



Élévation Latérale

SKU: GS-PL75

Photos du produit





Brève description

L'**Élévation latérale** de la **Genesis Series** est conçue pour cibler spécifiquement la portion latérale du deltoïde, muscle phare pour élargir visuellement l'épaule. La position assise, associée au mouvement guidé et aux bras indépendants, permet un isolement efficace sans interférences ni balancements. Avec 13 réglages de siège, elle s'adapte précisément à chaque utilisateur. Une machine essentielle pour les salles exigeant résultats visibles et biomécanique soignée.

Description

ISOLEMENT PRÉCIS DU DELTOÏDE MOYEN

L'exercice est réalisé en position assise, ce qui stabilise le corps et diminue le propulseur du bas du corps. Ainsi, l'effort cible directement la tête latérale du deltoïde, responsable d'élargir visuellement le haut du corps tout en favorisant esthétique et force de l'épaule.

MOUVEMENT UNILATÉRAL OU BILATÉRAL

Grâce à des bras indépendants, chaque côté peut être travaillé séparément ou simultanément. Cela aide à corriger les déséquilibres, améliore l'activation neuromusculaire et peaufine la technique. Le mouvement guidé garantit une exécution nette, sans déviation ni risque articulaire.

RÉGLAGE PRÉCIS POUR UNE TECHNIQUE SÛRE

Le siège réglable en 13 positions permet d'aligner les épaules avec l'axe de rotation du bras. Cet alignement est essentiel pour éviter toute gêne, prévenir les blessures et tirer le meilleur parti de l'exercice. Les poignées anti-glisse assurent une prise ferme et confortable.

SPÉCIFICATIONS

- **Usage:** Professionnel
- **Charge maximale:** 125 kg par côté (250 kg total)
- **Poids maximal de l'utilisateur:** 150 kg
- **Poids:** 119 kg
- **Siège réglable:** 13 positions
- **Dimensions:** 115,6 cm (L) × 156,7 cm (l) × 160,3 cm (H)
- **Compatible avec:** Disques olympiques de 50 mm

Spécifications techniques

Utilisation	Professionnel
Couleur	Noir
Fabricant	Titanium Strength
Poids (kg)	119.000000
Largeur cms.	157 cm
Hauteur cms.	160 cm
Long cms.	116 cm
Partie du corps	Épaules
Diamètre du disque (mm)	50
Tube/Cadre en Acier Profilé (mm)	65x114x2.5 + 60x3
Poids maximum de l'utilisateur (kg)	150
Charge maximale (kg)	250
Gamme de produits	Genesis Series