



## Tunturi Hula Hoop Ring



Kommen Sie in Top Form mit dem Tunturi Hula Hoop Ring! Es gibt eine Vielzahl von Übungsmöglichkeiten die die Pfunde purzeln lassen und dies gleichzeitig noch mit viel Fun! Der Hula Hoop Ring ist in drei verschiedenen Gewichten erhältlich. Hula-Hoop-Ringe mit verschiedenen Gewichten werden in der Regel verwendet, um das Training mit dem Hula-Hoop-Ring intensiver und effektiver zu gestalten.

**CHF 24.90**

- Tunturi Hula Hoop Ring ist aus Schaumstoffpolster mit Wave-Design
- teilbarer Ring wird ganz einfach mit 6 Montagegestellen zusammengesteckt
- Durchmesser 100cm
- Reifendicke beträgt 4cm
- erhältlich in 1,2kg, 1,5kg und 1,8kg

Durch das Hinzufügen von Gewicht zum Hula-Hoop-Ring erhöht sich die Belastung während des Trainings, was zu einer stärkeren Beanspruchung der Muskulatur führen kann. Die Verwendung eines schwereren Hula-Hoop-Rings kann dazu beitragen, die Bauchmuskeln, die Rumpfmuskulatur und die Gesässmuskulatur intensiver zu trainieren. Der Widerstand des schwereren Rings erfordert mehr Muskelkraft und Ausdauer, um ihn in Bewegung zu halten. Dies kann zu einer erhöhten Muskelaktivität und einem höheren Kalorienverbrauch während des Trainings führen. Die verschiedenen Gewichte der Hula-Hoop-Ringe bieten auch die Möglichkeit, das Training individuell anzupassen. Je nach Fitnesslevel und Trainingsziel kann ein leichter oder schwerer Ring ausgewählt werden. Anfänger können mit einem leichteren Gewicht beginnen und allmählich zu schwereren Ringen übergehen, um ihre Fortschritte zu steigern.