



Medidas:
1135x1135x2355 mm.

Área de seguridad:
3000x3000 mm.

Peso aproximado: 58 kg.

Función:
Fortalecimiento de la musculatura de los miembros superiores, hombros, espalda, favoreciendo hombros, codos muñecas y dedos.

Sujetese a la barra que mejor le venga por su altura, realizando flexiones de brazos lentamente.
Realice esta operación entre 1-3 veces
Repita este ejercicio de 5 a 10 veces.

