






Pilates

Kurzy ve Vinoři



Cvičební pomůcky k prodeji:

Zboží	velikost	popis	cena
Velké míče průměr 65 cm pro výšku do 175 cm		Míče Original Pezzi® Gymnastik Ball jsou určeny především k dosažení správné a příjemné polohy těla při sezení doma, ve škole i v kanceláři. Výrobky italské firmy Ledragomma jsou neobsahuje latex, těžké kovy nebo zakázaná změkčovadla, nosnost do 400 kg. Při výběru správné velikosti velkého míče dbejte na to, aby hýždě byly o trochu výše než kolena. Míče Original Pezzi® Gymnastik Ball Maxafe jsou vyrobeny z exkluzivního materiálu the flexton silpower®. Díky jedinečným vlastnostem tohoto materiálu míč při náhodném propíchnutí nepraskne, neroztrhne se, ale postupně pomalu z něho uniká vzduch. Tyto cvičební míče jsou někdy nazývané jako dvouplášťové, odolné. Povrch těchto míčů je sametově hebký a na omak velmi příjemný.	430,-
Velké míče průměr 75 cm pro výšku nad 175 cm			490,-
Válec Foam TOGU délka 90 cm průměr 15cm		FoamRoller je cvičební válec z pěnové hmoty EVA. Válec je určený především ke cvičení jógy, pilates i rehabilitace. Je to výborná terapeutická a cvičební pomůcka. Cvičení na pěnovém válci je vhodné pro ty, kdo trpí bolestmi zad. Umožní protažení prsních svalů a uvolní svalové napětí v zádech. Cvičením na válci se rovněž posilují břišní svaly, protahují všechny zkrácené svaly, rozvíjí se stabilita a rovnováha, zlepšuje se pohyblivost kloubů a rovněž dochází k masáži jednotlivých částí těla. Nosnost: cca. 150 kg. Kvalitní cvičební pomůcka od německé firmy TOGU. Pilates válec není určen pro dynamické cvičení. Je vhodný pro domácí i kolektivní cvičení.	950,-
Ježek masážní s ventilkem Toгу průměr 6 cm		Masážní míč Noppenball je měkký, dobře uchopitelný a na omak velmi příjemný míček. Je vyroben z vysoce kvalitního materiálu Ruton. Akupresurní míček má po celém povrchu měkké výstupky – bodlinky vhodné k reflexní masáži rukou, plošky nohou a celého těla. Masážní ježci se používají při rehabilitačním cvičení po úrazech, při boji s celulitidou, pro zmírnění pocitu stresu, pro zlepšení činnosti srdečního rytmu nebo uvolnění svalového napětí po sportovním výkonu. Cvičení rozvíjí citlivost a stimuluje krevní oběh. Vyrobené v Německu firmou TOGU. S jehlovým ventilkem pro regulaci vzduchu.	90,-
Sensyball s výstupky průměr 10cm		Sensyball je pružný, měkký, dobře uchopitelný a na omak velmi příjemný míč. Akupresurní míček má po celém povrchu měkké krátké oblé výstupky vhodné k reflexní masáži rukou, plošky nohou a celého těla. Používá se při rehabilitačním cvičení po úrazech, při boji s celulitidou, pro zmírnění pocitu stresu nebo uvolnění svalového napětí po sportovním výkonu. Cvičení rozvíjí citlivost a stimuluje krevní oběh. Vyrobeno v Itálii firmou Gymnic Ledraplastic. S jehlovým ventilkem pro regulaci vzduchu.	150,-

<p>PILATES KRUH Togu průměr 35 cm</p>		<p>Pružná obruč byla vytvořena pro cvičení pilates. Kruh pilates je určený k posilování hlubokého stabilizačního systému. Pilatesova metoda se snaží docílit řízeného pohybu ze silného středu těla. Stlačováním proti odporu kruhu posilujete svalové skupiny v oblasti ramen, páteře, hrudníku, paží nebo i nohou. Měkké podložky, které jsou na obvodu kruhu zajišťují komfortní cvičení dolních a horních končetin. Slouží k upevnění fyzické kondice. Posiluje se vnitřní a vnější strana stehen, pánevní dno a všechny další svalové skupiny těla, které vedou k získání flexibility. Cvičení lze provádět vestoje, vsedě i vleže. Vyrobený německou firmou Togu.</p>	<p>630,-</p>
<p>Over ball průměr 23 cm</p>		<p>Over ball je vhodný pro dechová cvičení, hrací míč nebo masážní míč. Má neklouzavý povrch. Over Ball je dodáván v krabičce a má dlouhou zátku. Je vhodný pro aerobní a rehabilitační cvičení. Výrobek italské firmy Ledraplastic je velice oblíbený a je nejvíce používaný malý cvičební míč. Zajišťuje garanci nezávadnosti materiálu. Je ideální cvičební pomůckou pro všechny věkové kategorie. Průměr: hustit do 23 cm, Doporučená nosnost: 80 kg, Testovaná nosnost: max. 100 kg</p>	<p>130,-</p>
<p>Masážní míček John průměr 10cm</p>		<p>Masážní míč je měkký, dobře uchopitelný a na omak velmi příjemný míč. Akupresurní míček má po celém povrchu krátké oblé výstupky vhodné k reflexní masáži rukou, plosky nohou a celého těla. Masážní ježci se používají při rehabilitačním cvičení po úrazech, při boji s celulitidou, pro zmírnění pocitu stresu, pro zlepšení činnosti srdečního rytmu nebo uvolnění svalového napětí po sportovním výkonu. Cvičení rozvíjí citlivost a stimuluje krevní oběh. S jehlovým ventilkem pro regulaci vzduchu.</p>	<p>120,-</p>
<p>Automasážní pěnový míček MBX průměr 6,6 cm</p>		<p>Masážní míček je skvělou volbou pro cílenou úlevu od bolesti a tuhosti pro ty, kdo preferují intenzivní hloubkovou masáž tkání pro maximální úlevu od bolesti. MBX masážní míček byl vytvořen tak, aby napodobil loket terapeuta. Extra tvrdá pěna povzbuzuje průtok krve problematickými oblastmi a tím způsobuje větší přísun kyslíku a živin pro lepší regeneraci. Díky tomu, že je povrch masážního míčku protiskluzový, lze jej použít na jakémkoliv povrchu. Pro nejlepší výsledky, umístěte míček do oblastí, kde dochází k diskomfortu, stlačte či ho rolujte ze strany na stranu.</p>	<p>690,-</p>

Zboží můžete objednat osobně, telefonicky **731 485 125** nebo emailem: studiozp@email.cz.

