

db SKILLS

Bouw spiermassa gemakkelijk op en train je overal en hoe zwaar je wilt. De db SKILLS fitness elastieken hebben verschillende weerstanden zodat je de juiste weerstand bij de juiste oefening kunt kiezen. Wanneer je alle banden tegelijk gebruikt is de totale weerstand maar liefst 50KG!

Onze weerstandsbanden zijn gemaakt van 100% natuurlijk latex. De weerstand van de elastieken verschilt per band door de dikte van de elastiek. Daarnaast zitten er twee handvaten, twee enkelbanden, een deuranker en een tasje inbegrepen in de set.

- ✓ Licht en compact - Ideaal voor binnen- en buitengebruik.
- ✓ Niveau geschikt voor zowel beginners als professionals - Zowel mannen als vrouwen
- ✓ Veelzijdig gebruik - Te gebruiken voor: Afvallen, fitness, Cardio, Krachttraining, Yoga, Crossfit, Fysiotherapie, pilates enzovoort.

Resistance bands gebruik je voor Fitness, Yoga, Cardio, Fysiotherapie en Krachttraining. Deze set fitnesselastieken bestaat uit verschillende weerstandsniveaus. Hierdoor kan je eindeloos veel verschillende oefeningen uitvoeren met de voor jouw geschikte weerstand. De fitness elastieken zijn ideaal om je hele lichaam te trainen.

Doordat er tijdens het trainen met deze weerstandselastieken een constante spanning op je spieren staat, worden je spieren zeer effectief gestimuleerd. Hierdoor worden niet alleen de grote spiergroepen getraind, maar ook alle omliggende spiertjes. Professionals gebruiken de producten graag als afwisseling op andere trainingsvormen, omdat met de elastieken net een andere spierprikkel wordt afgegeven.

5 verschillende weerstandsbanden

Met de 5-verschillende banden kunt u uw trainingen afstemmen op uw vaardigheden en de moeilijkheidsgraad vergroten om resultaten te blijven leveren tijdens het sporten.

Ook kunnen de weerstandsbanden tegelijk worden gebruikt om meerdere niveaus van weerstand te creëren, zodat je jezelf kunt blijven uitdagen en plateaus kunt overbruggen.

De verschillende weerstanden van de elastieken:

- ✓ Geel = Extra licht (5kg)
- ✓ Blauw = Licht (7kg)
- ✓ Groen = Medium (10kg)
- ✓ Zwart = Zwaar (13kg)
- ✓ Rood = Extra zwaar (15kg)

db SKILLS

Mobiliteit

Het lichtgewicht en compacte formaat zorgen ervoor dat je het workout setje overal kunt meenemen. Bovendien wordt het setje inclusief opbergzakje geleverd, zodat je de sportbanden net zo makkelijk kunt opbergen, nadat je bijvoorbeeld buiten bent gaan sporten.