

BH Smith rack met steekgewichten - excl.

gymna

gewichtsschijven

Art: 564885 | Merk: [BH](#)



Productinformatie

De BH Smith rack is een multifunctioneel trainingsstation bestaande uit **2 afzonderlijke trekapparaten van 90 kg** en een **Smith machine**. Compact en veilig kracht trainen, ook in kleine ruimtes, voor 1 of 2 personen tegelijk. Meer dan 32 oefeningen, geïllustreerd op de achterwand van het toestel. Een ideaal toestel voor personal training sessies of revalidatie.

Smith machine: Een Smith machine is een fitnessapparaat dat bestaat uit een halterstang en een frame. De halterstang zit vast aan een verticale geleidingsstang met haken, waardoor trainen extra veilig is. Aan weerszijden van de halterstang worden gewichtsschijven met een opening van 50 mm gehangen (niet meegeleverd). Mogelijke oefeningen zijn o.a. squats, bench press, shrugs, ... Aan het frame zijn extra werkstations voorzien zoals landmine, roller voor sit-ups, dip station, pull-up bar. Met de **trekapparaten** kan unilateraal of bilateraal gewerkt worden, geïsoleerd of functioneel, naargelang de doelstelling en mogelijkheden van de gebruiker. Beide trekapparaten hebben een gewichtenstapel van 90 kg, per 7,5 kg te selecteren met een magnetische veiligheidspin.

STANDAARD ACCESSOIRES

- halterstang (gefixeerd tussen geleidingsstangen) met clips, excl. gewichtsschijven
- pull-up stang
- 2 handvaten
- triceps touw
- dipstation met handvaten
- land mine
- V-bar voor oefeningen met landmine

Montage: niveau 6