

## Тренажерный зал в Six Senses Zighy Bay

### **Кардио:**

- 1 гребной тренажер
- 2 беговые дорожки
- 1 горизонтальный велотренажер
- 1 вертикальный велотренажер
- 1 кросс-тренажер

### **Сопротивление:**

- 1 тренажер для подтягиваний
- 1 вертикально-горизонтальная тяга
- 1 тренажер для жима лежа/от плеч
- 1 тренажер на сгибание/разгибание ног
- 1 тренажер на сгибание/разгибание торса

### **Другое:**

- 4 фитбола
- 2 пары утяжеленных мячей
- 4 гири разного веса (4кг, 8кг, 12кг & 16кг)
- Выбор гантелей от 2 до 22 кг (с интервалом 2 кг)

