



Jordan Farmers Walk Handles (JF-FW)



Farmers Walk ist eine Übung, die oft in Strongman-Wettbewerben und im Krafttraining eingesetzt wird. Bei dieser Übung trägt der Sportler schwere Gewichtsscheiben oder andere schwere Gegenstände in beiden Händen, während er über eine bestimmte Strecke läuft. Farmers Walk Griffe sind speziell gestaltete Geräte, die entwickelt wurden, um diese Übung sicher und effektiv durchzuführen. Die Farmers Walk Übung ist ein effektives Ganzkörpertraining, da sie nicht nur die Griffkraft stärkt, sondern auch den gesamten Körper, einschliesslich der Beine, des Rückens und des Rumpfes, beansprucht.

CHF 349.00

- die Übung ahmt das Tragen von schweren Gegenständen im Alltag nach und fördert die funktionelle Fitness
- Farmers Walk Griffe sind so konstruiert, dass sie einen festen und sicheren Griff ermöglichen, auch wenn schwere Gewichtsscheiben oder andere Lasten getragen werden
- leicht zu greifende, gerippte 38-mm-Gummigriffe
- verchromte Hantelhörner für olympische Hantelscheiben
- perfekt für den Strongman-Trainingsplan
- Hantelscheiben nicht im Lieferumfang beinhaltet
- Zertifizierung: EN957 / EN ISO 20957
- Masse: L122,3 x B31,1 x H38,8cm
- Gewicht: 14kg/Stk.
- Lieferumfang 1 Paar