



# Эластичные фитнес-ленты Yamaguchi Band Fit

Инструкция по использованию





**Тип товара:** эластичные ленты для фитнеса

### Характеристики

Создаваемая нагрузка

Синие ленты: 4-5 кг

Желтые ленты: 8-11 кг

Красные ленты: 12-17 кг

Фиолетовые ленты: 13-23 кг

Номинальная длина ленты: 150 см

Ширина ленты: 15 см

Вес: 90 г

Материал: гипоаллергенный латекс

Рекомендации по использованию: мобильное приложение Yamaguchi Fitness  
(для iOS и Android)

Размеры упаковки: ~130 x 85 x 32 мм

Вес в упаковке: ~280 г

Страна-разработчик: Япония

## Тренировочные программы

Эластичные ленты – это универсальный спортивный снаряд, который можно использовать множеством способов. Перед его использованием мы рекомендуем вам проконсультироваться с фитнес-тренером или самостоятельно изучить различные виды тренировок, найдя видеоролики по запросам:

### Эластичные ленты Резиновые ленты для фитнеса

Соблюдайте разумную осторожность при тренировках, плавно наращивайте нагрузку и тщательно разминайтесь.

Получить дополнительную информацию, а также ознакомиться с различными видами упражнений вы можете, скачав приложение **Yamaguchi Fitness** в App Store или Google Play.

