

## PRODUKTOVÝ LIST

### Flowin Fitness, cvičební podložka



**Objednací číslo:** 2203642  
**Prodejní cena s DPH:** 3 990 Kč  
**DPH:** 21%

## Popis

Nový, menší, **FLOWIN® Fitness**.

FLOWIN® Fitness je zatím nejmenší a nejpřenosnější FLOWIN® podložka. S poloviční velikostí sportovní desky FLOWIN® je ještě snazší vzít si s sebou kamkoli jdete.

FLOWIN® Fitness byl vyvinut s ohledem na pohodlí.

FLOWIN® Fitness je zatím nejmenší a nejpřenosnější FLOWIN® podložka. S poloviční velikostí sportovní desky FLOWIN® je ještě snazší vzít si s sebou kamkoli jdete.

FLOWIN® Fitness přichází s online cvičebními programy, které jsou speciálně přizpůsobeny menší ploše FLOWIN®. Tyto programy jsou krátké, efektivní a snadno sledovatelné – poskytují vám nejlepší cvičení v nejkratším množství času.

FLOWIN® Fitness je rolovací a přenosná FLOWIN® podložka. Dodává se s cestovní taškou pro snadnou přepravu a snadno se vejde do stropního úložiště letecké společnosti, takže si ji můžete vzít na cesty.

Rozměr: 98x68cm

FLOWIN® koncept byl vyvinut v prostředí vrcholových desetibojařů ze Švédska. Dále pokračoval rozvoj do oblasti rehabilitační, kde si také našel své místo, hlavně jako pórůzová 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™.