

## PRODUKTOVÝ LIST

### Flowin Sport white, cvičební podložka



**Objednací číslo:** 2203640

**Prodejní cena s DPH:** 4 485 Kč

**DPH:** 21%

## Popis

Rolovatelná deska, dodává se s cestovním obalem a pěti podložkami (pod kolena, ruce a chodidla), tréninkovým manuálem a dále s unikátním přístupem k online tréninku. obsahujícím tři různé tréninkové programy. Vhodný ke cvičení doma nebo někde na cestách.

FLOWIN® SPORT by měl být používán pouze na hladkých vodorovných plochách, ideálně na tvrdých podlahách a mimo dosah přímého slunečního záření.

Také je možné si ke zboží dokoupit doplňky FLOWIN®.

**Upozornění:** Tento produkt by neměl být používán ve venkovním prostředí (záleží na povrchu) a neměl by být vystavován po delší dobu slunečnímu záření a vysokým teplotám.

## Parametry

Hmotnost: 3 kg

Obsah balení: 1x rolovatelná deska 140x100 cm

1x unikátní kód na online trénink

1x manuál

2x podložka pod chodidla

2x podložka pod ruce

1x podložka pod kolena

1x cestovní obal

FLOWIN® koncept byl vyvinut v prostředí vrcholových desetibojařů ze Švédska. Dále pokračoval rozvoj do oblasti rehabilitační, kde si také našel své místo, hlavně jako pourazová pomůcka. Nyní se FLOWIN® pomalu zařazuje do dalších sportů, kde je hlavním úkolem rozvoj kondičních schopností a vyrovnávání dysbalancí. Dnes už jsou také k dispozici cvičební programy, kterých je možno se držet. **Patří sem: kruhový trénink, skupinová cvičení, osobní trénink a pilates.**

## A jak to funguje?

FLOWIN® je cvičební nástroj a tréninkový koncept zároveň. Je složen z velké desky (tréninkové plochy) a sady malých podložek pro ruce, nohy, kolena a lokty. V tréninku se využívá jenom hmotnost vlastního těla, působící jako přirozený odpor. Cviky mají charakter koncentrovaných frikčních pohybů, které se vykonávají pomocí tření podložek o tréninkovou plochu. Intenzita zátěže odpovídá hmotnosti těla a tlaku, který je při cvičení vyvíjen. Tato unikátní metoda tréninku, na které je FLOWIN® založen byla patentována jako Friction Training™.