



Gymna W-Move Onyx Pec Dec / Fly - trening mięśni ramion, rąk i klatki piersiowej

Opis produktu:

Profesjonalne urządzenie **do ćwiczeń ramion, rąk i klatki piersiowej**. Dzięki łatwo ustawianemu **oporowi hydraulicznemu** system nadaje się do **rehabilitacji funkcjonalnej** poprawiającej **zakres ruchu**, siłę mięśni, symetrię ruchu oraz **koordynację motoryczną**.

Zdjęcia produktu:



Szczegółowy opis produktu:

Gymna W-Move Onyx Pec Dec / Fly - trening mięśni ramion, rąk i klatki piersiowej

Gymna Pec Dec / Fly aktywizuje mięsień naramienny, triceps i mięsień piersiowy większy. Urządzenie nie naraża użytkownika na urazy, jak sprzęt z obciążeniami - dzięki zastosowaniu systemu hydraulicznych siłowników jest bezpieczne w użytkowaniu.

Trening zapewnia zwiększenie siły i elastyczności mięśni, a także podnosi ogólną sprawność i samopoczucie ćwiczącego. To doskonały trening dla osób starszych i nie tylko.

System W-Move Onyx Pec Dec / Fly zapewnia aktywowanie grup mięśniowych:

- mięsień piersiowy większy,
- mięsień trójkłowy ramienia,
- mięśnie naramienne

Ćwiczenia na systemie Gymna W-Move Onyx Pec Dec / Fly

Usiądź na siedzisku z wyprostowanymi plecami. Oprzyj przedramiona na podpórkach i złap dłońmi za uchwyty.

Łagodnie pociągnij za uchwyty „do siebie” i utrzymaj pozycję przez kilka sekund. Powrót do pierwotnej pozycji. Podczas ćwiczenia przyciskaj plecy do oparcia.

Dane techniczne:

Długość [cm]:	74,5
Szerokość [cm]:	126
Wysokość [cm]:	126
Waga [kg]:	38

Informacje:

Model: