# Elemento biosaludable ascensor



**Warning**: Attempt to read property "categoria_id" on null in **/var/www/vhosts/b2sport.es/httpdocs/ficha-descar[illegible]ne 250**



REF: ST-Z04X

**Refuerza y desarrolla la musculatura de miembros superiores, pecho y espalda mejorando la capacidad cardio-pulmonar.**

## Descripción

Uso: Colóquese en el asiento con la espalda apoyada en el respaldo y agarre los asas con ambas manos, tirando de ella y volviendo a la posición inicial. Adecuado para personas de todas las edades.
Realización: Siempre en función del estado físico de la persona. Se recomiendan 3 series de 10 repeticiones 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 y acompasada. En caso de notar alguna molestia, interrumpir el ejercicio.
AREA DE SEGURIDAD 3.100x1.900
**Los colores podrian variar.**
**NOTA IMPORTANTE: Indicar en observaciones del pedido si se va a instalar en arena u hormigón.**

## Características técnicas

Medidas : 2100x750x1690 mm

