

## BH Fitness L830BB - Banc scott biceps



### Codes produits :

Référence : 246240

### Caractéristiques du produit :

Type d'appareil: Banc de musculation

Zones travaillées: Bras

Charge: N/A

Pliable: Non

Longueur: 81 cm

Largeur: 101 cm

Hauteur: 88 cm

Poids: 40 kg

Matière: Acier

Garantie: 2 ans

Réglages de positions: Oui

### Description brève du produit :

Le banc Scott biceps L830BB de BH Fitness, aussi appelé "preacher curl", est conçu pour isoler et renforcer les biceps brachial et brachial antérieur. Confortable et ergonomique, il permet une exécution correcte des curls avec divers équipements à charge libre, réduisant les risques de blessures et optimisant l'entraînement des biceps.

### Description du produit :

La **banc Scott biceps L830BB de BH Fitness**, aussi appelé "preacher curl" ou banc "Larry Scott", est conçu pour cibler efficacement le biceps brachial et le brachial antérieur. Spécialement pensé pour l'exercice de curl, ce banc de musculation permet de renforcer les biceps, ainsi que le muscle brachial et brachio-radial de l'avant-bras. Sa particularité réside dans l'inclinaison du coussin qui soutient le haut des bras, isolant ainsi les muscles des biceps pour un entraînement ciblé et intense. La conception du banc offre un environnement stable, empêchant la prise d'élan et favorisant la bonne exécution de l'exercice.

Polyvalent, il permet l'utilisation d'équipements à charge libre comme des haltères, des barres ou des barres CURL, offrant une diversité d'exercices. La position assise et le coussin rembourré assurent un confort optimal, réduisant les risques de blessures et minimisant les tensions du dos, des épaules et des lombaires. Poser les bras sur le coussin permet d'isoler les biceps, minimisant l'implication d'autres groupes musculaires pour un développement musculaire profond. L'inclinaison du coussin garantit une amplitude de mouvement stricte et favorisant une activation efficace des muscles des biceps pour un entraînement plus intense et efficace.

**Muscles ciblés :** biceps.

Comment utiliser le banc scott biceps L830BB de BH Fitness [https://youtu.be/P\\_G0TSvt5Z0?si=999DsQGpcFOXbkOo](https://youtu.be/P_G0TSvt5Z0?si=999DsQGpcFOXbkOo)

*\*L'appareil présent sur la vidéo ne correspond pas visuellement au modèle exacte du banc scott biceps L830BB, mais le mode de fonctionnement est le même.*

Les équipements du banc scott biceps L830BB

- Sièges et appuis moulés par injection.
- Siège réglable en hauteur.
- Sellerie anti-bactérienne.
- Repose-barres.
- Éléments de réglage de couleur jaune.
- Réglages manuels.
- Pieds avec protections en caoutchouc.
  
- Structure sur-élevée 50 mm.
- Structure renforcée.
- Pieds stabilisateurs réglables.
- Peinture anti-corrosive.
- Tuyaux arrondis.

Les caractéristiques du banc scott biceps L830BB de BH Fitness

- Dimensions : 81 x 101 x 88 cm.
- Poids : 40 kg.
- Garantie : 2 ans.

**Attributs du produit :**