Elemento biosaludable barras



Estación biosaludable Barras que fortalece los músculos del hombro y el abdomen. Mejora la condición muscular de la espalda.

Descripción

Función: Fortalece los músculos del hombro y el abdomen. Mejora la condición muscular de la espalda.
Uso: Súbase al aparato apoyando los brazos sobre las barras y realice flexiones.
Realización: Siempre en función del estado físico de la persona. Se recomiendan 3 series de 5 repeticiones cada una, con un descanso de 5 segundos entre serie y serie.
Nota: Se trata de un ejercicio de fuerza que debe realizarse de forma no violenta. En caso de dolor articular, suspender la realización del mismo.
Los colores podrían variar.
NOTA IMPORTANTE: Indicar en observaciones del pedido si se va a instalar en arena u hormigón.

Características técnicas

- Medidas: 1800 x 500 x 1400 mm

