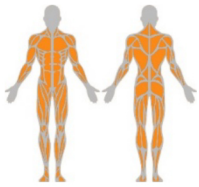
S831.4 ZE Calisthenics

Maße

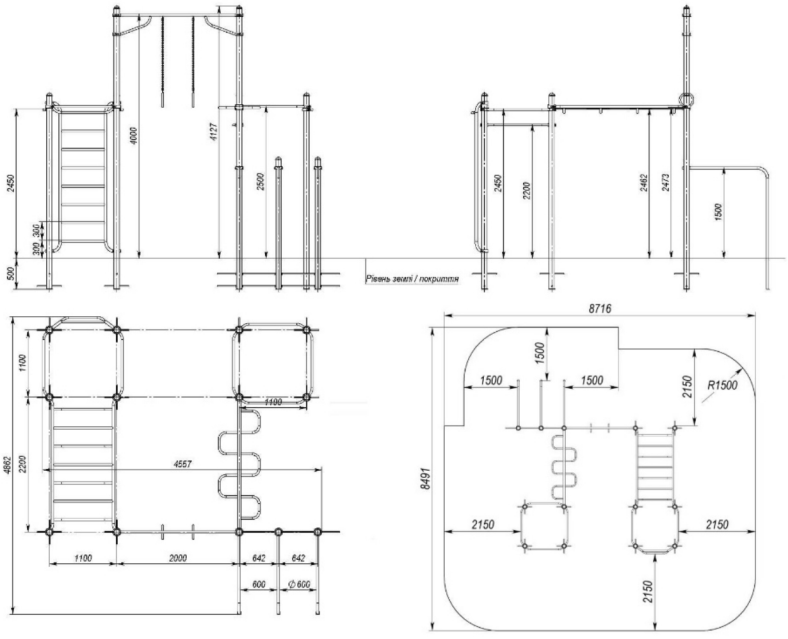
Länge: 4862 mm
Breite: 4557 mm
Höhe: 4127 mm
Gewicht, kg: 565

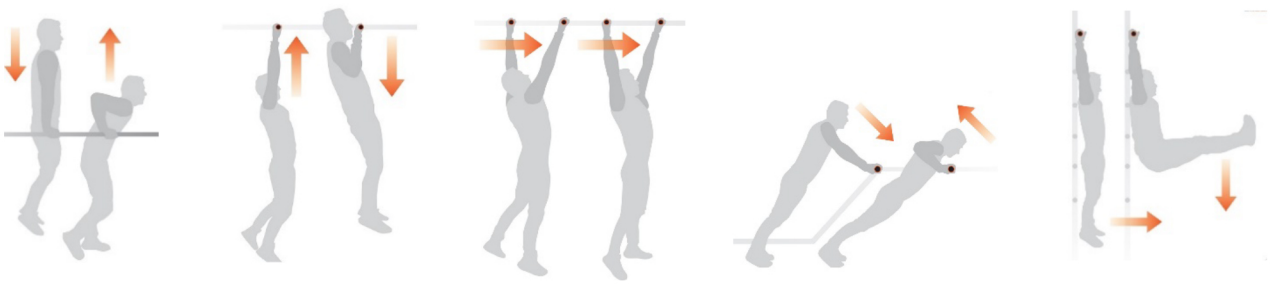


Beschreibung

Hauptvorteil gegenüber dem klassischen Krafttraining mit isolierten Übungen liegt in der Betonung der Intermuskulären Koordination. So müssen, Beispielsweise bei der "menschlichen Flagge" unzählige Muskeln kooperieren. Die Stabilität des Körpers verbessert sich

DIN EN 16630: 2015-06
ZERTIFIZIERT





www.begreen24.de
info@begreen24.de