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

BENCH SERISI

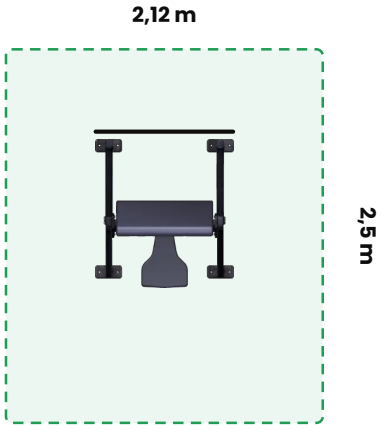
SM 3018 SEATED ARM CURL



Ölçüler ve özellikler

Ölçüler (B x E x Y)	**100 x 92 x 110 cm**
Ürün ağırlığı	**72 kg**
Kullanım alanı	**2,12 x 2,5 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 3018 Seated Arm Curl, kanıtlanmış "preacher curl" (kol destekli curl) pozisyonu aracılığıyla hassas ve kontrollü bir biceps antrenmanı sunmak üzere özel olarak tasarlanmıştır.
- Ticari güç antrenmanı ortamları için geliştirilen bu ekipman, üst kolun tam olarak izole edilmesini sağlayan özel bir istasyon sunarak kullanıcıların doğru tekniğe ve tutarlı kas aktivasyonuna odaklanmasına olanak tanır. Çevredeki kas gruplarının katılımını sınırlayan ürün yapısı, her bir tekrarın etkinliğini artırır.
- M 3018 Seated Arm Curl' ün belirleyici özelliklerinden biri, üst kolları sabit bir destek pedine dayayan geleneksel "preacher" tarzı yapısıdır. Bu tasarım, omuzların aşırı hareket etmesini önlemeye yardımcı olur ve ivmeden (momentumdan) yararlanma ihtiyacını azaltarak, hareketin ana itici gücünün biceps kasları olmasını sağlar.
- Ergonomik kol destek pedi, egzersiz boyunca konforu ve vücut hizalamasını korumada kilit rol oynar. Hareket açıklığı boyunca üst kolları destekleyen sabit bir yüzey sunarak, kullanıcıların başlangıçtan bitişe kadar tutarlı bir pozisyonu korumalarına olanak tanır. Bu denge, özellikle daha ağır yüklerle çalışırken veya yüksek tekrarlı setler gerçekleştirirken büyük önem taşır.
- M 3018 Seated Arm Curl' ün oturmalı konfigürasyonu, daha iyi duruş kontrolüne ve hareket tutarlılığına katkıda bulunur. Kullanıcıyı güvenli bir şekilde konumlandırarak vücudun sallanmasını en aza indirir ve telafi edici (yanlış kas gruplarını devreye sokan) hareketlerin gerçekleşme olasılığını düşürür. Bu