Elastique de survitesse 7,5 m ref 4T-0S09-7

L'élastique de survitesse 7,5 mètres 4Trainer permet de travailler efficacement le travail de survitesse et de résistance, en toute sécurité.

Marque : 4 TRAINER
Référence : 4T-0S09-7
Points de fidélité offerts : 139

Prix : 139,00€

Elastique de survitesse 7,5 m

Elastique de survitesse 7,5 m ref 4T-0S09-7

Le travail de survitesse se situe généralement après une phase de développement de la vitesse. Ce travail étant très sollicitant au niveau musculaire, l'athlète doit être bien préparé afin de ne pas de blesser.

D'une longueur de 7,5 mètres, cet élastique peut exercer une résistance variable sur 10 mètres. Cette méthode d'entraînement permet à l'athlète d'améliorer sa vitesse en ligne droite, sa fréquence gestuelle et son amplitude de course.

Comprend 2 ceintures, 1 élastique d’une longueur de 7,5 m.

L’enveloppe de protection en tissu autour de l’élastique évite tout risque de blessure en cas de rupture.

Livré dans une housse de transport

Il est recommandé de ne pas accrocher l'élastique sur un point fixe. L'utiliser de préférence à 2 afin de gérer de manière optimale le tension exercée.

L'élastique ne doit jamais être tendu complément car il risque de se rompre. Il est conseillé de baliser le parcours à l'aide de plots afin que l'athlète n'aille pas au-delà de la limite prévue.

Lien vers la fiche du produit