

Warning: Attempt to read property "categoria_id" on null in /var/www/vhosts/b2sport.es/httpdocs/ficha-descarga.php on line 250



REF: OK-H01



Estación biosaludable Remo que permite aumentar la fuerza en la musculatura de los miembros superiores así como de los pectorales.

Descripción

Biosaludable en forma de **Remo** que permite aumentar la fuerza en la musculatura de los miembros superiores así como de los pectorales.

Los colores podrian variar.

NOTA IMPORTANTE: Indicar en observaciones del pedido si se va a instalar en arena u hormigón.

Características técnicas

Función: Refuerza la musculatura de los miembros superiores así como de los músculos pectorales. Mejora la función cardiopulmonar.

Medidas: 1400 x 900 x 830 mm

Uso: Siéntese en el aparato y sitúe los pies en los pedales. Agarre las asas con ambas manos y simule el movimiento de remar. Se recomienda inspirar al acercar los remos y expirar al alejarlos.

Realización: Siempre en función del estado físico de la persona. Se recomiendan 5 series de 20 repeticiones cada una o 3 series de 30 segundos cada una, en ambos caso con descanso de 5 segundos entre serie y serie.

Nota: La espalda debe estar totalmente en contacto con el respaldo del asiento durante todo el ejercicio.

