

Link do produktu: <https://sklep.sportplus.pl/guma-treningowa-spokey-920957-opor-20-30-kg-kolor-niebieski-p-12469.html>

Guma treningowa Spokey 920957, opór 20-30 kg, kolor niebieski



Cena brutto	56.00 zł
Cena netto	45.53 zł
Numer katalogowy	80-10157
Kod EAN	5902693209577
Producent	SPOKEY

Opis produktu

W budowaniu formy bardzo ważnym elementem jest wykonywanie ćwiczeń z wykorzystywaniem gum. **Dzięki nim urozmaicisz swój trening, angażując partie mięśni, na których Ci zależy!** Działają na podobnej zasadzie jak ekspander – umożliwiają wykonywanie ćwiczeń polegających na rozciąganiu oraz ruchach na boki (np. ćwiczenia klatki piersiowej), a ze względu na swoje właściwości i długość, pozwalają z powodzeniem rozszerzać gamę ćwiczeń.

Gumy treningowe są polecane przez trenerów personalnych. Z nimi możesz trenować w dowolnym miejscu – **w klubie, w domu lub na świeżym powietrzu**. Gumy treningowe o zamkniętym obwodzie umożliwiają maksymalizację efektów treningu oraz skupienie się na różnych partiach ciała. Guma do ćwiczeń Spokey POWER II została przygotowana w wariantach o różnych stopniach oporu, co pozwala na dobranie parametrów odpowiednio do aktualnej formy i oczekiwań użytkownika:

- hard **niebieska** 20-30 kg

Gumy treningowe Spokey POWER II zostały wykonane z wytrzymałego materiału, co zapewnia ich długą żywotność. Dostępne są w kilku wariantach ze zróżnicowaną siłą oporu. Dzięki temu doskonale sprawdzą się w przypadku amatorów, jak i profesjonalistów. Niskie wartości oporu pozwolą wypracować **prawidłową technikę wykonywania ćwiczenia** i przygotować mięśnie do większych obciążeń. Wyższe obciążenia to opcja dla osób, które lubią wyciskać ze swoich mięśni 200% normy.