

Product Descripción



El XYSFitness ajustable [caja en cuclillas](#) es para el tamaño más ancho, así que cualquiera de puede utilizar esta caja. Encima de eso puede manejar la fuerza exhibida por el hombre más fuerte del mundo. Esta caja es prueba de batalla y se ha enfrentado a muchos de sus [entrenamientos en cuclillas](#) en Super Training.

El XYSFitness [altura ajustable Plyo caja](#) le permite sentarse de nuevo profundizar en los jamones y glúteos. Desarrolla los músculos de cuclillas apropiados mientras que refuerza la técnica correcta. La postura más amplia y la posición más recta del pie usada para la

sentadilla de la caja activa las caderas y ayuda a eliminar el reflejo excesivo del estiramiento que muchos levantadores Olímpicos del estilo de la posición cercana consiguen. Esto hace que la caja en cuclillas más difícil, pero también hará que su sentadilla regular más fuerte y más eficiente.

Esta caja de cuclillas ajustable de XYSFitness es una plataforma enmarcada acero robusta que se utiliza para la ejecución de saltos pliométrico para construir la fuerza explosiva de la pierna durante entrenamiento del funcionamiento de los deportes. [Entrenamiento de salto](#) es una técnica de entrenamiento explosivo que promueve el crecimiento muscular y la resistencia y también aumenta la capacidad cardiovascular. Los atletas se entrenan específicamente con cajas pliométrico para no sólo construir potencia y fuerza en el cuerpo inferior, sino también mejorar la velocidad neuromuscular y la coordinación de habilidades motrices. Los saltos de pliométrico requieren una combinación avanzada de fuerza, resistencia, destreza y enfoque mental, convirtiéndolos en una parte importante de cualquier rutina de entrenamiento cruzado.

Especificaciones del producto

- Monte el tamaño: 71 x 60 x 30 cm
- peso: 22,2 kg
- Material: acero resistente al desgaste
- hierro Placa: 4 mm
- Tamaño del paquete: 73 x 62 x 35 cm
- Insignia: insignia del cliente
- Aplicación: entrenamiento de agilidad
- Color: negro, plateado, blanco



los 30 cm con 7 posiciones de fijación ajustables en altura de los 5 cm



El tornillo fijará cada posición ajustable constantemente.



Empaquetado y entrega

Detalles de empaquetado: