

## BH Fitness L800BB - Chaise romaine



### Codes produits :

Référence 246247

### caractéristiques du produit :

Type d'appareil: Chaise romaine

Zones travaillées: Dos

Zones travaillées: Abdos

Zones travaillées: Cuisses

Zones travaillées: Épaules

Zones travaillées: Bras

Charge: Poids du corps

Pliable: Non

Longueur: 112 cm

Largeur: 78 cm

Hauteur: 155 cm

Poids: 53 kg

Matière: Acier

Garantie: 2 ans

Réglages de positions: Non

### Description brève du produit :

La chaise romaine L800BB de BH Fitness est un équipement de musculation compact, idéal pour travailler les abdominaux, triceps, pectoraux, et plus encore. Équipée de poignées multi-positions et d'accoudoirs ergonomiques, elle permet de réaliser des dips, levers de jambes, et crunchs, offrant un entraînement complet pour renforcer et tonifier votre corps.

### Description du produit :

La **chaise romaine L800BB de BH Fitness**, ou « Power Tower », est un équipement de musculation compact et polyvalent, idéal pour cibler à la fois les biceps, triceps, abdominaux et autres groupes musculaires. Dotée de poignées multi-positions, elle permet de réaliser des dips pour renforcer les triceps et les pectoraux. Les appuie-coudes ergonomiques offrent un soutien optimal et un confort accru pour les levers de genoux et les exercices abdominaux. La chaise romaine L800BB assure une posture correcte et un maintien ferme, aidant à atteindre les objectifs de renforcement musculaire, de réathlétisation et de remise en forme.

**Muscles ciblés** : abdominaux, biceps, triceps, pectoraux, dorsaux, deltoïdes, muscles stabilisateurs du tronc, muscles des jambes et des hanches et érecteurs du rachis.

## Comment utiliser la chaise romaine L800BB de BH Fitness

La chaise romaine est équipée d'accoudoirs avec des poignées verticales qui simplifient les levers de jambes. Il vous suffit de placer vos avant-bras sur les accoudoirs, de vous appuyer sur les poignées, puis de soulever les jambes. Lorsque vous élevez vos jambes, les abdominaux inférieurs se contractent et se compriment.

## Les équipements de la chaise romaine L800BB

- Poignées multi-positions : les poignées horizontales permettent de réaliser des dips.
- Appuie-coudes : Les appuie-coudes sont ergonomiques et apportent stabilité et confort pour les levers de genoux.
- Pieds avec protections en caoutchouc.
- Sièges et appuis moulés par injection : prévient le risque de déformation et assure une densité uniforme.
- Sellerie anti-bactérienne.
- Structure élevée 50mm au dessus du sol et pieds avec protections en caoutchouc. Les stabilisateurs à chaque point d'appui s'adaptent aux dénivelés du sol.
- Structure renforcée.
- Peinture anti-corrosive.
- Tuyaux arrondis.

## **Les caractéristiques de la chaise romaine L800BB BH Fitness**

- Dimensions : 112 x 78 x 155 cm.
- Poids : 53 kg.
- Garantie : 2 ans.

### **Attributs du produit :**