

Gymna W-Move Onyx Chest - trening mięśni rąk i klatki piersiowej



Opis produktu:

Profesjonalne urządzenie **do ćwiczeń mięśni 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 Chest - trening mięśni rąk i klatki piersiowej

Gymna Chest aktywizuje mięsień piersiowy większy, triceps i biceps. Trening jest całkowicie bezpieczny, ryzyko ewentualnych urazów zostało wyeliminowane przez zastąpienie tradycyjnych obciążników systemem siłowników hydraulicznych.

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 Chest zapewnia aktywowanie grup mięśniowych:

- mięsień trójdłowy ramienia,
- mięsień piersiowy większy,
- mięsień dwugłowy ramienia.

Ćwiczenia na systemie Gymna W-Move Onyx Chest

Usiądź na siedzisku z wyprostowanymi plecami. Oprzyj całe stopy na podłodze i złap dłońmi za

uchwyty.

Łagodnie naprzyj na uchwyty aż do całkowitego wyprostowania rąk. Utrzymaj pozycję przez kilka sekund i powróć powoli do pozycji wyjściowej.

Dane techniczne:

Długość [cm]:	126
Szerokość [cm]:	70
Wysokość [cm]:	126
Waga [kg]:	32

Informacje:

Model: