

**Kettlebell BL4CK IRON de 4 à 32kg 4 Trainer**

Le kettlebell 4Trainer est très utilisé dans le travail d'explosivité, de puissance et de renforcement musculaire.



**Marque :** 4 TRAINER

**Référence :** BL4CK IRON

**Points de fidélité offerts :** 15

**Prix :** 15,90€

**Options disponibles :**

*Poids :* 4 kg, 8 kg (+ 14,00€), 12 kg (+ 28,00€), 16 kg (+ 42,00€), 20 kg (+ 56,00€), 24 kg (+ 70,00€), 32 kg (+ 109,00€)

**Descriptif :**

## **Kettlebell BL4CK IRON 4 Trainer**

**Le kettlebell 4Trainer est très utilisé dans le travail d'explosivité, de puissance et de renforcement musculaire.**

Le kettlebell est un accessoire d'origine russe en forme de cloche utilisé en préparation physique pour travailler la force, l'explosivité et la puissance.

Les différents exercices que l'on peut effectuer avec un kettlebell ( mouvements balistiques, de swing, de relevé, de jeté, de pivoté..) font de cet outil un des plus complets et des plus efficaces sur le marché.

Il offre à l'athlète un travail physique complet grâce à ses mouvements multiples et variés, et développe autant les qualités cardiovasculaires que musculaires.

Les différentes charges proposées permettent d'ajuster le travail en fonction du niveau et de l'objectif recherché ( renforcement musculaire, puissance, explosivité, coordination... ).

Le kettlebell est composé de fonte. Il comprend un revêtement poudré sur sa surface afin d'obtenir un meilleur grip.

La base de ce kettlebell est plate afin d'assurer une bonne stabilité une fois posé au sol. Le logo 4 est peint sur la base.

Existe en plusieurs poids : de 4 à 32 kg.

Vendu à l'unité

**Garantie : 1 an**

\*Une mauvaise utilisation du produit ne saurait donner lieu à l'application de la garantie.

[Lien vers la fiche du produit](#)