Virtasenkauppa.fi
Hämeentie 37, 24100 Salo
www.virtasenkauppa.fi

# Aerobic Steppilauta, Eco Body

Koodi: 6420613989921 - EAN: 6420613989921



**44,90 €**

**35,78 € (ALV 0%)**

Tulostettu: 28.11.2026. Hinta saattaa vaihdella päivittäin. Voimassa oleva hinta ja saatavuusarvio on ilmoitettu verkkokaupassa.

- Korkeus säädettävissä 15–25 cm
- 90 cm leveä ja 9,9 kg painava tukeva alusta
- Kestävä PP-muovi kotitreeneihin ja ryhmäliikuntaan

Tukeva steppilauta askellus- ja hyppyharjoituksiin. Korkeus on säädettävissä välillä 150–250 mm, joten voit muokata treenin tehokkuutta.

---

Eco Body Aerobic Steppilauta on klassinen ja tehokas väline monipuoliseen kuntoiluun. Se on täydellinen valinta sinulle, joka haluat parantaa kestävyyskuntoasi, polttaa kaloreita, vahvistaa jalkojen ja pakaroiden lihaksia sekä kehittää koordinaatiota ja tasapainoa. Steppilauta on tuttu näky kuntosalien ryhmäliikuntatunneilta, mutta se soveltuu aivan yhtä hyvin tehokkaaseen kotitreeniin.Tämän laudan avulla voit tehdä lukemattomia erilaisia askellus- ja hyppyvariaatioita, jotka pitävät treenin mielekkäänä ja haastavana. Yksinkertaisetkin askellukset ylös ja alas saavat sykkeen nousemaan, ja voit tehostaa treeniä lisäämällä mukaan käsipainoja tai tekemällä esimerkiksi punnerruksia laudan avulla. Se on erinomainen työkalu koko kehon treenaamiseen.Eco Body -steppilaudan vankka rakenne ja reilun kokoinen pinta tekevät harjoittelusta turvallista. Laudan korkeus on säädettävissä, joten voit aloittaa matalammalta tasolta ja nostaa korkeutta kuntosi kehittyessä. Tämä tekee laudasta sopivan kaiken tasoisille kuntoilijoille, aloittelijoista kokeneisiin treenaajiin. Tukevan rakenteensa ansiosta se kestää kovaakin käyttöä niin kotona kuin kuntosaliympäristössä.Miksi valita steppilauta treenivälineeksi?Steppiaerobic on nivelystävällinen tapa kohottaa sykettä ja parantaa aerobista kuntoa. Se on tehokkaampaa kuin tasaisella maalla kävely, sillä ylös-alas liike aktivoi suuria lihasryhmiä ja kuluttaa enemmän energiaa. Säännöllinen harjoittelu steppilaudalla vahvistaa erityisesti alavartalon lihaksia, kuten reisiä ja pakaroita, mutta sitä voi käyttää myös ylävartalon liikkeiden, kuten punnerrusten ja dippien, apuna. Säädettävän korkeuden ansiosta voit jatkuvasti haastaa itseäsi ja varmistaa kehityksen jatkumisen.Tekniset tiedot:Merkki: Eco BodyMateriaali: Kestävä PP-muoviVäri: HarmaaMitat (leveys x syvyys): 900 x 340 mmKorkeus: Säädettävissä välillä 150–250 mmTuotteen paino: 9,90 kgKäyttö: Koti- ja ryhmäliikuntakäyttö