NOVA SPORT®
Nova Sport Fitness Aletleri
Ferah Mah. Ferah Cd. NO:95 A/B
Üsküdar / İSTANBUL / TÜRKİYE

BENCH SERISI

SM 3016 BACK EXTENSION



Ölçüler ve özellikler

Ölçüler (B x E x Y)	**150 x 72 x 110 cm**
Ürün ağırlığı	**62 kg**
Kullanım alanı	**1,92 x 3 m**

Kuş bakışı ve kullanım alanı



Kesikli alan, ürüne biniş, kullanım ve ayar için önerilen yaklaşık boşluktur. Kalın çizgi ürünün ön (konsol) tarafıdır.

Öne çıkanlar

- SM 3016 Back Extension, özellikle bel bölgesini güçlendirmeye odaklanarak, hedefli arka zincir antrenmanı için istikrarlı ve destekleyici bir platform sağlamak üzere tasarlanmıştır.
- Özel bir sırt uzatma istasyonu olarak, kullanıcıların bel bölgesini, kalça kaslarını ve hamstring kaslarını çalıştıran kontrollü uzatma hareketleri yapmalarını sağlar.
- SM 3016 Back Extension'un önemli bir özelliği, kullanıcıların boylarına ve hareket tercihlerine göre pozisyonlarını özelleştirmelerine olanak tanıyan ayarlanabilir açılı destek pedidir. Bu ayarlanabilirlik, kalçaların egzersizin pivot noktasıyla doğru şekilde hizalanmasını sağlayarak kullanım sırasında doğru biyomekaniği destekler.
- Açılı ped tasarımı ayrıca hareket boyunca gelişmiş konfor ve desteğe katkıda bulunur. Kullanıcıların kendilerini sabitleyebilecekleri istikrarlı bir yüzey sağlayarak, gereksiz zorlanmayı azaltır ve her tekrarın daha sorunsuz bir şekilde gerçekleştirilmesini sağlar.
- SM 3016 Back Extension'un tasarımı, egzersiz boyunca kalçaların, omurganın ve alt vücudun hizalanmasını destekleyerek doğru vücut pozisyonunu teşvik eder. Bu pozisyonlama, kullanıcıların hareketi kontrollü bir aralıkta gerçekleştirmelerine yardımcı olur ve aşırı omurga hareketinden ziyade kalçalarda uzamaya odaklanır.