

Corda da salto in PVC con maniglie in schiuma; i cuscinetti interni permettono una migliore rotazione della corda, in modo da allenarsi anche in velocità.

La corda ha una lunghezza di 2.70 mt approx.; è possibile accorciarla nel caso risultasse troppo lunga.

Saltare la corda costituisce un ottimo allenamento cardio che permette di

- Bruciare calorie
- Tonificare e definire tutto il corpo, e in particolare la muscolatura inferiore (gambe e glutei)
- Rafforzare il sistema cardio-circolatorio e aumentare la resistenza
- Migliorare l'equilibrio e la coordinazione

Peso: 0,3kg

