

## Lavice na Sissy dřepy HMS LSS01



<b>Cena:</b>	<b>3 869,- Kč</b>
<b>Dostupnost:</b>	<b>3-5 dní</b>
<b>Kód zboží:</b>	17-53-801
<b>Výrobce:</b>	HMS
<b>Kategorie:</b>	Posilovací lavice

### Lavice na Sissy dřepy HMS LSS01

Lavice HMS LSS01 je určena k provádění takzvaných Sissy dřepů, které se trénují jako doplněk ke klasickým dřepům, které budují mohutné a silné svalstvo, zatímco Sissy dřep svaly tvaruje. Princip spočívá v lýtkové opěře a zarážce nohou, díky kterým zatěžujete svaly kontinuálně během celé série. Sissy dřep využívá celý rozsah pohybu kolene a zapojuje do práce všechny svaly dolních končetin. Lavici lze také využít k posilování břicha a beder pomocí záklonů. Lavice je dále opatřena podpěrami na kliky a očky pro zaháknutí expandérů.

Robustní ocelová konstrukce stojí na plastových koncovkách, které chrání podlahu před poškozením a zároveň zajišťují vysokou stabilitu lavice. Přední stabilizátor je osazen transportními kolečky, zatímco zadní stabilizátor je opatřen uchem pro snadné přesunutí lavice, pokud ji zrovna nepoužíváte. Zadní část rámu jde zasunout, aby lavice zabírala opravdu minimum místa. Platforma je vyrobena z drážkovaného plechu, který zamezuje klouzání bot. Na polstrování je použita hrubá deska, s vysokou vrstvou PU pěny pro maximální komfort, PU pěna je také použita na zarážky nohou.

Zarážka je plynule nastavitelná v horizontálním směru, opěru lze nastavit výškově v rozsahu od 44 do 52 centimetrů, tato variabilita umožňuje dokonalé přizpůsobení každé postavě.

#### Technický popis:

- materiál: ocel, dřevo, PU pěna
- rozměry: 100 x 60 x 52 cm

#### Opěra:

- rozměry: 21 x 46 cm
- výška: 44 - 52 cm

#### Podpěry na kliky:

- rozměry: 11 x 3 cm
- vzdálenost: 39 cm

#### Platforma:

- rozměry: 30 x 45 cm

- hmotnost: 12 kg
- nosnost: 150 kg