

Drażek do podciągania na ścianę sufit trening kalistenika SmartGym stalowy

Galeria Produktu



Opis Produktu

Drażek do podciągania SmartGym SG-12 - Trening kalisteniki na ścianę i sufit SmartGym SG-12 - Uniwersalny drążek do podciągania Innowacyjny drążek do podciągania SmartGym SG-12 to wszechstronne narzędzie treningowe, które można zamontować zarówno na ścianie, jak i na suficie. Idealny do treningu kalisteniki i wzmacniania górnej części ciała. W zestawie: Drażek do podciągania SG-12 Instrukcja montażu Zestaw śrub montażowych Uniwersalność i wygoda SmartGym SG-12 to wyjątkowe rozwiązanie dla miłośników treningu w domu. Dzięki możliwości montażu zarówno na ścianie, jak i na suficie, drążek ten oferuje niezrównaną elastyczność w aranżacji przestrzeni treningowej. Wystarczy odkręcić dwie śruby, aby zmienić sposób mocowania - to takie proste! Drażek umożliwia wykonywanie różnorodnych ćwiczeń, takich jak podciąganie, pompki czy zwisy, co czyni go idealnym narzędziem do kompleksowego treningu górnej części ciała. Wytrzymałość i bezpieczeństwo SmartGym SG-12 to synonim jakości i trwałości. Wykonany z wysokiej jakości stali, drążek może wytrzymać obciążenie do 150 kg, co gwarantuje bezpieczeństwo podczas intensywnych treningów. Antypoślizgowe uchwyty zapewniają pewny chwyt, nawet

podczas najbardziej wymagających ćwiczeń. Drążek posiada 8 otworów montażowych o średnicy 10 mm, co zapewnia stabilne i bezpieczne mocowanie zarówno do ściany, jak i do sufitu. To gwarancja spokoju i koncentracji podczas każdej sesji treningowej.

Wszechstronność treningowa SmartGym SG-12 oferuje niezrównaną różnorodność chwytów, umożliwiając wykonywanie szerokiej gamy ćwiczeń. Do dyspozycji masz:

- Szeroki nachwyt - idealny do rozbudowy mięśni pleców
- Wąski nachwyt - świetny do izolacji mięśni ramion
- Chwyt młotkowy - doskonały do wzmacniania przedramion
- Podchwyt - efektywny w treningu mięśni dwugłowych ramion

Ta różnorodność pozwala na kompleksowy trening górnej części ciała, angażując różne grupy mięśniowe i zapobiegając monotonii ćwiczeń. Łatwy montaż i regulacja SmartGym SG-12 wyróżnia się prostotą montażu i regulacji. Dzięki przemyślanej konstrukcji, możesz łatwo dostosować drążek do swoich potrzeb: Wybierz miejsce montażu - ściana lub sufit. Zaznacz punkty mocowania korzystając z szablonu. Wywierć otwory i zamocuj kołki rozporowe. Przymocuj drążek za pomocą dołączonych śrub. Sprawdź stabilność i ciesz się treningiem! Zmiana pozycji drążka ze ściany na sufit (lub odwrotnie) zajmuje zaledwie kilka minut. To idealne rozwiązanie dla osób ceniących elastyczność i możliwość szybkiej adaptacji sprzętu do zmieniających się warunków.

Korzyści z regularnego treningu Regularne ćwiczenia na drążku SmartGym SG-12 przynoszą liczne korzyści dla zdrowia i kondycji:

- Wzmocnienie mięśni pleców, ramion i klatki piersiowej
- Poprawa postawy i redukcja bólu pleców
- Zwiększenie siły i wytrzymałości górnej części ciała
- Poprawa chwytności i siły przedramion
- Zwiększenie stabilności centralnej części ciała

Drążek SmartGym SG-12 to nie tylko sprzęt treningowy, ale inwestycja w zdrowie i dobrą formę. Regularne ćwiczenia pomogą Ci osiągnąć cele fitness i cieszyć się lepszym samopoczuciem na co dzień.

