



NOHrD Set de supports de sécurité pour Squat Rack



Les supports de sécurité du NOHrD Squat Rack sont un élément essentiel pour protéger l'utilisateur pendant l'entraînement de musculation et pour minimiser le risque de blessures. Elles donnent à l'utilisateur un sentiment de sécurité qui lui permet de s'entraîner plus intensément.

CHF 399.00

Protection lors du squat

Lors du squat, il peut arriver qu'un pratiquant ne puisse pas maîtriser le mouvement ou soit épuisé. Les supports de sécurité se trouvent généralement à la hauteur à laquelle la barre d'haltères se trouve au point le plus bas du squat. Si l'utilisateur ne parvient pas à terminer la répétition ou à soulever la barre d'haltères, le support de sécurité rattrape la barre afin que l'utilisateur ne soit pas coincé sous la charge.

Aide au développé couché

Les supports de sécurité offrent également une protection au développé couché. Si un pratiquant n'est pas en mesure de contrôler la barre d'haltères ou de soulever le poids, les supports de sécurité empêchent la barre de tomber sur la poitrine du pratiquant. Cela réduit le risque de blessures, notamment au niveau de la poitrine et des épaules.

Soutien lors d'autres exercices

Outre le squat et le développé couché, les supports de sécurité peuvent également être utiles lors d'autres exercices de musculation, par exemple lors du développé couché, du soulevé de terre ou de l'exécution de Rack Pulls.

Réglage de la hauteur

Les tablettes de sécurité peuvent être réglées à différentes hauteurs pour s'adapter aux besoins individuels et aux exercices. Cela permet aux entraîneurs de trouver la bonne hauteur en fonction de leur taille et de leur amplitude de mouvement spécifiques.

Contenu de la livraison : 1 paire

**The Shark
Fitness Company**



Shark Fitness AG

Magasins à Wettingen (ZH)
et Wil (SG)

056 426 52 02

info@sharkfitness.ch
www.sharkfitness.ch

**The Shark
Fitness Company**



Shark Fitness AG

Magasins à Wettingen (ZH)
et Wil (SG)

056 426 52 02

info@sharkfitness.ch
www.sharkfitness.ch