Elemento de gimnasia press superior pectoral

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



REF: LL-006

Trabaja los músculos pectorales mayor y menor, bíceps, tríceps, serrano anterior y trapecio.

Descripción

Uso: Colocar la carga en la posicion incial de forma que se pueda levantar el peso hasta extender los brazos. En la posicion final los brazos deben quedar ligeramente flexionados para evitar la hiperextension.Coloque los pies separados a la altura de los hombros y pegue la espalda al soporte-guia.Realizar el ejercicio controlando el movimiento, sin separar la espalda del respaldo ni arquearla.

Realizacion:4 series de 10 repeticiones cada una con descanso entre serie y serie.
Nota: Carga ajustable en cada brazo, se puede modificar la carga del ejercicio mediante el sistema de patentado.
Los colores podrian variar.
NOTA IMPORTANTE: Indicar en observaciones del pedido si se va a instalar en arena u hormigón.

Características técnicas

- Medidas (mm): 1147x1270x1555
  Peso neto: 170Kg

