



**Inter  
ATLETIKA**

**KF801**

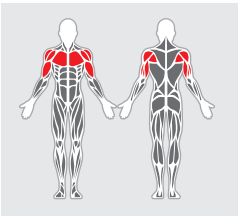
# Жим горизонтальний

ПРИЗНАЧЕНИЙ ДЛЯ ТРЕНУВАННЯ М'ЯЗІВ ГРУДЕЙ

1



2



## Які м'язи працюють:

тріцепс, великий грудний м'яз, передній пучок дельти, передній зубчастий м'яз. На грудні м'язи йде 2/3 від загального навантаження, а 1/3 – на тріцепс.

 [play.interatletika.ua](https://play.interatletika.ua)

+38 044 333 70 16  
market@interatletika.ua

ТОВ «Дитячі та спортивні майданчики»  
08292, Київська обл., м.Буча,  
вул.Інститутська, 17-Б

