
Seal Row Bench - Banc de Rameur Chinois

Photos du produit







Brève description

Seal Row, également connu sous le nom de **rameur chinois**, est un classique de l'ancienne école qui vous permet de renforcer votre dos de manière efficace et sûre. Chez **Titanium Strength**, nous avons conçu ce banc spécifiquement pour effectuer des mouvements de rameur horizontal avec haltères ou barre, en éliminant l'élan afin que vous puissiez vous concentrer sur vos dorsaux, trapèzes et deltoïdes postérieurs. Avec sa structure ergonomique et ses crochets à deux hauteurs pour positionner la barre, vous n'aurez plus à improviser avec des configurations instables ; il vous suffit de vous allonger avec la poitrine appuyée sur le banc et de profiter d'un entraînement qui maximise l'activation musculaire sans risquer votre zone lombaire.

Description

Pourquoi acheter le Seal Row Bench - Banc de Rameur Chinois de Titanium Strength?

UN BANC, UN OBJECTIF

Le **Seal Row** de **Titanium Strength** est conçu pour effectuer des mouvements de **rameur horizontal** avec haltères ou barre de manière confortable et efficace. Son design ergonomique vous permet de garder la poitrine appuyée sur le banc, éliminant la charge de la partie inférieure du corps, ce qui aide à prévenir les blessures et active au maximum vos dorsaux, trapèzes et deltoïdes postérieurs. Avec des crochets (J-hooks) à deux hauteurs, charger et décharger les disques est très facile. De plus, ses roulettes de transport permettent de le déplacer sans effort et de le placer où vous le souhaitez. Avec une **capacité de charge maximale** de **150 kg** et un **poids maximal d'utilisateur** de **200 kg**, il est prêt pour tout défi que vous lui proposerez.

ENTRAÎNEZ-VOUS SANS COMPLICATIONS

Oubliez les solutions improvisées avec des bancs plats sur des disques ou des caisses instables. Avec le **Seal Row Bench** de **Titanium Strength**, vous disposez de l'équipement idéal pour effectuer le classique rameur chinois de manière confortable et efficace. Ce banc est spécifiquement conçu pour vous offrir un support sûr et stable, vous permettant de vous concentrer sur l'activation de vos dorsaux, trapèzes et biceps, sans que l'élan n'interfère dans votre technique.

UN CLASSIQUE POUR DES ENTRAÎNEMENTS COMPLÉMENTAIRES

Utilisé par les haltérophiles et powerlifters dans le cadre de leur travail accessoire, le rameur chinois est un exercice fondamental qui agit comme antagoniste du développé couché. Ce mouvement vous aide à compenser la musculature sollicitée lors du développé couché, équilibrant ainsi la poussée avec la traction. Idéal pour ceux qui s'entraînent pour la force, le rameur chinois cible les dorsaux, trapèzes et deltoïdes postérieurs, vous aidant à construire un dos solide et stable.

SPÉCIFICATIONS

- **Utilisation:** Semi-professionnelle
- **Dimensions du tube:** 100 x 50 x 2 mm
- **Poids du banc:** 63 kg
- **Charge maximale:** 150 kg
- **Poids maximal de l'utilisateur:** 200 kg
- Roulettes et poignées de transport intégrées
- Deux positions de support pour barre
- **Dimensions du coussin:** 123 cm (longueur) x 25 cm (largeur) x 6 cm (épaisseur)
- **Dimensions générales:** 160 cm (longueur) x 116,5 cm (largeur) x 95 cm (hauteur)

Spécifications techniques

Utilisation	Semi-Professionnel
Couleur	Noir
Fabricant	Titanium Strength
Poids (kg)	63.000000
Largeur cms.	116,5
Hauteur cms.	95
Long cms.	160
Charge maximale (kg)	150
Poids maximum de l'utilisateur (kg)	200