



varegruppe klub- & stævneudstyr

Crossfit Wallball 8 kg - rød

Varenr.: 29047-000-8

510,00 DKK (inkl. moms)

Crossfit Wallball på 8 kilo, er et yderst velfungerende træningsredskab til crossfit og fitness. Er med til at gøre din træning effektiv og funktionel. Wallballs bruges typisk til en specifik øvelse, hvor man starter i en squatposition, og samtidig med at man rejser sig kaste bolden så langt over hovedet som muligt og gribe bolden igen repetitivt. En simpel øvelse som kan hjælpe dig med at forbedre din balanceevne, få styrket dine muskler, samt at du forbedre din cardio. Det er muligt at sætte niveauet op og/eller ned. Op, hvis du føler det er begyndt at blive lidt for nemt - ned, hvis du føler det er for hårdt, da boldene findes med forskellige vægte. Man kan selvfølgelig også tilføje lidt - eller ændre lidt på træningen, fx at tilføje en øvelse som armbøjninger mellem hvert repetition.

- Ydrematerialet er lavet af blød og glat kunstlæder, der er behageligt for hænderne
- Fyldet er bomuldsmateriale og sand
- Find træningsøvelser på youtube

