



Banc GHD Professionnel - Glute Ham Developer

SKU: EL-GHD

Photos du produit





Brève description

La GHD (Glute Ham Developer) est l'outil essentiel pour développer une chaîne postérieure puissante et un tronc en acier. Pour les salles de sport qui exigent des performances, cette GHD de la gamme Elite intègre 14 réglages de profondeur, des poignées d'assistance et une base triangulaire avec support pour disques olympiques, garantissant une stabilité supérieure. Conçue pour isoler les fessiers, les ischio-jambiers et les lombaires avec une biomécanique impeccable, ce banc vous permettra de construire une base de force qui se traduira directement dans vos performances.

Description

Pourquoi acheter le Banc GHD Professionnel - Glute Ham Developer de Titanium Strength?

TRAVAIL SPÉCIFIQUE POUR FESSIERS, ISCHIOS ET LOMBAIRES

Cette GHD est conçue pour tirer parti de chaque répétition et maximiser l'activation de votre chaîne postérieure (fessiers, ischio-jambiers et érecteurs du rachis). Grâce à des exercices comme les extensions de fessiers, les extensions de hanches et les extensions lombaires, ces muscles deviennent le moteur principal lors de mouvements comme le soulevé de terre, le squat ou les mouvements olympiques. Leur renforcement se traduit non seulement par plus de kilos, mais aussi par une plus grande vitesse et explosivité dans tout geste sportif.

RÉGLABLE, SOLIDE ET CONFORTABLE

Le réglage du repose-pieds sur 14 positions permet une adaptation précise à votre morphologie et au type d'exercice effectué. La plateforme pour les pieds, avec une surface antidérapante de 45 x 40 cm, offre un appui solide pour maintenir un bon alignement et exécuter les mouvements avec contrôle.

STABILITÉ SUPPLÉMENTAIRE

Nous avons ajouté un détail qui fait toute la différence : un support intégré pour disques olympiques de 50 mm à la base arrière. Cette fonctionnalité offre non seulement une option de rangement supplémentaire, mais permet aussi d'ajouter du poids pour renforcer la stabilité de l'ensemble pendant les séances particulièrement intenses ou avec des utilisateurs de grande taille.

CONÇUE POUR LE RYTHME D'UNE VRAIE SALLE DE SPORT

Fabriquée en acier haute résistance, avec des détails comme des poignées d'assistance et des pieds en caoutchouc, cette GHD résiste à tout : athlètes lourds, longues séances d'entraînement et usage intensif. Elle pèse 57 kg, juste ce qu'il faut pour garantir une excellente solidité sans sacrifier la mobilité en cas de besoin de déplacement dans le box ou la salle.

CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES

- Utilisation : Professionnelle
- Dimensions (Longueur x Largeur x Hauteur) : 205,1 cm (L) x 110,8 cm (l) x 80 cm (H)
- Poids : 57 kg
- Réglages de la plateforme pour les pieds (profondeur) : 14 positions
- Dimensions de la plateforme pour les pieds : 45 cm (L) x 40 cm (l)
- Charge maximale de l'utilisateur : 300 kg
- Compatibilité : Disques olympiques de 50 mm (pour support intégré)
- Poignées d'assistance pour faciliter l'entrée et la sortie
- Pieds en caoutchouc pour protéger le sol et l'équipement

À propos de Titanium Strength:

Marque leader dans la **vente d'équipements** et de **machines** pour la **musculature** et le **cardio training**.

Spécifications techniques

Utilisation	Professionnel
Couleur	Noir
Fabricant	Titanium Strength
Deals	4x3
Poids (kg)	57.000000
Largeur cms.	110,8
Hauteur cms.	80
Long cms.	205,1
Tube/Cadre en Acier Profilé (mm)	50x75x3
Charge maximale (kg)	300
Gamme de produits	Elite Series