

**Harnais de résistance ref 4T-RT04-1**

Le harnais de résistance s'utilise lors des séances spécifiques vitesse pour travailler l'explosivité et la puissance des démarrages.



**Marque :** 4 TRAINER

**Référence :** 4T-RT04-1

**Points de fidélité offerts :** 29

**Prix :** 29,00€

**Harnais de résistance**

**Harnais de résistance ref 4T-RT04-1** Les qualités de force, de vitesse et d'explosivité sont des composantes essentielles de la performance chez les athlètes de haut niveau.

Très utilisé dans les sports nécessitant des démarrages explosifs et des sprints de courtes distances, le harnais de résistance 4Trainer permet de travailler spécifiquement la vitesse de course.

Le travail de poussée exercé par l'athlète en opposition à la résistance de son partenaire améliore les qualités de vitesse et d'explosivité.

Comprend une sangle de 1 m pour la personne qui exerce la force contraire et un harnais très confortable avec un maintien au niveau des épaules pour éviter tout risque de blessure.

Le harnais de résistance convient à tout âge et pour tout niveau de pratique.

[Lien vers la fiche du produit](#)