

Equipo de Grabación de Mariana Quevedo*

Cámaras y Óptica

Para grabar contenido de ejercicio

Canon EOS 90D + Sigma 24mm f/1.4 (es mi cámara y lente principales para grabar los videos de ejercicio para adultos mayores)

Canon EOS 90D + Sigma 35mm f/1.4 (cámara secundaria para tomas de apoyo, planos más cerrados o detalles en los ejercicios)

Canon EOS M50 + Sigma 30mm f/1.4 (usada específicamente para grabar tomas de ejercicio previo de mis rutinas principales)

Audio y Micrófonos

Para videos en vivo y transmisiones

Rode Wireless GO II (este micrófono tiene una doble salida y es inalámbrico, así que yo y alguien más podemos grabar el audio sin necesidad de cables)

Rode Lavalier GO (micrófono de solapa que complementa el Wireless GO II)

Rode HS2 (micrófono de diadema, es el que uso para transmisiones en vivo donde se necesita una captura de voz clara sin estar pendiente de mi posición ante la cámara)

Para videos de cara hablando

Audio-Technica AT897 (uso este micrófono de escopeta donde hablo directamente a la cámara, como en la presentación del calendario mensual)

Para narraciones y voz en off en videos de ejercicios

Audio-Technica AT2020 (este es mi micrófono base, lo utilizo para grabaciones de voz en off con calidad profesional de todos mis videos de ejercicio)

PreSonus Studio 24c (es la interfaz de audio necesaria para conectar el micrófono AT2020 a la computadora)

Capturadoras y Streaming

Elgato Cam Link 4K (esta capturadora me permite conectar cámaras como la 90D para transmisiones en vivo y podcast con alta calidad de imagen)

Elgato Game Capture HD60 X (la suelo utilizar para capturar video de otros dispositivos, como un celular o una computadora, para entrevistas o transmisiones en vivo)

Computadoras y Software

Para edición principal

iMac Retina 5K de 27" (2019) (es mi computadora principal de edición, utilizada para la mayor parte del trabajo en video y diseño gráfico)

Para edición en movimiento

Lenovo ThinkPad X1 Extreme Gen 3 (la uso para editar cuando estoy de viaje y necesito continuar trabajando sin comprometer rendimiento)

Software utilizado

Adobe Premiere Pro (para la edición de video profesional, efectos y corrección de color)

Adobe Photoshop (edición de imágenes y creación de miniaturas para YouTube)

Adobe Audition (edición de audio para mejorar la calidad del sonido en videos y eliminar ruido)

Adobe Illustrator (diseño gráfico para material promocional y miniaturas de los videos)

Webcam

Logitech StreamCam (esta cámara la utilizo para videollamadas y videoconferencias con seguidores, ofreciendo una imagen fluida en 1080p a 60 fps)

Iluminación y Flash

Aputure Amaran 200x S (luz LED bicolor que utilizo para iluminar las grabaciones)

Godox V860II-C (este es el flash que me sirve para tomar fotografías en alta calidad)

Godox XPro-C (es un disparador inalámbrico para conectar a la cámara y poder utilizar el flash sin cables)

Monitores y Teleprompter

Atomos Ninja V Plus (es mi monitor/grabador externo que me permite visualizar mejor las grabaciones)

ILOKNZI Teleprompter (lo uso para leer guiones de manera natural en presentaciones o videos explicativos como el calendario de ejercicios)

Audífonos

Logitech G PRO X (audífonos con sonido envolvente 7.1, los uso para monitorear el audio en grabaciones y edición)

Almacenamiento

SanDisk Extreme Portable SSD 2 TB (es mi disco externo de alta velocidad, necesario para almacenar y editar videos directamente sin retrasos)

Trípodes y Soportes

Manfrotto 190X Aluminum 3-Section Tripod (trípode principal para grabaciones de ejercicios y tomas fijas con estabilidad)

Trípodes compactos con cabezas de bola (usados para cámaras secundarias o tomas rápidas)

Soportes de luz con espiga (para colocar iluminación en las grabaciones)

Ropa y Calzado

Filipina quirúrgica de marca Mr Bon (de diferentes modelos y colores, es la ropa que utilizó en las grabaciones)

Tenis de The North Face (varios modelos) (mis tenis o zapatillas deportivas que no pueden faltar mientras grabo mis rutinas de ejercicio)

*Actualizado en febrero 2025