

Kettlebell ajustable 840 (1 ud) - Bowflex

Kettlebell Ajustable 840 (1 ud) – BowFlex

Kettlebell ajustable BowFlex 840 de 3,6 a 18 kg. Cambia el peso al instante y sustituye 6 kettlebells en un solo accesorio compacto.

Product description:

La **Kettlebell Ajustable 840 BowFlex (1 unidad)** es la solución perfecta para quienes quieren entrenar fuerza, potencia y resistencia en casa sin ocupar espacio.
Con un solo accesorio sustituyes **6 kettlebells tradicionales**, lo que te permite disfrutar de un entrenamiento completo con un solo equipo.

Su **sistema de selección por dial** te permite cambiar el peso de forma rápida y sencilla, ajustando la carga entre **3,6 y 18 kg** según el ejercicio y tu nivel.
Además, gracias a la **app JRNY®**, tendrás acceso a entrenamientos guiados y clases diseñadas exclusivamente para trabajar con la kettlebell, desde tu móvil o tablet.

El **mango ergonómico** asegura un agarre cómodo y estable en cada repetición, para que puedas balancear, hacer sentadillas, giros y muchos más ejercicios con confianza.

Beneficios clave:

- Ajustable de 3,6 a 18 kg mediante dial.
- Sustituye 6 kettlebells en un solo

accesorio.

- Compacta y perfecta para entrenar en casa.
- Incluye acceso a la app JRNY® para entrenamientos guiados.
- Mango ergonómico para mayor comodidad y seguridad.

Ejercicios recomendados para casa:

- **Swing con kettlebell** para glúteos y piernas.
- **Sentadillas goblet** para fuerza en tren inferior.
- **Clean & press** para trabajo completo de fuerza.
- **Peso muerto y remo** para espalda.
- **Turkish get-up y giros rusos** para core y estabilidad.

Composición y cuidado del producto

- **Material:** Estructura robusta de acero y componentes duraderos.
- **Sistema:** Ajuste rápido con dial giratorio.
- **Agarre:** Mango ergonómico antideslizante.
- **Consejo de uso:** Verificar el peso seleccionado antes de empezar.
- **Mantenimiento:** Limpiar con un paño seco y evitar caídas o golpes bruscos.

Características principales

- **Rango de peso:** 3,6 a 18 kg (6 ajustes).
- **Unidad:** 1 kettlebell.
- **Incluye:** Acceso a entrenamientos exclusivos en la app JRNY®.
- **Diseño:** Compacto y ergonómico para

ahorrar espacio.

Preguntas frecuentes (FAQs)

¿Sustituye varias kettlebells?
Sí. Una sola kettlebell reemplaza 6 pesos tradicionales.

¿Cómo cambio el peso?
Con el dial, selecciona el peso deseado de forma rápida y sencilla.

¿Puedo entrenar todo el cuerpo?
Sí. Permite trabajar piernas, glúteos, brazos, core y espalda.

¿Ocupa mucho espacio?
No. Está diseñada para ser compacta y fácil de guardar.

¿Incluye entrenamientos guiados?
Sí, a través de la app JRNY®, compatible con móvil y tablet.

Reference: JH-840
EAN13: 708447912961
UPC: -