

Činka kettlebell Acra s cementovou náplní 4kg



Cena:	171,- Kč
Dostupnost:	Skladem
Kód zboží:	05-CWKBC4
Výrobce:	Acra
Kategorie:	Kettlebell

Činka kettlebell Acra s cementovou náplní 4kg

Činky kettlebell 4 kg s trojúhelníkovým madlem má vinylovou skořepinu s cementovou náplní uvnitř. Využívá se pro rozvoj síly a dynamiky, a to jak jednotlivě, tak i v páru.

Mezi nejdůležitější cviky patří:

- TGU(turecký vztyk)
- švih (swing)
- mrtvý tah, dřep, shyb
- nadhoz (clean)
- tlak (press)
- trh (snatch)

Činka 4 kg s vinylovou rukojetí je unikátní jednoruční činka ve tvaru zvonu s trojúhelníkovým úchopem.

Tělo činky je vyrobeno z kvalitního cementového materiálu potaženého vinylovou skořepinou pro příjemný pocit při cvičení.

Rukojeť zaručuje bezpečné a komfortní posilování.

Spodní strana činky je mírně seříznutá pro větší stabilitu při odložení.

Činka je vhodná pro všechny výkonnostní i věkové kategorie uživatelů a je určena především k rozvoji síly a dynamiky.

Lehčí činky můžeme doporučit i pro kondiční cvičení žen.

Cvičení s tímto druhem kettlebell je velmi příjemné díky vinylovému potahu. Proto je tento druh oblíbený u žen. Hodí se pro lehké kondiční cvičení a pro crossfit cvičení žen.