

Nohrd Swing Bell - 1 kg - eiken - leder donker

gymna

Art: 566702 | Merk: [NOHRD](#)

Cover image

image not found or type unknown

Productinformatie

Zwaaiende bewegingen zijn een natuurlijk onderdeel van ons bewegingsapparaat. We worden ons hiervan bewust wanneer we bijvoorbeeld door een blessure iets niet meer van de grond kunnen tillen. Om het niet zover te laten komen is het van belang om uw lichaam te trainen en te onderhouden om zo uw spieren, gewrichten en pezen soepel en veerkrachtig te houden. Swing Bells zijn de moderne variant van Kettlebells, bekend van CrossFit trainingen. Eigenschappen:

- handgemaakt, combinatie van hardhout en echt leder gevuld met ijzergranulaat en een geïntegreerde metalen beugel die zorgt voor de nodige stabiliteit.
- het bewegen van het ijzergranulaat tijdens de training zorgt voor het verschuiven van centrum van de zwaartekracht, waardoor de beweging uitbreidt buiten de arm.
- het resultaat is gerichte stimulatie van het bindweefsel (fascia), de gewrichten en de spieren, verhoging van de algehele prestaties en veerkracht.

Uitvoeringen:

- licht eikenhout met donker leder.
- donker walnoothout met licht leder.
- geleverd in een set van 2 swingbells.

Eveneens verkrijgbaar:

- opbergsystemen mét Swing Bells
 - SwingToren met 8 Swing Bells (2, 4, 6, 8 kg).
 - SwingMuurbord met 8 Swing Bells (2, 4, 6, 8 kg)