

BALÓN MEDICINALES

2KG Y 3KG

Son herramientas de entrenamiento versátiles diseñadas para mejorar la fuerza, resistencia, estabilidad, coordinación y potencia muscular a través de movimientos dinámicos y funcionales. Permiten realizar ejercicios como lanzamientos, rebotes, giros, sentadillas, abdominales, desplazamientos y rutinas de impacto controlado que activan múltiples grupos musculares al mismo tiempo.



CARACTERÍSTICAS

Gracias a su peso moderado, son ideales tanto para principiantes como para usuarios intermedios, facilitando un trabajo progresivo y seguro.

- Se utilizan para fortalecer el core, tonificar brazos y piernas, mejorar el equilibrio y aumentar la capacidad cardiovascular, convirtiéndose en un complemento perfecto para entrenamientos de fuerza, circuitos funcionales, cross training, preparación deportiva y procesos de rehabilitación o fisioterapia.

BENEFICIOS

- Aptas para fuerza, cardio y coordinación
- Aumenta la potencia y explosividad (ideal para deportes).
- Fortalece el core y la estabilidad.
- Mejora coordinación, equilibrio y reflejos

INCLUYE



ESPECIFICACIONES DEL PRODUCTO

1. Material: Goma

2. Tamaño: 19 cm diámetro

3. Color: negro-rojo

4. Peso: 2kg

1. Material: Goma

2. Tamaño: 23 cm diámetro

3. Color: negro-amarillo

4. Peso: 3kg