

## BH Fitness M370 - Double poulie Crossover



### Codes produits :

Référence 247118

### caractéristiques du produit :

Type d'appareil: Poulie  
Zones travaillées: Dos  
Zones travaillées: Abdos  
Zones travaillées: Fessier  
Zones travaillées: Cuisses  
Zones travaillées: Épaules  
Zones travaillées: Bras  
Zones travaillées: Mollets  
Zones travaillées: Pectoraux  
Charge: 2 x 91 kg  
Pliable: Non  
Longueur: 122 cm  
Largeur: 192 cm  
Hauteur: 230 cm  
Poids: 385 kg  
Matière: Acier  
Durée d'utilisation: 5 h/jour  
Garantie: 2 ans

### Description brève du produit :

Découvrez la Double poulie Crossover M370 BH Fitness, un équipement polyvalent offrant 30 hauteurs d'entraînement, une poulie double réglable, et une charge de 2 x 91 kg. Idéal pour les séances d'entraînement personnel, la rééducation, et le renforcement musculaire complet, dans de petits espaces. 2 postes de travail, pour entraînement simultané.

### Description du produit :

La **Double poulie Crossover M370** de **BH Fitness** est un équipement de musculation polyvalent, adapté aux séances d'entraînement personnel, à la rééducation et à l'entraînement musculaire général. Avec 30 hauteurs d'entraînement sur chaque bras, il offre une flexibilité pour divers exercices avec les poulies et le câble. La poulie double réglable permet des mouvements indépendants avec une rotation de 180°, offrant une liberté de mouvement optimale. Avec une charge réglable jusqu'à 2 x 91 kg, ajustable par pas de 5 kg, il convient à différents niveaux d'entraînement. Compact, il est idéal pour les petits espaces et permet le travail simultané de deux personnes. En résumé, c'est un appareil polyvalent pour travailler tous les muscles du corps.

## Les + de la double poulie Crossover M370 BH Fitness

- Polyvalente : permet de réaliser de nombreux exercices pour travailler tout le corps, avec un seul appareil.
- Réglable : dispose de 30 hauteurs d'entraînement différentes sur chaque bras.
- Permet le travail simultané de 2 personnes.
- Double poulie réglable avec deux bras indépendants et un mouvement de rotation libre de 180°.
- 91 kg de charge par bras, réglables par pas de 5 kg, pour des exercices évolutifs.
- Prêt à monter.

## Les équipements de la double poulie Crossover M370

- 30 hauteurs réglables sur chaque bras.
- Double poulie réglable.
- Bras indépendants.
- Mouvements de rotation libre de 180°.
- Utilisation de "cams" pour la distribution uniforme du poids.
- Goupille magnétique de sélection des poids.
- Échelle visuelle de poids en 3 couleurs.
- Planche graphique explicative.
- Poignées anti-dérapantes réglables.
- Roulements à billes très résistants.
- Points de traction réglables.

### [Accessoires inclus](#)

- 2 poignées courtes.
- 2 poignées longues.
- 1 barre pour les chevilles.
- 1 corde pour les triceps.
- 1 barre de traction.

### [Caractéristiques physiques](#)

- Structure renforcée.
- Peinture anti-corrosive / double revêtement en poudre.
- Structure élevée 50 mm.
- Tuyaux arrondis.
- Carénages avant et arrières.
- Câble d'acier de 5 mm.
- Cadre constitué de solides profilés en acier de 4 mm.

### [Exemples d'exercices](#)

La double poulie Crossover M370 est un appareil multifonction, qui permet de réaliser une large gamme d'exercices, pour travailler tout le corps. Voici quelques exemples d'exercices :

- Tirage haut et latéral.
- Rotation interne.
- Deltoïde arrière.
- Biceps debout.
- Mouvement iso latéral.
- Triceps debout.
- Leg extension debout.
- Leg Ischios debout.
- Abducteur.
- Abdos crunch poulie haute.
- Obliques.



## Poulies doubles réglables

Les bras indépendants permettent un mouvement libre de rotation de 180°. La poulie double permet de s'entraîner à 2 en même temps.



## Réglable en hauteur

30 hauteurs d'entraînement pour effectuer une grande variété d'exercices, pour tout le corps.



## Barre de tarction

Le M370 est équipé de prises sur la partie supérieur, pour effectuer des tractions.



## Accessoires inclus

2 poignées courtes. 2 poignées longues. 1 barre pour les chevilles. 1 corde pour les triceps. 1 barre de traction.

## Les caractéristiques de la double poulie Crossover M370 BH Fitness

- Charge : 2 x 91 kg, réglable par pas de 5 kg.
- Dimensions : 122 x 192 x 230 cm.
- Poids : 385 kg.
- Durée d'utilisation conseillée : 5h/jour.
- Garantie : 2 ans.

### Attributs du produit :