

SPORTPLUS Bauchtrainer AB Plank SP-ALB-011

Innovativer Rücken-/Bauchtrainer, dynamische Crunches und statische Übungen

Get in Shape! Der SportPlus AB Plank ist der einfache Weg sich in Form zu bringen. Trainieren Sie einfach wenige Minuten pro Tag und Sie werden überrascht über die Ergebnisse sein. Ihre täglichen Trainingseinheiten mit „Reverse Crunches“ und klassischen statischen Halteübungen stabilisieren den gesamten Rumpf, bewirken ein intensives Bauchmuskeltraining und tragen damit deutlich zur Gewichtsabnahme bei. Zudem werden die Oberschenkel, der Po und der gesamte Schulter-/Rückenbereich gestärkt. Der AB Plank ist ideal für Männer und Frauen und bietet ein einfaches Fitnessgerät mit robuster Stahlkonstruktion, die bis zu einer Gewichtsbelastung von 100 kg ausgelegt ist. Der integrierte Computer informiert Sie über den Kalorienverbrauch, die Trainingszeit und die Anzahl der Wiederholungen. Wählen Sie zwischen vier Widerstandsstufen und erhöhen Sie schrittweise die Intensität Ihrer Trainingseinheiten. Falls Sie das Gerät nicht benutzen, klappen Sie es einfach zusammen und verstauen Sie es unterm Bett oder neben einem Schrank.

Technische Daten:

- Geeignet für alle Fitnessniveaus
- Stabiler Stahlrohrrahmen
- 4-facher Widerstand durch verschiedene Übungswinkel
- Workout kombiniert klassische Haltungsübung mit „Reverse Crunches“
- LCD-Computer mit folgenden Funktionen: Zeit, Anzahl der Wiederholungen, Gesamtanzahl, ca. Kalorienverbrauch und autom. Anzeigenwechsel
- Einfacher Aufbau
- Zusammenklappbar und bequem zu verstauen
- Gewicht: ca. 8 kg
- Maße (L/B/H): ca. 102 x 51 x 90 cm, geklappt: ca. 51 x 18 x 130 cm
- Max. Benutzergewicht: 100 kg