



Barras paralelas

Modelo: GYX-A08

Características:

Medidas: 2110X610X1580 mm. Diámetro: 140mm. Espesor de tubo 3mm.

Función: Fortalece los músculos del hombro y el abdomen. Mejora la condición muscular de la espalda.

Usuario: Peso máximo por usuario 130 kg.

Uso: Súbase al aparato apoyando los brazos sobre las barras y realice flexiones.

Frecuencia de uso: Siempre en función del estado físico de la persona. Se recomiendan 3 series de 5 repeticiones cada una con un descanso de 5 segundos entre serie y serie.

Nota: Se trata de un ejercicio de fuerza que debe realizar de forma no violenta. En caso de notar alguna molestia, interrumpir el ejercicio y consultar al médico. Si tiene problemas articulares de cadera o espalda consulte al médico antes de realizarlo. Cuando el equipo sea utilizado por niños menores de 12 años, es necesaria la supervisión de un adulto.