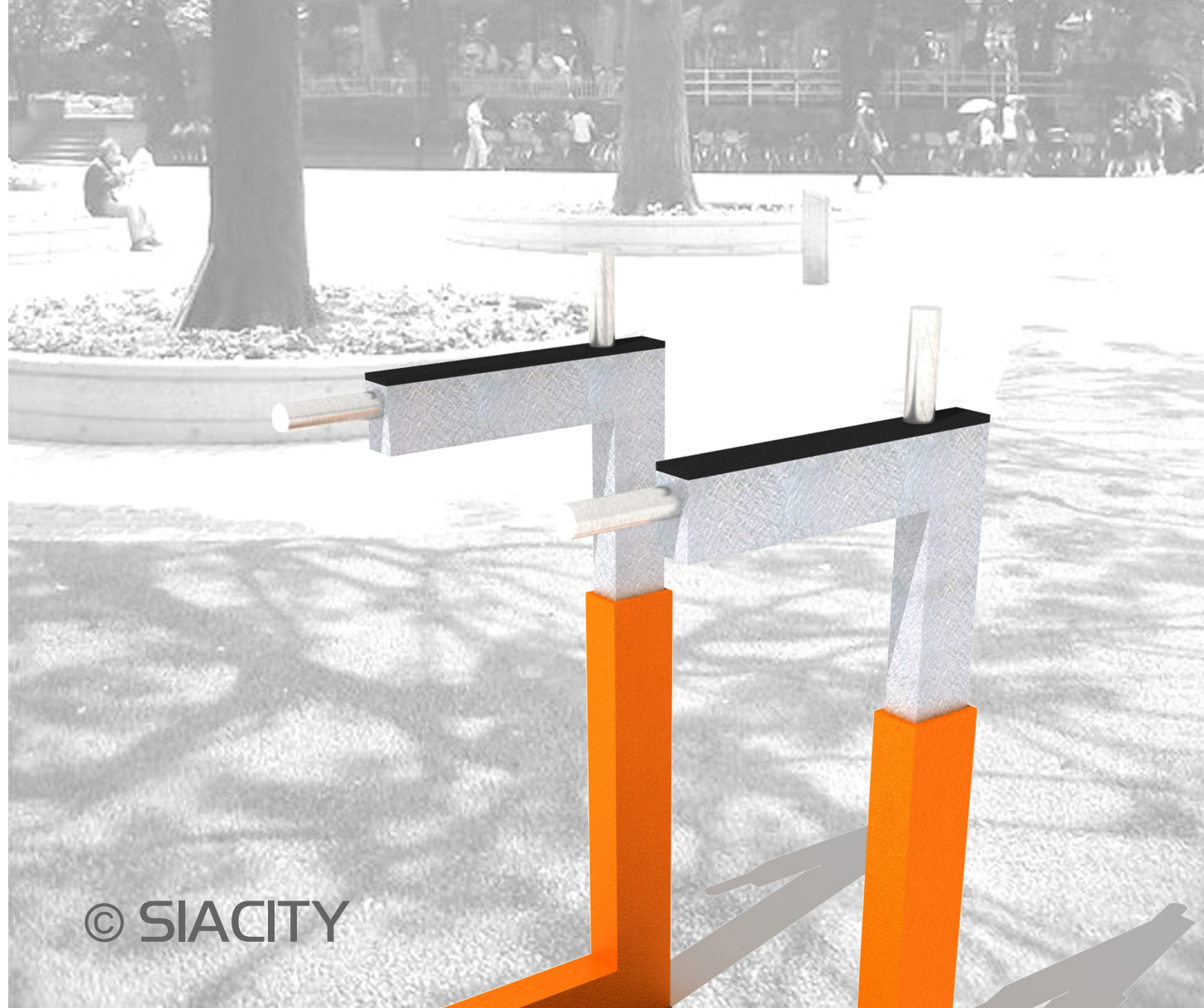
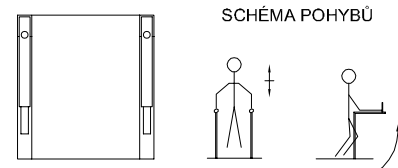
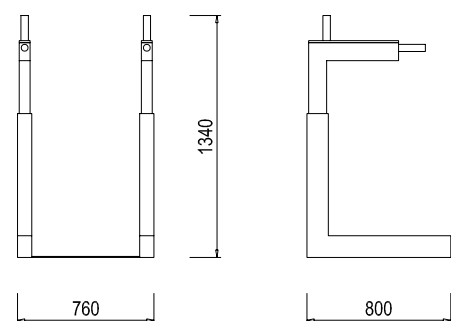
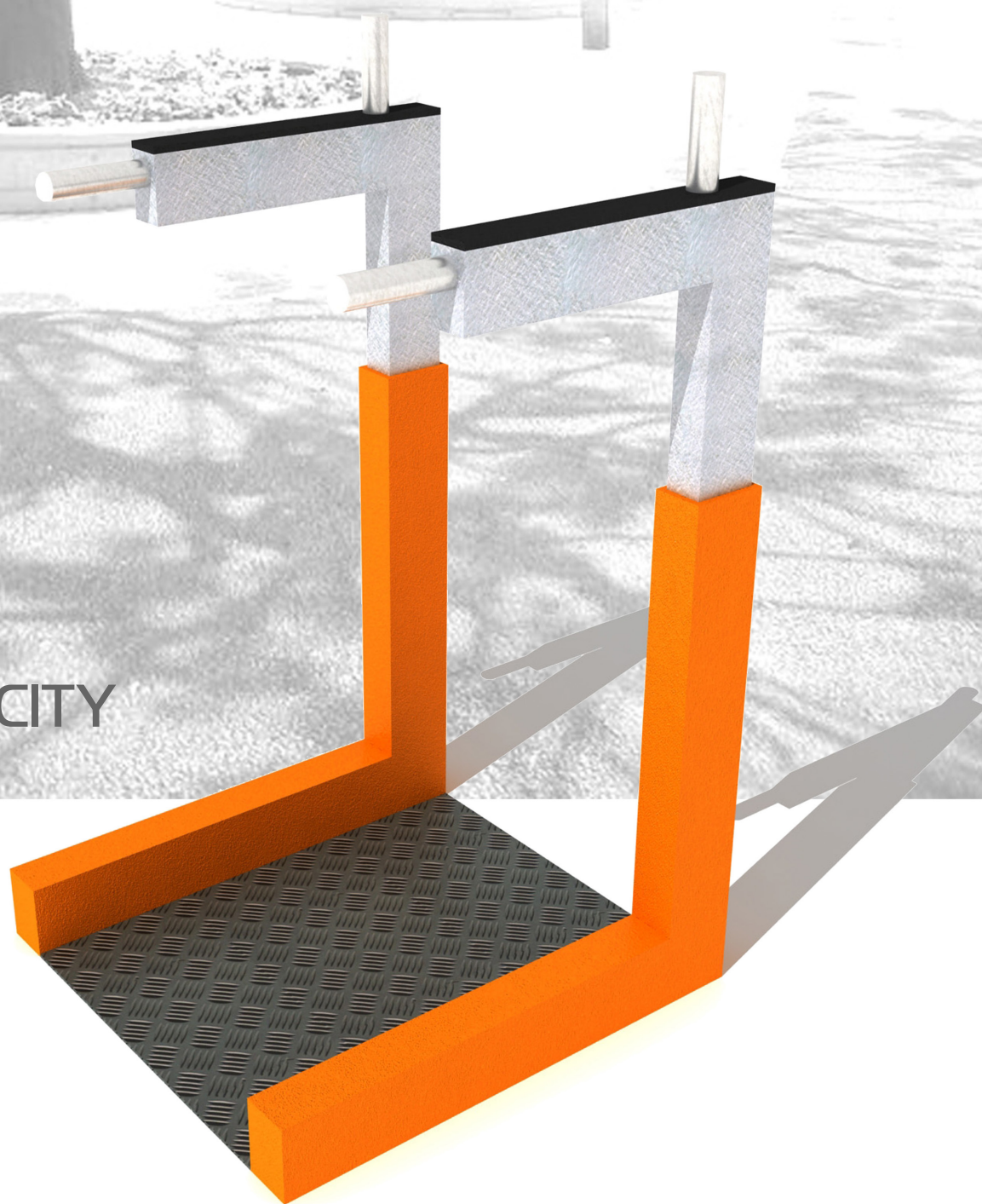


Na tomto prvku jsou možné dva rozdílné cviky, kterými posílíme horní končetiny a pletenec ramenní a dále břišní a zádové svaly. Na vodorovných madlech posílíme hlavně natahovače horních končetin-triceps, ramena, zádové svaly. Použitím vodorovných podpěrek předloktí s úchytem na svislých úchopech můžeme cvičit obdobně jako na hrazdě břišní a zádové svaly. Cviky jsou však pohodlnější než cviky ve visu a jsou tedy určeny pro cvičence s větší vahou, či slabším svalstvem horních končetin.

Míry: délka 800 mm, šířka 760 mm, výška 1340 mm



© SIACITY



RP09

Bradla kombinovaná

Posílení svalů horních končetin, prsních svalů, ramen, břišních a zádových svalů.