



Hantelki ciężarki neoprenowe zestaw fitness 2x3 kg

Nr katalogowy: 1729

Kod EAN: 5903089069256

Producent: MEDIATARGI

Czas wysyłki: 24 Godziny

Cena

69,58 PLN

Opis produktu

DWA HANTLE DO ĆWICZEŃ - 2x 3kg

- Idealne do treningów aerobowych i fitness
- Pokryte neoprenem - pewny uchwyt
- Dla kobiet i mężczyzn
- Niebieska kolorystyka
- Wygodne uchwyty
- Produkt marki: ModernHome

Zaproś sport do domu i zadbaj o swoją formę. Zestaw hantli pozwoli Ci utrzymać kondycję w czasie kiedy nie możesz korzystać z siłowni. W zależności od Twoich predyspozycji, hantle sprawdzą się podczas lżejszych jak i bardziej wymagających ćwiczeń.



CIĘŻARKI IDEALNE DO TRENINGU

Zestaw **dwóch ciężarków po 3 kg każdy**, świetnie sprawdzą się dla początkujących sportowców, którzy **zaczynają przygodę z ćwiczeniami** fitness. Taki zestaw pozwala na ćwiczenie **wielu partii mięśni** m.in. rąk, barków, nóg a nawet brzucha.

Własna siłownia w domowym zaciszu jest świetną alternatywą dla ludzi, którzy cenią sobie **czas i zdrową sylwetkę**. Ćwiczenia są kluczem do zdobycia wymarzonej figury i pełni zdrowia.



ZESTAW HANTLI DLA KAŻDEGO

Dzięki hantlom można wykonywać **szereg ćwiczeń na wiele partii mięśni**. Treningi **aerobowy** oraz **fitness** modeluje kształt sylwetki a sam ciężar poprawia naszą wytrzymałość.

Sztangielki pokryte są **neoprenem**, dzięki czemu **nie wyslizgują się z ręki** oraz łatwo utrzymać je w czystości. **Uchwyt hantli** jest wyprofilowany i zapewnia **mocny chwyt** podczas wykonywanych ćwiczeń.

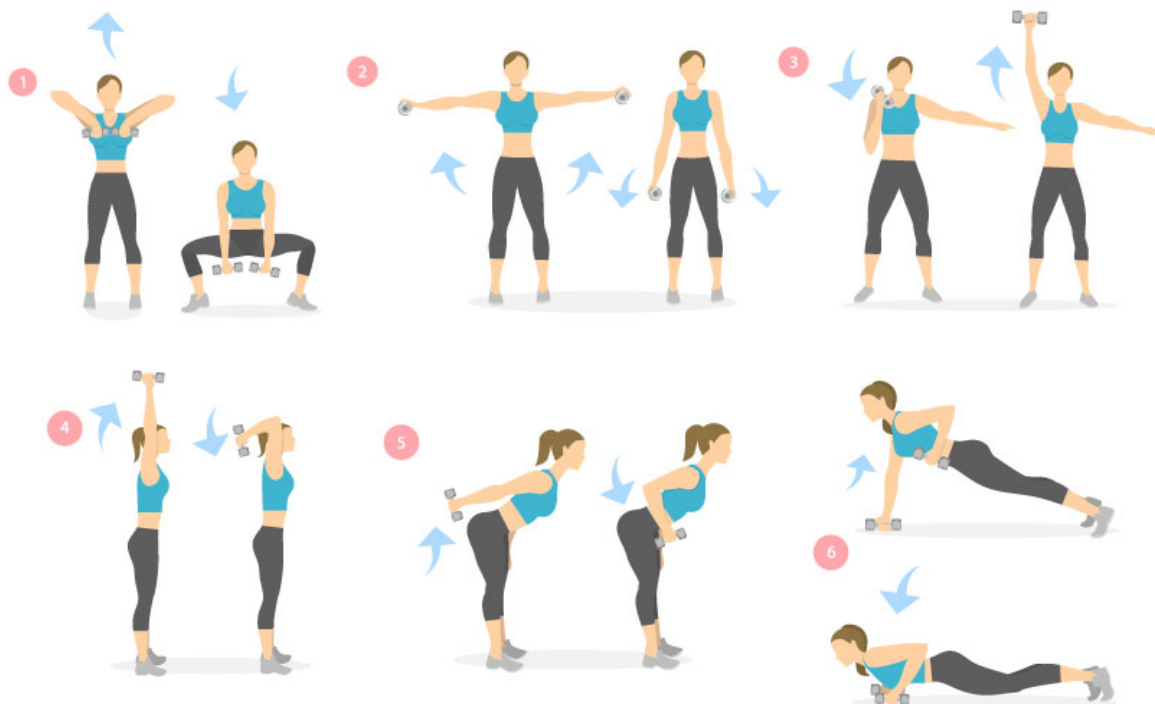
Taki zestaw jest idealny dla osób chcących poprawić swoją kondycję i postawić krok ku lepszemu sobie.



ĆWICZENIA Z WYKORZYSTANIEM HANTLI

Na serwisach społecznościowych możemy znaleźć **wiele filmików z gotowymi treningami z hantelkami**, które pozwolą nam łatwo i bezpiecznie zacząć ćwiczyć. Oto kilka podstawowych ćwiczeń:

1. Przyciągnięcie łokci do klatki piersiowej z przysiadem
2. Unoszenie ramion w bok
3. Unoszenie ramion w górę
4. Uginanie łokci
5. Wyprost ramion
6. Pompki z unoszeniem ramion



SPECYFIKACJA

- **Waga:** 2x 3kg
- **Kolor:** Niebieski
- **Materiał:** Neopren + żeliwo
- **Długość:** 23cm
- **Szerokość:** 7cm
- **Marka:** ModernHome

