



3D Smith Hip Thrust Machine

SKU: GS-PL25

Photos du produit





Brève description

Machine professionnelle pensée pour offrir performance, puissance et stabilité lors du travail des fessiers. Son système à double roulement linéaire permet une trajectoire naturelle qui respecte la biomécanique réelle de la hanche. Associée à une base ultra-stable, des réglages anatomiques et une plateforme 3D pour renforcer l'activation, c'est la solution idéale pour les salles qui veulent se distinguer par les résultats et l'expérience d'usage.

Description

MOUVEMENT 3D POUR UNE MÉCANIQUE PARFAITE

Grâce au double rail linéaire, la barre se déplace en douceur à la fois verticalement et d'avant en arrière, suivant l'arc naturel de la hanche. Cette mécanique optimisée améliore l'alignement lombo-pelvien et la performance à chaque répétition, en évitant les limites des machines plus rigides. Résultat : plus de charge utile sur les fessiers, moins de compensations et une technique plus propre dès la première poussée.

STABILITÉ QUI DÉMULTIPLIE LA FORCE

- **Banc surdimensionné et coussins d'épaules intégrés:** le design incliné évite les glissements et permet de pousser plus fort sans perdre l'alignement.
- **Plateforme 3D pour les pieds:** favorise la rotation externe de hanche et accroît l'implication des fessiers sur toute l'amplitude.
- **4 positions de verrouillage:** accessibilité accrue et sécurité totale au début et à la fin de chaque série.

RÉGLAGES PRÉCIS POUR UN RENDEMENT OPTIMAL

Chaque détail s'adapte à la biomécanique de l'utilisateur:

- **Plateforme de pieds réglable (4 niveaux):** ajuste la hauteur pour trouver l'angle de poussée le plus efficace

selon la longueur des jambes et l'exercice.

- **Dossier réglable (6 positions):** travail en position haute ou aussi bas qu'un hip bridge, réduisant l'implication du quadriceps et augmentant l'activation des fessiers.
- **Coussins d'épaules (6 hauteurs):** positionnement confortable et optimal du buste.
- **4 points d'accroche de la barre Smith:** verrouillage à différentes hauteurs pour plus de sécurité et de facilité de mise en place.

Intègre des taquets pour bandes élastiques afin d'ajouter une tension progressive en fin d'amplitude.

SPÉCIFICATIONS

- **Usage:** Professionnel
- **Dimensions:** 188 cm (L) × 180,2 cm (l) × 159 cm (H)
- **Poids:** 225 kg
- **Charge max:** 250 kg
- **Poids max utilisateur:** 150 kg
- **Réglages:**
 - **Plateforme de pieds:** 4 niveaux
 - **Banc:** 6 positions
 - **Appui-épaules:** 6 niveaux
 - **Crochets Smith:** 4 niveaux
- **Système de mouvement:** 3D avec déplacement vertical et horizontal de la barre
- **Roulements:** Doubles roulements linéaires pour un mouvement fluide
- **Plateforme de pieds:** Inclinée pour optimiser la mécanique
- **Taquets pour bandes:** Résistance additionnelle en fin de course
- **Rangement:** Support intégré pour disques
- **Compatibilité:** Disques olympiques 50 mm

Spécifications techniques

Utilisation	Professionnel
Couleur	Noir
Fabricant	Titanium Strength
Poids (kg)	225.000000
Largeur cms.	180.2
Hauteur cms.	159
Long cms.	207
Partie du corps	Fesses
Diamètre du disque (mm)	50
Tube/Cadre en Acier Profilé (mm)	65x114x2.5 + 60x3
Charge maximale (kg)	250
Gamme de produits	Genesis Series