

VIBRAČNÍ DESKY

VIBRAČNÍ SYSTÉM

- zlepšuje postavu
- stimuluje spalování tuků
- posiluje a tvaruje svaly
- urychluje metabolismus
- zlepšuje cirkulaci krve
- zlepšuje pohyblivost a celkovou výkonnost
- podporuje uvolnění svalů a navozuje masážní efekt
- redukuje následky celulitidy



OPALOVÁNÍ A FITNESS: VIBRAČNÍ SYSTÉM DĚLÁ NEMOŽNÉ!

Opalujete se a současně se přitom Vaše tělo trénuje a tvaruje! A to během pouhých 10-ti minut – to je vibrační systém!

Na základě vědeckých a lékařských výzkumů, byl vyvinut speciální vibrační systém pro tvarování a formování postavy a zpevnění svalů. Princip je jednoduchý: pomocí rychlých pravo-levých kmitů vibrační desky na níž stojí zákazník, dochází nejprve k natažení svalů a pak k jejich rychlému reflexivnímu stažení, tím je intenzivně simulována přirozená lidská chůze či běh. Během 10 minut na Vibrační desce dochází ke stejnému počtu svalových kontrakcí jako při hodinovém intenzivním tréninku.