

Link do produktu: <https://marketeuro.pl/step-fitness-do-cwiczen-areobik-2-stopnie-podest-p-40705.html>



Step fitness do ćwiczeń areobik 2 stopnie podest

Cena	99,99 zł
Numer katalogowy	hm_1809
Kod producenta	GB-AS-SML
Kod EAN	5903769973163

Opis produktu

STEP FITNESS DO ĆWICZEŃ

- Do treningów **domowych, aerobowych i rehabilitacji**
- Zarówno dla **początkujących jak i średnio-zaawansowanych sportowców**
- **Możliwość regulacji wysokości stepu** (10/15 cm)
- **Antypoślizgowa powierzchnia**
- **Gumowe stopki**
- Trwały i **wytrzymały materiał**
- **Lekka konstrukcja**
- **Zapewnia amortyzację** podczas ćwiczeń

ĆWICZ WSZECHSTRONNIE

Step do uniwersalne urządzenie fitnessowe, **dzięki któremu wykonasz wiele ćwiczeń aerobowych i interwałowych, a nawet siłowych z wykorzystaniem dodatkowego sprzętu.** Ćwiczenia na tego typu sprzęcie pozwolą zadbać o zdrową i smukłą sylwetkę w Twoim domu.

MODUŁOWA BUDOWA

Możesz dopasować wysokość stepu do aktualnie wykonywanych ćwiczeń. Pozwala to na właściwy dobór intensywności treningu, co przyczynia się do jeszcze szybszych efektów.

- **I STOPIEŃ - wysokość 10 cm**
- **II STOPIEŃ - wysokość 15 cm**

ANTYPOŚLIZGOWA POWIERZCHNIA

Bezpieczeństwo podczas treningu jest bardzo ważne, **dlatego powierzchnia stepu pokryta jest matowym materiałem z odpowiednią fakturą.** Dzięki temu, ćwicząc utrzymujesz pełną stabilność, a Twoje nogi nie ślizgają się po podeście.

WYTRZYMAŁY MATERIAŁ

-
- Specjalnie **wzmocnione tworzywo zapewnia trwałość całego podestu** na długie lata użytkowania.

ANTYPOŚLIZGOWE STOPKI

- **Gumowe stopki powodują, że step cały czas znajduje się na swoim miejscu** i nie porusza w trakcie treningu nawet podczas intensywnych skoków.

ĆWICZENIA Z WYKORZYSTANIEM STEPU

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

- **Przysiady**
- **Dipy**
- **Przeskoki z nogi na nogę**
- **Wskoki na podest**
- **Ćwiczenia z wykorzystaniem hantli / kettlebelli / gum**

SPECYFIKACJA

- **Kolor:** czarny/zielony
- **Ilość stopni:** 2
- **Długość:** 67 cm
- **Szerokość:** 27 cm
- **Wysokość:** 10/15 cm
- **Wykorzystanie:** trening domowy / aerobowy / fitness
- **Waga:** 3 kg
- **Wymiar opakowania:** 70x30x11 cm
- **Marka:** ModernHome