



Ławeczka do ćwiczeń ławka treningowa regulowana

Nr katalogowy: 3205

Kod EAN: 5905817000654

Czas wysyłki: 24 Godziny

Cena

218,59 PLN

Opis produktu

ŁAWECZKA TRENINGOWA Z REGULACJĄ OPARCIA

- Idealna do domowej siłowni
- **7 stopni regulacji** oparcia
- **4 stopnie regulacji** modlitewnika
- Solidna, **metalowa konstrukcja** malowana proszkowo
- Miękkie, wygodne **siedzisko i oparcie wykonane z ekoskóry**
- **Stopki antypoślizgowe**
- **Blokada** na nogi
- **Maksymalne obciążenie ławki:** 150 kg
- Produkt marki **ModernHome**



UTRZYMAJ DOBRĄ FORMĘ

Dzięki wielofunkcyjnej ławeczce możesz zadbać o swoją kondycję wykonując różnorodne ćwiczenia na górną partię ciała. Ławeczka została zaprojektowana tak aby oferować jak największą ilość ćwiczeń. **Na ławeczce wykonasz ćwiczenia rozwijające mięśnie rąk, ramion, pleców i brzucha.**



REGULACJA ŁAWECZKI DO ĆWICZEŃ

Kąt oparcia ławeczki można regulować w **7 pozycjach**, co pozwala na dostosowanie ławeczki do aktualnie wykonywanych ćwiczeń.

ANTYPOŚLIZGOWE STOPKI

Nogi ławeczki zakończone są **specjalnymi stopkami**, które **zabezpieczą podłogę** przed uszkodzeniem oraz **nie pozwolą jej przesuwać się** podczas treningu.



EKSPANDERY DO RĄK

Do ławki **dołączone są ekspandery**. Można je przymocować z przodu ławki za pomocą karabińczyków. **Ćwiczenia z ekspanderami można wykonywać w różnych pozycjach**: siedząc na ławce przodem, stojąc przodem do ławki, leżąc na plecach i leżąc brzuchem, a w każdej z nich trenujesz inne partie mięśni.

PEŁNA REGULACJA

Ławeczka posiada specjalny **element blokujący**, który umożliwia pełną regulację jej kształtu i kąta nachylenia. Dzięki temu użytkownik **ma możliwość dostosowania ławki do swoich indywidualnych preferencji oraz rodzaju wykonywanych ćwiczeń**.



REGULOWANY MODLITEWNIK

Modlitewnik **wykorzystywany jest przede wszystkim do ćwiczenia mięśni ramion w pozycji izolowanej**. Lekko pochylona pozycja przyjmowana na modlitewniku pozwala odciążyć plecy. Modlitewnik w modelu wyposażony jest w **aż 4 stopniową regulację wysokości od podłoża**.



REGULOWANE PODKŁADKI DO NÓG

Blokada nóg została **osłonięta grubą i wytrzymałą gąbką**, dzięki czemu stanowi doskonałą ochronę dla nóg w trakcie ćwiczeń siłowych



ĆWICZENIE MIĘŚNI BRZUCHA

Ławeczka idealnie nadaje się **do wzmacniania i modelowania prostych i skośnych mięśnia brzusznych**. Regulowana wysokość pozwoli na **dostosowanie intensywności treningu** a miękkie **zabezpieczenia na nogi** zapewnią komfort podczas ćwiczenia.

Zmieniając wysokość stopki **ustawisz odpowiedni kąt do ćwiczenia**. Bardziej pochylą pozycją będzie **bardziej angażować mięśnie podczas ćwiczenia**, a ustawienie **mniejszego kąta pozwoli wykonywać ćwiczenia z hantlami**.



SPECYFIKACJA:

- **Długość całkowita:** 129 cm
- **Szerokość całkowita:** 43 cm
- **Wysokość siedziska nad ziemią:** 47 cm
- **Długość oparcia:** 69 cm
- **Szerokość oparcia:** 31 cm
- **Długość siedziska:** 34 cm
- **Szerokość siedziska:** 31 cm
- **Maksymalne obciążenie ławki:** 150 kg
- **Producent:** ModernHome

