



Tabla abdominales

Modelo: GYX-A17

Características:

Medidas: 1700X1350X685 mm. Diámetro: 140mm. Espesor de tubo 3mm.

Función: Desarrollo de la fuerza y la flexibilidad lumbar y los músculos abdominales y el consumo de la grasa en la cintura y el abdomen.

Usuario: Peso máximo por usuario 130 kg.

Uso: Coloque su cuerpo sobre la superficie del equipo y los pies detrás del manillar en la parte inferior y realice el movimiento abdominal.

Frecuencia de uso: Siempre en función del estado físico de la persona. Dividida en series de acuerdo a la capacidad de la persona y con descansos entre las series.

Nota: 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.