

## Clubbell de 2 à 20kg Amaya Sport

Clubbells en acier de 2 à 20kg avec manche arrondi. L'entraînement au clubbell est l'un des moyens les plus anciens de conditionnement athlétique et d'entraînement au combat.



**Marque :** AMAYA SPORT

**Référence :** 60930000

**Points de fidélité offerts :** 21

**Prix :** 21,99€

**Options disponibles :**

*Poids :* 2 kg, 4 kg (+ 10,00€), 6 kg (+ 26,00€), 8 kg (+ 42,00€), 10 kg (+ 58,00€), 12 kg (+ 74,00€), 15 kg (+ 98,00€), 20 kg (+ 138,00€)

**Descriptif :**

## Clubbell de 2 à 20kg Amaya Sport

**Clubbells en acier de 2 à 20kg avec manche arrondi. L'entraînement au clubbell est l'un des moyens les plus anciens de conditionnement athlétique et d'entraînement au combat.**

Le club fait déplacer le poids vers une extrémité, faisant travailler le corps pour surmonter l'effet de levier qui est produit. Travailler avec des clubbells implique plusieurs groupes musculaires en même temps.

Une multitude d'exercices peuvent être effectués avec un ou deux clubs, sans avoir besoin d'utiliser des poids très lourds et donc de réduire les blessures et les douleurs.

[Lien vers la fiche du produit](#)