



HANDY GYM®





HANDY GYM

SYSTÈME D'ENTRAÎNEMENT MUSCULAIRE PORTABLE DE QUALITÉ PROFESSIONNELLE, LA POULIE DE MUSCULATION HANDY GYM PERMET DE S'ENTRAÎNER COMME EN SALLE DE MUSCULATION, PEU IMPORTE OÙ.

Handy Gym est une poulie de musculation iso-inertielle. Grâce à son mode de fonctionnement révolutionnaire utilisant la **force d'inertie provoquée par la rotation des disques** durant l'exercice, l'inertie développée crée une **résistance comparable à une poulie classique**. La poulie est transportable partout grâce à sa taille compacte et à ses différentes méthodes de fixation.

Conçu en 2017 en Espagne puis développé avec l'aide d'athlètes, de coaches professionnels et de professionnels de santé, Handy Gym propose une gamme de produits de 4 packs différents, comprenant plus ou moins d'accessoires (disques de résistance différente, poignée, sangle, ceinture, fixation,...).



1 199 €
TTC



HANDY GYM PRO

- › Poulie Handy Gym connectée avec poignée et sangle de réglage
- + 2 disques iso-inertiels jaunes légers (résistance jusqu'à 18kg),
- + 2 disques iso-inertiels bleus intermédiaires (résistance jusqu'à 65kg),
- + 2 disques iso-inertiels rouges intenses (résistance jusqu'à 100kg)
- + 2 poignées multifonctions (prise main + sangle qui passe sous le pied)
- + 1 sangle pour la cheville pour entraîner vos jambes
- + 1 ceinture (idéale pour les squats)
- + 1 double poulie afin d'utiliser les deux mains
- + 1 sangle bouclée pour fixer la poulie autour d'un support
- + 1 fixation spéciale porte pour vos entraînements en intérieur
- + 2 fixations murales à accrocher dans votre studio
- + 1 «Rack plate» pour une fixation plus stable aux poteaux
- + 1 sac de rangement
- + 1 sac à dos de voyage

749 €
TTC



HANDY GYM ELITE

- › Poulie Handy Gym dotée d'une poignée agrippante
- + 2 disques iso-inertiels jaunes légers (résistance jusqu'à 18kg),
- + 2 disques iso-inertiels bleus intermédiaire (résistance jusqu'à 65kg)
- + 2 poignées multifonctions (prise main + sangle qui passe sous le pied)
- + 1 sangle pour la cheville pour entraîner vos jambes
- + 1 double poulie afin d'utiliser les deux mains
- + 1 sangle bouclée pour fixer la poulie autour d'un support
- + 1 fixation spéciale porte pour vos entraînements en intérieur
- + 2 fixations murales à accrocher dans votre studio
- + 1 «Rack plate» pour une fixation plus stable aux poteaux
- + 1 sac à dos de voyage

499 €
TTC



HANDY GYM GO

- › Poulie Handy Gym dotée d'une poignée agrippante
- + 2 disques iso-inertiels jaunes léger (résistance jusqu'à 18kg)
- + 1 poignée multifonction (prise main + sangle qui passe sous le pied)
- + 1 sangle bouclée pour fixer la poulie autour d'un support
- + 1 fixation spéciale porte pour vos entraînements en intérieur
- + 1 sac de rangement

ACCESSOIRES

HANDGRIP

- › Poignée à fixer directement sur le mécanisme de la poulie Handy Gym
- › Accessoire idéal pour travailler les muscles du haut du corps
- › Revêtement en caoutchouc antiglisse
- › Facile à mettre en place sur le mécanisme
- › Confectionné en plastique ABS résistant

38 € TTC

LOOP STRAP

- › 1 sangle de fixation munie de 2 boucles pour fixer votre poulie
- › S'enroule facilement autour d'éléments tel qu'un poteau, un arbre, une barre de traction (Périmètre de maximum 120cm)
- › 2 boucles en acier: 1 petite à faire passer dans la plus grande
- › Longueur de 127cm
- › Fabriquée en nylon et coutures renforcées

22 € TTC

DOOR STOPPER

- › Butée de porte pour la poulie Handy Gym
- › Se fixe facilement sur la plupart des portes
- › À placer sur le côté, en haut ou en bas de la porte
- › Embout en mousse et ruban en nylon
- › N'abîme pas la porte

20 € TTC

CEINTURE

- › Ceinture spécialement conçue pour les squats et les soulevés de terre
- › Se combine à la planche à squat Handy Gym
- › Faites vos exercices en toute sécurité pour votre dos
- › Fabriqué en nylon et mousse haute densité

