



POSTE BICEPS ET TRICEPS AVEC PILE DE 95KG

UGS - Référence unique : MU2062

Catégories : Musculation et Fitness, Appareils de Musculation, Appareils de Musculation haut du corps

DESCRIPTION PRODUIT

Le poste bénéficie du système combo double fonction ce qui vous permet d'exercer sur le même poste deux groupes musculaires importants (biceps et triceps) tout en vous proposant un rapport qualité prix inégalé. Cette conception innovante destinée à un usage professionnel comprend une came avec 28 réglages et une assise 7 positions ce qui augmente considérablement la liberté et l'amplitude du mouvement. La barre de travail en V-ergonomique avec montage central mobile s'adapte à la longueur de l'avant-bras tout en réduisant le stress au niveau du poignet. L'inclinaison de 30 degrés du support grand confort pour les bras permet un alignement correct des articulations sans pression sur les coudes. Tirez la grande goupille pour abaisser le bras de levage et saisissez la poignée en v-rotation pour l'exercice de flexion des biceps. Maintenant, réglez le bras de levage vers le haut et verrouillez-le pour obtenir une extension complète des triceps. Avec l'assise réglable 7 positions, trouvez la position la plus adaptée à votre morphologie en réglant très facilement le siège réglable grand confort pour une parfaite position et un alignement du buste et des membres inférieurs. Si le haut du corps est trop haut, l'effet de levier sur les muscles est compromis, si le corps est trop bas, l'effet de levier est trop important et la contrainte devient inconfortable. Les pieds doivent être placés bien à plat au sol pour un bon équilibre et une excellente stabilité, les bras écartés à la largeur des épaules et les coudes appuyés sur l'appui grand confort situé sous la ligne des épaules. De plus, le dos doit être droit, pas courbé, et les yeux dirigés vers l'avant.