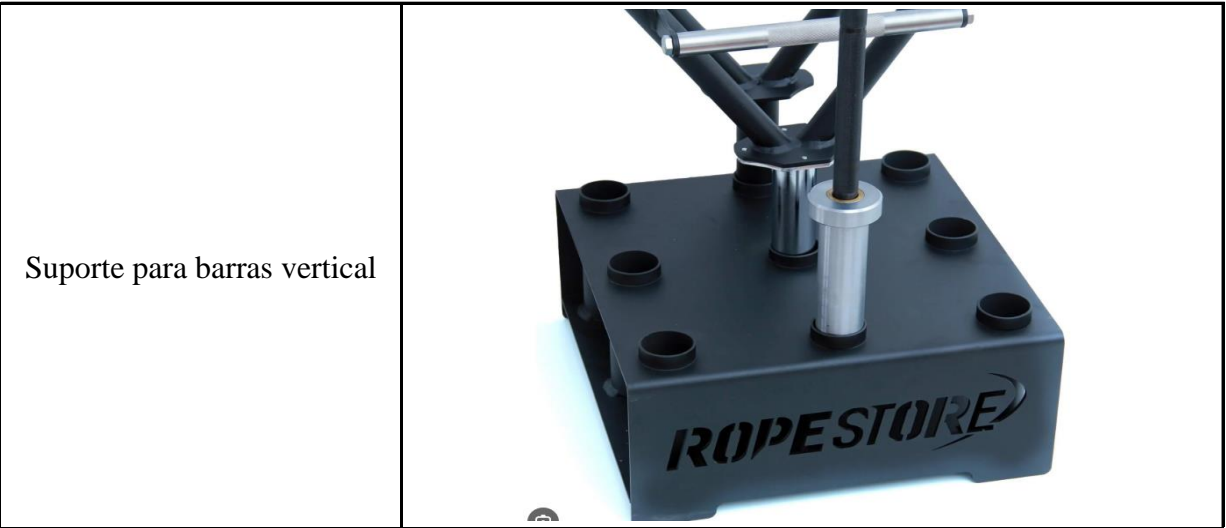
<p>Voador máquina</p>	
<p>Banco paralela com abdominal infra</p>	
<p>Desenvolvimento frontal</p>	
<p>Elevação lateral máquina</p>	

Banco fixo 90°	
Equipamento	Ilustração
Puxada alta com reamda baixa	
Banco romano	
Remada cavalo	

Remada Baixa máquina unilateral articulado	 A black, unilateral, articulated low row machine with a large base and adjustable handle.
Puxada articulado	 A yellow and black articulated pull machine with a seat and adjustable handle.
Banco rosca scott	 A black and yellow Scott curl bench with a padded backrest and seat.
Graviton	 A black and red Graviton machine, likely a lat pulldown or similar upper body exercise machine.
Equipamento	Ilustração






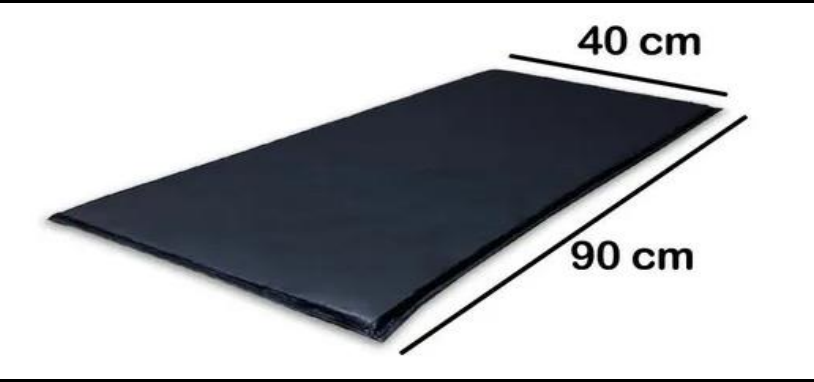
Barra W	
Barra para supino/agachamento 2,2m	
Barra rosca martelo (H)	
Suporte para barra	
Barra média 1,5m	
Barra pequena 1,2m	





Equipamento	Ilustração
-------------	------------



Puxador barra reta	
Puxador em V	
Puxador Curva	
Puxador Pulley curvada articulada 1m	
Puxador semi supinado grande	
Colchonete	

Torre 10 pares halteres com peso de 1 a 10kg	
Suporte para halteres 3 andares 9 pares cada	
halter 12kg	
halter 14kg	
halter 16kg	
halter 18kg	
halter 20kg	
halter 22kg	
halter 24kg	
halter 26kg	
halter 28kg	
halter 30kg	
halter 32kg	
halter 35 kg	
halter 37 kg	
halter 40kg	
Suporte para anilhas	
Anilhas 2kg	
Anilhas 3kg	
Anilhas 5kg	
Anilhas 10kg	
Anilhas 15kg	
Anilhas 20kg	



Balança	
Colchonete para agachamento	
Equipamento	Ilustração
Esteiras	
Escada	
Elíptico	

Bicicleta	