

## BH Fitness L490B - Machine d'élévations latérales



### Codes produits :

Référence 246215

### caractéristiques du produit :

Zones travaillées: Dos  
Zones travaillées: Épaules  
Zones travaillées: Bras  
Charge: 100 kg  
Pliable: Non  
Longueur: 120 cm  
Largeur: 94 cm  
Hauteur: 149 cm  
Poids: 215 kg  
Matière: Acier  
Garantie: 2 ans  
Réglages de positions: Oui

### Description brève du produit :

La Machine d'élévations latérales L940B BH Fitness est un appareil de musculation parfait pour la réathlétisation. Elle offre un alignement précis des épaules grâce à ses rouleaux latéraux, un confort optimal avec son siège réglable, et une sécurité accrue via un levier permettant d'ajuster facilement la charge.

### Description du produit :

La **Machine d'élévations latérales L940B BH Fitness** est conçue pour offrir un entraînement efficace et ciblé des épaules. Dotée de rouleaux latéraux, elle assure un alignement optimal des épaules pour un mouvement précis et sécurisé. Son siège réglable, facilement ajustable via un levier, garantit un positionnement confortable pour chaque utilisateur. De plus, le levier permet de sélectionner en toute sécurité une charge supplémentaire, optimisant ainsi les séances d'entraînement. Profitez d'une machine de qualité supérieure, pour proposer des séances de réathlétisation adaptées aux besoins de vos patients.

**Muscles ciblés :** épaules.

## Comment utiliser la machine d'élévations latérales L490B BH Fitness

Assis sur la Machine d'élévations latérales L940B BH Fitness, placez vos bras et mains aux emplacements prévus. Élevez ensuite vos bras latéralement jusqu'à ce qu'ils soient parallèles au sol. Les rouleaux latéraux assurent un bon alignement des épaules, tandis que le siège réglable et le levier de sélection de charge garantissent confort et sécurité pendant l'exercice.

<https://youtu.be/OiHO4k154eE?si=DEMUzlmqi-Ed0KxY>

*\*L'appareil présent sur la vidéo ne correspond pas visuellement au modèle exacte de la machine d'élévations latérales L490B, mais le mode de fonctionnement est le même.*

## Les équipements de la machine d'élévations latérales L490B

- Poignées antidérapantes.
- Réglage vertical du siège.
- Sièges et appuis moulés par injection.
- Sellerie antibactérienne.
- Réglages manuels.
- Éléments de réglage de couleur jaune.
- Goupille magnétique de sélection des poids.
- Câble d'acier de 5 mm.
- Utilisation de "cams" pour la distribution uniforme du poids.
- Échelle visuelle de poids en 3 couleurs.
- Planche graphique explicative.
- Structure sur-élevée 50 mm.
- Structure renforcée.
- Carénages avant et arrières.
- Tuyaux arrondis.

## Les caractéristiques de la machine d'élévations latérales L490B de BH Fitness

- Charge : 100 kg.
- Dimensions : 119,5 x 94 x 148,35 cm.
- Poids : 215,5 kg.
- Garantie : 2 ans.

### Attributs du produit :