76 € TTC

POIGNÉE POLYVALENTE

- › Poignée permettant une utilisation au pied ou à la main
- › Changement rapide d'exercice sans alterner les accessoires
- › S'attache à votre poulie Handy Gym
- › Fabriqué en nylon, TPR et acier

26,50 € TTC

RACK MOUNTING PLATE

- › Plaque de montage pour surfaces cylindriques et rectangulaires
- › 3 câbles de fixation amovibles fournis
- › Facile à fixer sur un rack à squat, une barre de traction...
- › Idéal pour les salles de musculation, de CrossFit ou centres de kinésithérapie

36 € TTC

PLANCHE À SQUAT

- › 1 planche spécialement conçue pour les squats et soulevés de terre
- › Fixez la poulie Handy Gym directement sur la plateforme
- › 1 anneau en métal permettant d'ajouter la poulie multiplicatrice de force
- › Facilement transportable grâce à sa dimension de 30,5 cm x 56 et sa poignée
- › Contreplaqué résistant avec une surface antidérapante

162 € TTC

WALL MOUNTING PLATE

- › 1 plaque de montage mural pour la poulie Handy Gym
- › Fixation à l'aide de 4 vis
- › Idéal pour les kinés et les coachs sportifs
- › Plaque en plastique ABS résistant

21,50 € TTC

POULIE DOUBLE PUISSANCE

- › Poulie doublant l'intensité d'entraînement des disques
- › Réduit 2x la vitesse de l'exercice
- › Idéal pour les grands groupes musculaires : quadriceps, fessiers, pectoraux...
- › Fabriquée en aluminium AL 6061 pour plus de solidité
- › Intègre un mousqueton en acier 304

52,90 € TTC

DISQUES

2 DISQUES INERTIELS JAUNES (LÉGERS)

- › 2 disques jaunes faible intensité compatibles avec la poulie iso-inertielle Handy Gym
- › Extrêmement léger: 120g pour une résistance de 18kg sur la poulie seule ou 35kg avec l'ajout de la poulie multiplicatrice de force
- › Confection en métal et plastique

83 € TTC

2 DISQUES INERTIELS BLEUS (MOYEN)

- › 2 disques bleus moyenne intensité compatibles avec la poulie iso-inertielle Handy Gym
- › Extrêmement léger: 180g pour une résistance de 34kg sur la poulie seule ou 65kg avec l'ajout de la poulie multiplicatrice de force
- › Confection en métal et plastique

87,50 € TTC

2 DISQUES INERTIELS ROUGES (LOURD)

- › 2 disques rouges forte intensité compatibles avec la poulie iso-inertielle Handy Gym
- › Extrêmement léger: 250g pour une résistance de 50kg sur la poulie seule ou 100kg avec l'ajout de la poulie multiplicatrice de force
- › Confection haute qualité en métal et plastique

90 € TTC

CORDAGE

RÉGULATEUR DE CORDE

- › Réglez la longueur de la corde de votre poulie Handy Gym
- › S'ouvre et se ferme facilement avec la clé fournie
- › Adaptez la longueur de corde à vos exercices
- › 1 mousqueton inclus
- › Fabriqué en aluminium anodisé

63,50 € TTC

CORDE DE RECHANGE

- › 1 corde de rechange pour la poulie iso-inertielle Handy Gym
- › Tressée et diamètre de 4,5mm améliorant la résistance
- › Se range entièrement dans la poulie pour un transport facile
- › Longueur de 4m

91 € TTC

CÂBLE DE FIXATION AMOVIBLE

- › Lot de 3 câbles de fixation
- › Amovibles grâce à leur système de desserrage
- › Se monte avec le Rack Mounting Plate permettant de fixer la poulie à un poteau
- › Taille: 75 cm x 1,3cm

9 € TTC

BAGAGERIE

SAC À DOS

- › 1 sac à dos spécial Handy Gym et ses accessoires
- › Rangez tous les accessoires ainsi que votre serviette et votre gourde
- › 2 grands compartiments divisés par deux entretoises + 1 petit compartiment avec un filet
- › Fabriqué en tissu résistant
- › Facilite le transport
- › Taille de 40cm x 27 cm

21,50 € TTC

SAC DE TRANSPORT

- › 1 sac en tissu spécial Handy Gym
- › Permet de ranger la poulie assemblée aux disques et à la poignée rigide
- › Rangez et protégez votre matériel de la poussière
- › Facilite le transport
- › Taille de 35cm x 25cm

15,50 € TTC