Fiche technique ladder Barrel Pilates

Ladder Barrel Pilates – Gravissez force et souplesse avec élégance – Bodytone — Marque Bodytone, distribuée en France par Light In Fitness.

En bref — Barrel Pilates à échelle en bois de hêtre renforcé, conçu pour la mobilité de la colonne dans les trois plans – flexion, extension, rotation – et le renforcement des chaînes postérieures.
Repères — Dimensions 120 × 60 × 97 cm ; poids 30 kg ; marque Bodytone.



L'ESSENTIEL

Dimensions (L × l × H)	120 × 60 × 97 cm
Poids	30 kg
Marque	Bodytone
Garantie	Conditions précisées au devis
Référence	LIF-38912

Caractéristiques techniques

Marque (fabricant)	Bodytone
Modèle	Ladder Barrel Pilates
Type d'équipement	Appareil Pilates professionnel — Ladder Barrel (tonneau + échelle de barreaux)
Structure	Bois de hêtre massif — système renforcé pour une stabilité accrue, excellente accroche des barreaux
Rembourrage tonneau	Mousse EVA haute densité — appui ferme et stable, pas d'affaissement
Revêtement tonneau	Cuir synthétique spécial Pilates — antidérapant, doux au toucher, résistant à l'usure
Dimensions du tonneau	97,4 × 60 cm
Poids	30 kg
Muscles ciblés	Obliques, dos, fessiers, noyau abdominal, ischio-jambiers, muscles stabilisateurs du tronc, muscles des épaules
Mobilité de la colonne	3 plans — flexion, extension, rotation, inclinaison latérale
Positions de travail	Debout, allongé, assis sur le tonneau — grande amplitude de mouvement
Disciplines	Pilates, Matwork, étirements colonne, gainage, rééducation, kinésithérapie, mobilité
Niveau	Tous niveaux — débutants à confirmés
Contextes d'usage	Studios Pilates professionnels, cabinets de kinésithérapie, coaching individuel, usage personnel exigeant
Conformité	Attestations communiquées sur demande

Questions fréquentes

Quels muscles travaille-t-on sur un Ladder Barrel ?

Le Ladder Barrel cible les obliques (flexion latérale et rotation), le dos et les érecteurs du rachis, les fessiers (postures allongées avec élévation des jambes), les ischio-jambiers, les muscles des épaules et le noyau abdominal profond (transverse, multifides) sollicité en stabilisation permanente dans toutes les positions sur le tonneau.

Quelle est la différence entre un Ladder Barrel et un Arc Barrel ?

L'Arc Barrel est composé uniquement de la surface courbe, sans barreaux. Le Ladder Barrel ajoute l'échelle de barreaux, donnant accès aux exercices debout, de traction des membres supérieurs, jambes aux barreaux et à une progression par variation de la hauteur d'appui. Pour un studio professionnel, le Ladder Barrel est l'équipement de référence de cette famille.

Le Ladder Barrel aide-t-il à se tonifier et à gérer son poids ?

Le Ladder Barrel tonifie efficacement les obliques, le dos, les fessiers et le noyau profond, et améliore la posture.

Le Ladder Barrel est-il adapté à la rééducation ?

Oui : il est fréquemment utilisé en rééducation lombaire et en kinésithérapie pour les exercices d'extension de la colonne en position non chargée et les étirements des chaînes postérieures. Son usage en rééducation doit être encadré par un professionnel de santé ou un instructeur Pilates certifié.

Livraison et commande

Vente aux professionnels, collectivités et particuliers. Transport facturé en plus ; délai de livraison et modalités d'installation confirmés au devis selon le modèle et le site. Pour un dossier de consultation ou un projet complet, joignez le plan de la zone et l'usage prévu à votre demande.

Prix, disponibilité et devis — lightinfitness.com/produit/ladder-barrel-pilates-gravissez-force-et-souplesse-avec-elegance-bodytone/
Conseil et étude de projet : contact@lightinfitness.com — +33 6 20 72 66 96

Fiche en ligne : Ladder Barrel Pilates – Gravissez force et souplesse avec élégance – Bodytone — Gamme complète : Machines Pilates et reformers