

## LATZUGMASCHINE PLATE-LOADED

Art.-Nr.:	FG-601
Körperregion:	Oberkörper
Zielmuskulatur:	Breiter Rückenmuskel, Kapuzenmuskel, großer und kleiner Rautenmuskel, Großer Rundmuskel, Bizeps, Armbeuger
Trainingsziel:	Kraft



### Technische Spezifikation:

Länge (cm):	163 cm
Breite (cm):	128 cm
Höhe (cm):	218 cm
Eigengewicht (kg):	149 kg
Gewichtsblock (kg):	-

An der Plate-Loaded Latzugmaschine werden vor allem der breite Rückenmuskel (musculus latissimus dorsi) und die unteren Fasern des Kapuzenmuskel (musculus trapezius pars ascendens) trainiert. Das Latziehen am Latzug ist wohl die populärste und effektivste Übung für den Latissimus. Mit der Rückenzugmaschine werden Klimmzüge perfekt simuliert. Die zwei unabhängigen Arme ermöglichen eine gleichmäßige Kraftentwicklung während der gesamten Übung. Die individuell anpassbare Höhe des Sitzes und des Kniepolsters machen das Rückentraining besonders komfortabel. Die 50 mm Scheibenaufnahmen ermöglichen eine individuelle Widerstandseinstellung mit verschiedenen Gewichtsscheiben für jeden Sportler. Vier Gewichtshalterungen bieten genug Platz für Lagerung von weiteren Gewichtsscheiben an der Latzugmaschine. Der Geräterahmen wird sandgestrahlt und nach Kundenwunsch in jede Farbe (nach RAL) pulverbeschichtet.