Dane aktualne na dzień: 10-11-2026 17:37

Link do produktu: https://centrumkulturystyki.pl/pilka-gimnastyczna-rehabilitacyjna-fitness-do-cwiczen-abs-65cm-hrd-system-p-9217.html



PIŁKA GIMNASTYCZNA REHABILITACYJNA FITNESS DO ĆWICZEŃ ABS 65CM - HRD SYSTEM

Cena	**45,00 zł**
Czas wysyłki	**24 godziny**
Numer katalogowy	**H0409**

Opis produktu

PIŁKA GIMNASTYCZNA REHABILITACYJNA FITNESS DO ĆWICZEŃ ABS 65CM - HRD SYSTEM



Niezawodna Jakość!

Wysokiej jakości piłka gimnastyczna BELTOR HRD SYSTEM to idealne rozwiązanie do domowego treningu, ćwiczeń rehabilitacyjnych oraz zajęć fitness. Sprawdzi się w pilatesie, jodze, a nawet jako alternatywa dla krzesła – wspomaga prawidłową postawę i wzmacnia mięśnie głębokie.

Technologia Anti-Burst – piłka nie pęka nagle nawet przy dużym obciążeniu.

W przypadku przebicia lub uszkodzenia materiału powietrze uchodzi powoli, co daje czas na bezpieczne zejście z piłki. Dzięki temu nie grozi Ci sytuacja, że „piłka pęknie pod tobą” i wylądujesz na podłodze – to szczególnie ważne w rehabilitacji i przy ćwiczeniach w domu.

Specyfikacja techniczna

Średnica: 65 cm
Maksymalny udźwig: 150 kg
Materiał: wytrzymały, antypoślizgowy PCV
W zestawie: pompka ręczna do szybkiego pompowania, dwa korki i dźwignia



Jak dobrać rozmiar piłki?

Średnica piłki: Wzrost użytkownika

55 cm: 140-150 cm
65 cm: 150-165 cm
75 cm: 165-175 cm
85 cm: 175-190 cm



Instrukcja pierwszego pompowania

Napełnij piłkę do około 80% objętości.
Pozostaw na 24 godziny, aby materiał się ułożył.
Po upływie doby dopełnij powietrze do maksymalnie 95% objętości.
Unikaj pompowania na 100% – zwiększa to ryzyko uszkodzenia materiału.

Zastosowanie piłki gimnastycznej

Trening fitness, joga, pilates
Rehabilitacja i ćwiczenia korekcyjne
Ćwiczenia stabilizujące kręgosłup i mięśnie core
Siedzenie dynamiczne – zdrowa alternatywa dla krzesła


BELTOR®