Shark Fitness AG
Shops in Wettingen (ZH)
und Wil (SG)

056 427 02 25
info@sharkfitness.ch
www.sharkfitness.ch

NOHrD Sicherheitsauflagen Set zu Squat Rack

Die Sicherheitsablagen zu dem NOHrD Squat Rack sind ein wesentlicher Bestandteil den Trainierenden während des Krafttrainings zu schützen und das Risiko von Verletzungen zu minimieren. Sie geben dem Trainierenden ein Gefühl der Sicherheit, um intensiver trainieren zu können.

CHF 399.00

Schutz beim Kniebeugen
Beim Kniebeugen kann es passieren, dass ein Trainierender die Bewegung nicht bewältigen kann oder erschöpft ist. Die Sicherheitsablagen befinden sich in der Regel auf der Höhe, in der die Hantelstange am tiefsten Punkt der Kniebeuge steht. Wenn der Trainierende die Wiederholung nicht beenden kann oder die Hantelstange nicht mehr hochstemmen kann, fängt die Sicherheitsablage die Stange auf, sodass der Trainierende nicht unter der Last eingeklemmt wird.

Hilfe beim Bankdrücken
Auch beim Bankdrücken bieten Sicherheitsablagen Schutz. Wenn ein Trainierender nicht in der Lage ist, die Hantelstange zu kontrollieren oder das Gewicht nicht mehr stemmen kann, verhindern die Sicherheitsablagen, dass die Hantelstange auf die Brust des Trainierenden fällt. Dies reduziert das Risiko von Verletzungen, insbesondere an der Brust und den Schultern.

Unterstützung bei anderen Übungen
Neben Kniebeugen und Bankdrücken können Sicherheitsablagen auch bei anderen Kraftübungen nützlich sein, z. B. beim Schulterdrücken, beim Kreuzheben oder beim Ausführen von Rack Pulls.

Höhenverstellung
Die Sicherheitsablagen können auf verschiedene Höhen eingestellt werden, um den individuellen Bedürfnissen und den Übungen gerecht zu werden. Dies ermöglicht es Trainierenden, die richtige Höhe für ihre spezifische Körpergrösse und Bewegungsreichweite zu finden.

Lieferumfang: 1 Paar

Shark Fitness AG
Shops in Wettingen (ZH)
und Wil (SG)

056 427 02 25
info@sharkfitness.ch
www.sharkfitness.ch

Shark Fitness AG
Shops in Wettingen (ZH)
und Wil (SG)

056 427 02 25
info@sharkfitness.ch
www.sharkfitness.ch