



La **Super Pendulum Squat** è una macchina specifica per l'allenamento completo di tutta la muscolatura di cosce e glutei, con particolare enfasi sui quadricipiti e con il minimo stress sulla parte bassa della colonna vertebrale.

L'ampia pedana di spinta permette una grande libertà nel posizionamento dei piedi, con una conseguente diversificazione degli stimoli muscolari prodotti; la regolazione dell'inclinazione su due posizioni permette inoltre di modificare l'angolo di flessione della caviglia per la massima personalizzazione dell'esercizio.

Il sistema di controbilanciamento a molla non solo riduce il peso a vuoto del gruppo di spinta, ma lavora anche in sinergia con il meccanismo a leve che connette i due bracci porta peso al gruppo di spinta stesso, il risultato è

una **curva di resistenza ascendente** per tutto il ROM. La macchina sviluppa una curva di carico sempre crescente che è in linea con la curva di forza esercitata dai principali muscoli che intervengono nell'esercizio; questo permette di avere una contrazione muscolare fisiologica che si mantiene elevata e ideale su tutto il ROM.

La particolarità della **Super Pendulum Squat** sta nella traiettoria guidata che crea un movimento a metà strada tra squat e leg press, non riproducibile con nessuna altra macchina, e che aggiunge quindi una nuova gamma di stimoli allenanti oltre a quelli già possibili con le altre macchine Panatta. Partendo da una posizione iniziale simile a quella accovacciata dello squat, con anca e ginocchio alla massima flessione, si arriva alla posizione finale dove si ha la completa estensione del ginocchio con parziale estensione dell'anca, come nella classica Leg Press 45°.



Particolare attenzione è stata posta anche alla sicurezza per gli utilizzatori grazie al sistema di partenza facilitato con leva azionata manualmente; la **posizione bassa dei portadischi** infine facilita le operazioni di carico e scarico della macchina diminuendo i rischi e le conseguenze di accidentali impatti con persone situate nel raggio d'azione dei portadischi stessi.