

FICHE PRODUIT - FITNESS EXTÉRIEUR

700106 - NW106 Leg

NORWELL
OUTDOOR FITNESS

Le Leg convient à tous les exercices de renforcement des cuisses, des jambes et des mollets.

Nous recommandons la structure Leg aux séniors.

MODE D'EMPLOI :

Asseyez-vous dans le siège et regardez droit devant vous. Placez vos pieds sur les coussinets, en assurant le contact à travers les talons. Étendez vos jambes presque complètement (jamais en extension complète) et vice-versa. Effectuez l'exercice à un rythme lent et contrôlé.



ZONE D'ENTRAÎNEMENT :
11,9m²

