

Elastique de survitesse 3 m ref 4T-0S09-3

L'élastique de survitesse 3 mètres 4Trainer permet de travailler efficacement le travail de survitesse et de résistance, en toute sécurité.



Marque : 4 TRAINER

Référence : 4T-0S09-3

Points de fidélité offerts : 99

Prix : 99,00€

Elastique de survitesse 3 m

Elastique de survitesse 3 m ref 4T-0S09-3 Le travail avec résistance variable est généralement utilisé en préparation physique lors des séances de vitesse et d'explosivité.

D'une longueur de 3 mètres, cet élastique peut exercer une résistance variable sur 5 mètres. Cette méthode d'entraînement est très utilisée dans les sports nécessitant des démarrages explosifs et des sprints de courtes distances.

Comprend 2 ceintures, 1 élastique d'une longueur de 3 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 complètement 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](#)