

BANDAS DE SUSPENSIÓN

COLOR NEGRO

Ejercitar con bandas de suspensión no sólo ejercita la musculatura y la fuerza, sino que también la coordinación, la movilidad y la flexibilidad, además de quemar calorías y ayudar a controlar el peso. También es efectivo para la recuperación y la disminución del riesgo de lesiones.



CARACTERÍSTICAS

Son ideales para entrenamientos funcionales, crossfit, entrenamientos fitness, de fuerza o como acondicionamiento general, ya que activan casi la totalidad del cuerpo.

- Entrenamiento de cuerpo completo: Permite trabajar todos los grupos musculares (piernas, glúteos, espalda, pecho, brazos, abdomen).
- Mejora la fuerza funcional: Al usar tu propio peso y controlar el equilibrio, imitas movimientos naturales del cuerpo.
- Fortalece el core: Casi todos los ejercicios activan la zona abdominal.
- Adaptable a todos los niveles: Se puede ajustar fácilmente para principiantes o avanzados modificando la inclinación del cuerpo.
- Portátil y versátil: Ligero, fácil de llevar en su bolsa incluida, y puede usarse en casa, al aire libre o en gimnasio.

INCLUYE



Especificaciones

Ajustable: Entre 150 y 240 cm.
Agarres: Acolchados de espuma de alta densidad
Resistencia: 300 kg.
Incluye: Mosquetón de seguridad.
Bolso de transporte: Si.
Dimensiones Empaque: alto 16cm, ancho 17.5cm, largo 12cm
Peso Empaque: 540gr