

Posílení břišních svalů.

Lavice k posílení břišního svalstva. Posiluje horní, dolní a šikmé břišní svaly. Cvičení je vysoce účinné, provádí se ze sedu do lehu a obráceně. Dolní končetiny jsou fixovány zarážkami.

Míry: délka 1780 mm, šířka 700 mm, výška 520 mm

SCHÉMA POHYBU

