

NÁVOD K POUŽITÍ

Balanční podložka Profi 60 cm, černá

Základní informace

Barva: černá

Nosnost: 300 kg

Průměr: 60 cm

Typ: profi



Nová Balanční podložka Profi

U balanční podložky Profi došlo nejen ke zlepšení materiálu, ale i k celkové úpravě produktu.

Po inovaci materiálu je balanční podložka odolnější proti roztržení. Uzávěr, který je nyní na spodní straně, by neměl být poškozen ani při větším zatížení.

Balanční podložku lze snadnou nafouknout díky nožní pumpě, která je součástí balení. Přílohou podložky je i plakát s navrženými cviky a pomůcka pro měření optimální výšky podložky.

Rovnováha i svaly

Podložka je speciálně navržena na zlepšení rovnováhy, posílení svalů, rehabilitační i relaxační cvičení. Při balancování je zapojeno velké množství vnějších a vnitřních svalů, které se kontrakcemi posilují, zlepšují držení těla a celkovou fyzickou kondici. Podložka Profi patří ke špičce sportovních pomůcek a byla oceněna již při jejím představení. Cvičení na podložce je výborný doplněk strečinku před výkonem, kdy zapojíte veškeré svalstvo. Delší cvičební intervaly zlepšují vytrvalost a sílu. Cvičte jako profesionál!

Kromě svalstva jsou díky reflexním masážním bodům na podložce uvolněny i bolesti zad nebo hlavy.

Jak cvičit?

Cvičte vždy naboso, s nohama mírně od sebe a v lehkém podřepu. Záda mějte vždy narovnaná (krčení může zatěžovat páteřní svaly). Hrudní pletenec mějte vystrčený dopředu. Vytvořte okolo podložky dostatečně velký prostor, bez nebezpečných předmětů. Obě strany

jsou použitelné. Tvrší rovná zatěhuje více stehenní svaly a je spíše pro pokročilé. Měkčí strana zapojuje celé dolní končetiny. Pokud jste začátečník, můžete se zpočátku přidrřovat. Pro pokročilé a profesionály je možné přidat další zátěž, například v podobě činek. Fantazii se meze nekladou, zapojte balóny nebo závaží a udělejte tak cvičení zábavnější. Mnoho dalších cviků vám umožní praktická tubing madla.

Důležité!

Podložku nepoužívejte na kluzkém nebo nerovném povrchu. Maximální nosnost je 300 kg. Podložka je omyvatelná vlažnou vodou (nepoužívejte ředidla a jiné agresivní látky). Skladujte ji na suchém a tmném místě.

www.eureka.cz

Kontaktní adresa a provozovna

EUREKO, s.r.o.
Petra Bezručě 1877/67, 466 01 Jablonec nad Nisou
IČ: 254 163 75, DIČ: CZ 254 163 75
Zapsaná: u Krajského soudu v Ústí nad Labem, oddíl C, vložka 16749

Provozní doba:

pondělí – pátek: 8:00 - 16:00
letní provoz: pondělí – pátek: 8:00 - 15:30
telefon: +420 800 888 909
e-mail: info@eureka.cz

