

## REMO

*Función:* El Remo es un ejercicio perfecto para trabajar la resistencia de la mayoría de los grupos musculares y mejorar el estado del corazón y sistema circulatorio. Disfruta del efecto positivo que tiene el remo tanto en la elasticidad como en la fuerza del músculo.

*Nota:* El movimiento piernas-brazos debe ser acompasado. No es necesario realizar una fuerza excesiva con los brazos para hacer el ejercicio.

*Medidas:* 1470 x 840 x 800 mm

