

## Sport-Thieme Schul- und Vereinsset "Elastisches Textilband Small"



Das Set ist besonders für den Schulsport oder das Gruppen-Workout in Vereinen oder Fitness-Studios ideal geeignet:

- Perfekt für das Gruppentraining geeignet
- Beanspruchung zahlreicher Muskelgruppen im Ober- und Unterkörper
- Schlaufen zum Variieren der Trainingsintensität

Für intensive Trainingseinheiten in 3 unterschiedlichen Zugstärken erhältlich:

7 kg, 10 kg und 15 kg.

Jedes Widerstandsband besteht aus 8 Schlaufen, mit denen Sie die Übung intensivieren können. Dank der Handschlaufen, gehört lästiges um die Hände wickeln von nun an der Vergangenheit an. Besonders praktisch: Auch im Wasser finden die Zugbänder ihren Einsatz. Ob Übungen sitzend, liegend oder im Stand – Sie stärken Ihren Bizeps, Trizeps, Bauch, Po und Rücken, sowie Schultern und Oberschenkel. Nach dem Fitness-Training ist das Widerstandsband platzsparend in der dazugehörigen Aufbewahrungstasche verstaubar.

Produktvorstellung: Elastikband mit Schlaufen:

<https://www.youtube.com/watch?v=Wmh0nXxBjek>

Übungen für das Training mit dem Elastikband:

<https://www.youtube.com/watch?v=kNQ2H9Ihlc0>