

Gymna W-Move Onyx Biceps / Triceps - trening mięśni rąk



Opis produktu:

Profesjonalne urządzenie **do ćwiczeń mięśni rąk**. 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 Biceps / Triceps - trening mięśni rąk

System aktywizuje mięśnie rąk: triceps i biceps. Dzięki zastosowaniu siłowników hydraulicznych, osoba ćwicząca nie jest narażona na urazy, jak w przypadku korzystania z tradycyjnych urządzeń. Korzystanie z Gymna Biceps / Triceps jest bezpieczne dla pacjentów

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 Biceps i Triceps zapewnia aktywowanie grup mięśniowych:

- mięsień dwugłowy ramienia,
- mięsień trójgłowy ramienia.

Ćwiczenia na systemie Gymna W-Move Biceps / Triceps

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

Przyciągnij ręce do siebie, najbliżej jak to możliwe i wytrzymaj tak przez kilka sekund. Powróć do pozycji pierwotnej. Przez całe ćwiczenie naciskaj ramionami na podpórki.

Dane techniczne:

Długość [cm]:	75
Szerokość [cm]:	61
Wysokość [cm]:	127,5
Waga [kg]:	30

Informacje:

Model: