

Disco de Equilíbrio



Referência	A023-2
Marca	AZAFIT
Ø	33cm
Altura	7,6cm
Peso	1,3kg
Características	O disco de equilíbrio pode ser utilizado em ambos os lados: uma base é suave e a outra é texturizada com picos. Este acessório é utilizado para obter benefícios semelhantes aos de uma bola de fitness ou para melhorar a combinação do equilíbrio com a força e resistência muscular durante os exercícios. O seu enchimento pode variar consoante o nível de instabilidade que o atleta pretende no seu treino.