

Dr??ek ?cienny profesjonalny



Dr??ek ?cienny profesjonalny



Dr??ek ?cienny na szeroki & m?otkowy chwyt

Ocena: Nie ma jeszcze oceny

Cena

48 h



[Zadaj pytanie o produkt](#)

Opis	<ul style="list-style-type: none">• D?ug 105 cm o??• Szeroko?? 27 cm• Wysooko?? 23 cm• Waga urz?dzenia 3 kg• MAX obci?enie 100 kg
------	---

Podci?ganie na dr??ku jest stosunkowo prostym ?wiczeniem i dla niektórych os?b wydaje si? ma?o atrakcyjnym. Na szcz?cie, istnieje wiele metod dzi?ki którym mo?na te ?wiczenia sobie „skomplikowa?"/>.

Dr??ek przedstawiony na tej stronie jest podstawowym narz?dzem dla wykonania m. in. takich ?wicze? jak:

* Podci?ganie nachwytem w?ski

Dr??ki, por??cza: Dr??ek ?cienny profesjonalny

* Podci??ganie nachwytem szeroko

* Podci??ganie podchwytem

* Podci??ganie chwytem m?otkowym

Efekt regularnego treningu przy u??yciu dr??ka, poza szybkim wzrostem si??y, b?d? wyrze?bione mi??nie pleców oraz ramion, poprawna proporcja talii do ramion i sylwetka zbli??ona do litery V.

+ Wyj??tkowo stabilna konstrukcja

+ Pomalowany metod? proszkow? – dzi??ki czemu dr??ek jest odporny na zarysowania

Materia?: metal

Opinie

Nikt jeszcze nie recenzowa? tego produktu.