Aktuální ke dni tisku: 07.11.2026 01:28

Odporová fitness aerobic guma Sedco Set 5ks



Cena:	**137,- Kč**
Dostupnost:	**Skladem**
Kód zboží:	CE1003A
Výrobce:	Sedco
Kategorie:	Gumy na cvičení

Odporová fitness aerobic guma Sedco Set 5ks

Oblíbená pomůcka vhodná na aerobic, strečink i posilování.
Slouží k procvičení téměř všech svalových partií, zejména pak hýžďových, zádových i břišních svalů.
Vyrobeno z přírodního latexu.
Aerobic band je prvním krokem k vytvoření Vaší ideální postavy používá se již roky úspěšně v gymnastice, aerobicu i fitness centrech k rehabilitaci, či odporovému tréninku.
Vhodné pro všechny věkové kategorie.
Oblíbená pomůcka pro kondiční cvičení.
Cvičební guma zlepšuje pozitivní i negativní sílu svalů, jejich mohutnost a pevnost, rozsah pohybu a svalovou koordinaci (tj. spolupráci svalů a svalových skupin).
Je nenáročná na prostor a další posilovací přístroje a vybavení.

Jak zvolit správnou barvu a tuhost? Správný je takový, když po 8-10 opakování jednoho cviku ucítíte svalovou námahu.
Odpor můžete ovlivnit užším či širším držením či kombinací různých barev.
Proto je tento set perfektní pro cvičení kdekoliv, kdykoliv a jakkoliv.

Technický popis:
- materiál: přírodní latex
- obsah balení: 5 ks různé obtížnosti
- rozměry: 50 x 5 cm (jedná se o délku celého obvodu - tzn. v klidovém stavu má guma 2 vrstvy - 25 cm na délku)
- výrobce: Sedco

Dělení dle obtížností a odporu:
- velmi snadná: červená (10 - 15 lb)
- snadná: modrá (15 - 20 lb)
- průměrná: zelená (20 - 25 lb)
- obtížná: černá (25 - 30 lb)
- velmi obtížná: žlutá (30 - 35 lb)