

**Mini haies d'entraînement ajustables 4Trainer ref 4T-AH01-AL**

Les mini haies d'entraînement ajustables ont la particularité de proposer 2 hauteurs de travail différentes 15 et 30 cm pour varier le travail de pliométrie.



**Marque :** 4 TRAINER

**Référence :** 4T-AH01-AL

**Points de fidélité offerts :** 60

**Prix :** 59,90€

**Mini haies d'entraînement ajustables 4Trainer****Mini haies d'entraînement ajustables 4Trainer ref 4T-AH01-AL**

De hauteur variable, ces mini haies ajustables "2 en 1" peuvent être utilisées en 15 cm ou 30 cm, et s'adaptent en fonction du travail spécifique recherché.

Elle peuvent proposer une hauteur de 15 cm pour travailler spécifiquement la fréquence, la coordination, le travail du pied ou une hauteur de 30 cm pour le travail de pliométrie moyenne.

Ce travail est essentiel en préparation physique pour améliorer la technique et la vitesse de course.

La hauteur de travail peut être modifiée par simple rotation du pied des haies.

Les mini haies d'entraînement 4Trainer sont très légères et facilement transportables.

Les haies ajustables 4Trainer peuvent également être pliées complètement à la fin de la séance afin d'être rangées à plat dans un sac de transport.

Vendues par set de 6.

Couleur Noir et Rouge

[Lien vers la fiche du produit](#)