

Entrenador de fuerza HMS Atlas X1

Mx. peso del usuario: 135kg

Tipo: Mquina Smith

Carga: libre peso

Mx. peso de carga: 272 kg / por barra /

Ajuste del respaldo

Equipamiento adicional: Banco Scott

Ejercicios de grupos musculares: Tirn vertical; Tirn horizontal; Tirn bajo; Peso muerto; Zancadas

Ejercicios de un solo msculo: Prensa de hombros; Prensa de pecho; Encogimientos de hombros;

Mariposa; Curl de brazos; Extensin de brazos; Curl de piernas; extensin de pierna; sentadilla;

elevacin de pantorrilla

Marca pas de origen: Polonia

Dimensiones: 227x202x205 cm

Peso: 97 kg