

Odwodziciel – wzmocnienie mięśni klatki piersiowej, barków oraz ramion



Prasa nożna – wzmocnienie mięśni nóg



Orbitek – wzmocnienie wydolności serca i płuc, poprawienie koordynacji ruchowej, aktywacja ruchu bioder, barków oraz ramion.



Rowerek – Wzmocnienie wydolności serca i płuc, poprawienie koordynacji ruchowej oraz wzmocnienia mięśni nóg.



(zdjęcia pochodzą ze strony producenta www.erfit.pl)