

סט רצועות כוח והתנגדות 599223

5 דרגות קושי

הקדמה

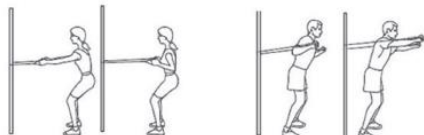
סט רצועות הכוח וההתנגדות עשוי מגומי איכותי המבטיח אורך חיים מקסימלי ורבגוניות. עם ידידות גומי ארגונומיות עמידות, הסט קל לניקוי וכולל עיצוב מרקם נגד החלקה לשיפור האחיזה ובטיחות בזמן הזעה. ניתן לחבר את הסט לכל מבנה גבוה התומך בבטחה במשקל הגוף- כולל עוגני דלת. בנוסף, הוא נוח לנשיאה בתיק. הרצועות באורך 1,200 מ"מ, המאפשר מגוון תנועות רחב יותר. 5 דרגות קושי מאפשרות אימון מותאם ליכולת והעלאת הקושי לתוצאות המבוקשות. ניתן גם להשתמש בהן יחד בבת אחת ליצירת דרגות התנגדות רבות כך שתוכלו להמשיך לאתגר את עצמכם ולהתקדם. הסט לא רק מושלם לאימוני פלג גוף עליון, פלג גוף תחתון, גוף מלא וקבוצות שרירים, אלא גם מהווה בחירה טובה לחדר כושר ביתי עבור כל המשפחה.

-שלב ראשון:

יש לשים את העוגת בחריץ הדלת כשצירי המסגרת בצד השני של הדלת.

-שלב שני:

יש לסגור ולנעול את הדלת. העוגת יקובע בחריץ הדלת.



שלב ראשון

שלב שני

אמצעי בטיחות

אם הינכם חדשים באימון או מבצעים תרגיל חדש, יש תמיד להתחיל בווריאציה קלה ולהתקדם ככל שהגוף מתרגל למשטר האימונים החדש. יש להיוועץ ברופא טרם אישור לילדים להתעמל. לפני כל סשן, יש לבדוק את הרצועה לאיתור פגמים, חתכים או בלאי. יש להחליף מוצר פגום מיד. יש לאבטח היטב את רצועות הכוח וההתנגדות. יש לשמור כי רצועות הכוח וההתנגדות יהיו מתוחות בכל עת על ידי הפעלת לחץ אחיד בכל תנועה.

תכולת האריזה:

- X5 רצועות כוח והתנגדות
- X2 ידידות עמידות
- X2 רצועות קרסוליים נוחות
- X1 עוגן דלת יציב
- X1 תיק נשיאה



אזהרה: מוצר זה אינו צעצוע ואין להשתמש בו ללא מבוגר. לשימוש פנים בלבד. אין להשאיר ליד מקור חום.

| צבע | צהוב | ירוק | אדום | כחול | שחור |
|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|
| מתח (ליברה) | 10 | 15 | 20 | 25 | 30 |
| גודל | 5*8*1200 מ"מ | 6*9*1200 מ"מ | 7*10*1200 מ"מ | 7*11*1200 מ"מ | 7*12*1200 מ"מ |

ניתן לגוון עוד יותר את רצועות הכוח וההתנגדות על ידי עוגן גבוה בניגוד לחיבור לדלת. אם הדלת אינה חזקה מספיק, ניתן לקבע את הרצועות כך.