

PRODUKTOVÝ LIST

Flowin LYNX PRO Pink, cvičební podložka



Objednací číslo: 2203696
Prodejní cena s DPH: 7 950 Kč
DPH: 21%

Popis

Flowin® PRO Pink je dodáváno s podložkami (1x knee, 2x foot, 2x hand).

Parametry

Hmotnost: 7,5 kg
Obsah balení: 1x pevná deska 140×100 cm
1x manuál
2x podložka pod chodidla
2x podložka pod ruce
1x podložka pod kolena

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™.