Specyfikacja techniczna i dodatkowe informacje SmartGym SG-12 to profesjonalny drążek do podciągania, który łączy w sobie funkcjonalność, trwałość i estetykę. Oto szczegółowe dane techniczne:

- Szerokość całkowita: 118 cm
- Rozstaw chwytu wąskiego: 18 cm
- Rozstaw chwytu średniego: 60 cm
- Odległość od sufitu: 41 cm
- Odległość od ściany: 47 cm
- Wysokość: 27 cm
- Waga drążka: 4,8 kg
- Maksymalne obciążenie: 150 kg
- Średnica części chwytnej: 25 mm
- Liczba uchwytów: 6
- Liczba otworów montażowych: 8

Drążek SmartGym SG-12 wykonany jest z

wysokiej jakości stali, pokrytej trwałą powłoką proszkową, co gwarantuje długotrwałe użytkowanie i odporność na korozję. Profile o wymiarach 40 x 40 mm zapewniają solidną konstrukcję i stabilność podczas ćwiczeń. System montażu obejmuje 8 otworów mocujących o średnicy 10 mm, z rozstawem pionowym 220 mm oraz poziomym 430 mm (sufit) lub 470 mm (ściana). To gwarantuje pewne i bezpieczne zamocowanie drążka w każdych warunkach. SmartGym SG-12 to idealne rozwiązanie dla entuzjastów kalisteniki, osób ćwiczących w domu oraz wszystkich, którzy cenią sobie wszechstronny i efektywny trening górnej części ciała. Dzięki możliwości montażu na ścianie lub suficie, drążek ten doskonale sprawdzi się w każdym pomieszczeniu, niezależnie od dostępnej przestrzeni. Inwestując w drążek SmartGym SG-12, zyskujesz nie tylko wysokiej jakości sprzęt treningowy, ale także możliwość transformacji swojego ciała i poprawy ogólnej kondycji fizycznej. Rozpocznij swoją przygodę z treningiem kalistenicznym już dziś i przekonaj się, jak wiele możesz osiągnąć z pomocą tego wszechstronnego narzędzia! Najczęściej zadawane pytania Czy drążek SmartGym SG-12 nadaje się do montażu w każdym pomieszczeniu? Drążek SmartGym SG-12 jest uniwersalny i może być montowany zarówno na ścianie, jak i na suficie. Jednak zawsze należy upewnić się, że powierzchnia montażowa jest wystarczająco mocna, aby utrzymać drążek i ciężar ćwiczącego. Jakie narzędzia są potrzebne do montażu drążka? Do montażu drążka potrzebne będą: wiertarka, wiertło do betonu 10 mm, klucz płaski lub nasadowy, poziomica oraz ołówek do zaznaczenia punktów montażowych. Wszystkie śruby montażowe są dołączone do zestawu. Czy drążek nadaje się dla początkujących? Tak, drążek SmartGym SG-12 jest odpowiedni zarówno dla początkujących, jak i zaawansowanych użytkowników. Różnorodność chwytów pozwala na dostosowanie trudności ćwiczeń do indywidualnego poziomu zaawansowania. Jak często należy sprawdzać mocowanie drążka? Zaleca się regularne sprawdzanie mocowania drążka, najlepiej przed każdym treningiem. Szczególną uwagę należy zwrócić na dokręcenie wszystkich śrub i stabilność konstrukcji. Kod produktu: 5903641000000

Parametry Techniczne

Parametr	Wartość
Marka	Smart Gym
Rodzaj	drążki
Przeznaczenie	do podciągania
Maksymalna waga użytkownika	150
Sposób montażu	do ściany/sufitu
Cechy dodatkowe	antypoślizgowe uchwyty, brak
Liczba uchwytów	6
Liczba otworów montażowych	8
Kod producenta	5903641000000
Model	SG-12
Długość drążka	
Średnica części chwytnej	25
Odległość od sufitu	41
Waga	4.8
EAN (GTIN)	5903641000000
Stan	Nowy