Attrezzatura per Allenamento | Altri Attrezzi ed Accessori per Fitness, Aerobica, Pliometria e Pilates

Plyo Box 3 in 1 in legno con la possibilità di variare le altezze per pliometria



Plyo Box di differenti dimensioni, ideale per esercizi di pliometria.

Realizzato in in legno con la possibilità di variare le altezze semplicemente girandolo.

Viene fornito smontato, completo di kit e istruzioni di montaggio.

La pliometria è un tipo di allenamento basato sul ciclo stiramento-accorciamento, in cui un muscolo viene prima allungato (fase eccentrica) e poi accorciato rapidamente (fase concentrica) per aumentare potenza, velocità ed esplosività. Questo metodo si basa su movimenti dinamici come salti, lanci e scatti, sfruttando l'energia elastica accumulata nel muscolo durante la fase di allungamento.

Visita la nostra sezione "Attrezzatura per Allenamento ed Accessori Vari del Gioco del Calcio e del Calcetto" per maggiori informazioni.

Visita la nostra sezione "Fitness, Aerobica e Bodybuilding" per maggiori informazioni.

Vivisport Srl
Via Piave, 43
31016 Cordignano TV
Italia

mail: info@vivisport.it
tel: +39 0438 582316
tel: +39 0438 582318

VIVISPORT
www.vivisport.it

© Vivisport Srl | 25.11.2026 01:35

Varianti:

Art. 2405

Dimensioni 40x50x60cm

DIMENSIONI: 40x50x60cm

Art. 2406

Dimensioni 50x60x70cm

DIMENSIONI: 50x60x70cm

Vivisport Srl
Via Piave, 43
31016 Cordignano TV
Italia

mail: info@vivisport.it
tel: +39 0438 582316
tel: +39 0438 582318

© Vivisport Srl | 25.11.2026 01:35