

1400

575

1135

Medidas:
1135x575x1400 mm.

Área de seguridad:
1500x2500 mm.

Peso aproximado: 40 kg.

Función:
Refuerzo de la musculatura abdominal y lumbar, mejorando la flexibilidad y agilidad de la columna vertebral y articulación de cadera. Bueno para mejorar la figura.



Subido en los estribos y sujetandose de las manillas, mueva las piernas en sentido de marcha, como si estuviera caminando.
Realice esta operación entre 3-5 veces.
Repita este ejercicio de 5 a 10 veces.

