



Fémoral Allongé IsoLatéral

SKU: GS-PL20

Photos du produit





Brève description

Conçue pour entraîner les ischio-jambiers comme il se doit. Le **Fémoral Allongé IsoLatéral** combine posture optimisée, résistance constante, et la possibilité d'un entraînement unilatéral ou bilatéral — sans compensations, avec contrôle total et la précision exigée par les salles de sport commerciales.

Description

POSITION OPTIMALE POUR ISOLATION ET CONTRÔLE

Allongé sur le ventre avec le corps bien aligné : c'est ainsi qu'un bon curl fémoral commence. Cette machine facilite cette position grâce à un rembourrage abdominal libérant le thorax, des appuis pour les coudes renforçant la stabilité, et deux ensembles de poignées placées à différentes hauteurs pour convenir à divers styles d'utilisation. Elle intègre également un angle divergents entre le support pelvien et thoracique, stabilisant le bassin, étirant les ischio-jambiers au préalable et diminuant la tension lombaire. Le résultat : une posture plus confortable, moins de compensations et une exécution plus propre dès la première répétition.

RÉGLAGE PERSONNALISÉ ET RÉSISTANCE CONSTANTE

Le rouleau jambes se règle sur cinq positions de chaque côté permettant d'adapter la machine à différentes longueurs de jambes et fournir un excellent support à chaque utilisateur. Grâce à des roulements scellés, la résistance reste constante durant toute la phase concentrique et excentrique du mouvement.

ENTRAÎNEMENT UNILATÉRAL OU BILATÉRAL

Mode bilatéral pour déplacer plus de charge, mode unilatéral pour corriger les déséquilibres et améliorer le contrôle. Cette machine permet une transition fluide entre les modes, en faisant un outil véritablement polyvalent et efficace. L'unilatéral favorise la symétrie musculaire et l'activation neuromusculaire, tandis que le bilatéral

apporte stabilité et intensité maximale à chaque série.

SPÉCIFICATIONS

- **Usage:** Professionnel
- **Charge maximale:** 125 kg par côté (250 kg total)
- **Poids utilisateur max.:** 150 kg
- **Poids de la machine:** 164 kg
- **Rouleau réglable:** 5 positions (des deux côtés)
- **Compatible avec:** Disques olympiques 50 mm
- **Dimensions:** 168,4 cm (L) × 181,8 cm (l) × 88,2 cm (H)

Spécifications techniques

Utilisation	Professionnel
Couleur	Noir
Fabricant	Titanium Strength
Poids (kg)	164.000000
Largeur cms.	182 cm
Hauteur cms.	89 cm
Long cms.	169 cm
Partie du corps	Jambes
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