

Línea Implementos

Barra Z

Código: OB-47



La barra Z es un tipo de barra que tiene un diseño diferente a las barras convencionales ya que posee unas ligeras curvas de donde se debe sostener. Este diseño hace que las muñecas estén en una posición un poco menos estresantes o menos tensas por lo que puede reducir el dolor articular

en las muñecas.

Con este tipo de barra se puede trabajar tanto los tríceps como los bíceps, acostado o de pie, lo importante es agarrar la barra donde están las curvaturas y así minimizar un posible dolor en las muñecas.