Shark Fitness AG
Shops in Wettingen (ZH)
und Wil (SG)

056 427 02 25
info@sharkfitness.ch
www.sharkfitness.ch

Sypoba Athletic Retro

Sypoba Athletic Retro - **keine Farbe, kein Lack - NATUR pur!** - nachhaltige Version ohne zusätzliche Belastung der Umwelt. Kann ganz normal wie ein Athletic zum Trainieren verwendet werden. Da es nicht mit Lack etc. behandelt wird kann es ein wenig schneller verschmutzt werden und Gebrauchsspuren sind schneller sichtbar. Das Modell Athletic - mit Alu-Rolle Revolution - gilt als Hauptmodell. Um ein originales SYPOBA Workout durchführen zu können, ist dieses Modell das Mass aller Dinge.

CHF 249.00

Die Vorteile von Training mit Sypoba

- Mehrdimensionales Training
- Kreiselübungen in Hüft- und Schulterbereich möglich
- Dysbalancen werden vermieden und ausgeglichen
- Unzählige Übungsmöglichkeiten (Stehe, Sitzen, Knien, Liegen)
- Individueller Übungsausbau inklusiv Hilfsmittel (Xbase, Xtube, Ball,Kurz- und Langhanteln)
- Gelenke werden geschont
- Aussergewöhnliche starke Beeinflussung der Schwerkraft
- Mentale Stärke wird durch stetige Konzentration gefördert
- Fettverbrennung durch intensive physische Belastung
- Progression im Schwierigkeitsgrad
- Hoher Spassfaktor im Training

SYPOBA - Trend Made in Switzerland

Was ist SYPOBA? Das System Power in Balance ist nicht nur ein Trainingsgerät, sondern vielmehr ein Trainingssystem mit einer einzigartig effizienten Philosophie. Sein Gründer Robin Städler, diplomierter Sportlehrer und Konditionstrainer im Spitzensport, hat dabei seine Erfahrungen aus mehr als 15 Jahren Engagements im Spitzensport einfliessen lassen. Sein System kann so vielseitig auf- und ausgebaut werden, dass er mit SYPOBA nicht nur im Spitzensport, sondern auch in der gesamten Fitnessbranche und selbst in der Rehabilitation Fuss fassen konnte. Auch im Bezug auf das Alter, sind SYPOBA keine Grenzen gesetzt. SYPOBA hat in der Schweiz bereits eine Welle der Begeisterung ausgelöst, welche

Shark Fitness AG
Shops in Wettingen (ZH)
und Wil (SG)

056 427 02 25
info@sharkfitness.ch
www.sharkfitness.ch

sich nach und nach in ganz Europa und immer mehr auch weltweit auszudehnen vermag.

Warum ist SYPOBA so beliebt?

Die Stärken von SYPOBA zeigen sich auf verschiedenen Ebenen. Mit einem kleinen Gerät kann nämlich mit geringem finanziellem Aufwand und ohne externe Energie, sowohl In- als auch Outdoor trainiert werden. Zudem widerspiegelt die hohe Lebensdauer des Trainingsgerätes die hohe Qualität des Produktes. Da nun beim Training die Faktoren Stabilisation, Kräftigung, Koordination und Konzentration stetig ineinander fliessen, wird nicht nur sehr komplex, sondern auch äusserst effizient trainiert. Was will Mann oder Frau also mehr? Mit gesundem Training bringen Sie sich so in Form für die Badesaison und auch die Zeit danach. SYPOBA lässt Sie nicht nur gut aussehen, es fördert auch noch Ihre Gesundheit. Gesund und fit durch Schweizer Qualität.

Was unterscheidet SYPOBA von anderen Balance-Geräten?

Das SYPOBA wird, im Gegensatz zu anderen Balancegeräten, dynamisch geführt. Dieser Unterschied ist ein wesentlicher Bestandteil des gesamten SYPOBA Trainings. Bei statisch geführten Balancegeräten bewegt sich die Amplitude lediglich im Kreis, vor und zurück oder seitlich, jedoch immer an gleicher Stelle. Die dynamische Bewegung bringt viele Vorteile mit sich: eine Verbesserung in der Antizipation, eine höhere neuromuskuläre Koordination, verbesserte Reflexe, eine Erweiterung der Reflexbewegungen, eine Verringerung der muskulären Dysbalancen, eine verbesserte Konzentrationsfähigkeit und ein erhöhtes Wohlbefinden. SYPOBA ermöglicht verschiedene Bewegungen gleichzeitig. Durch die frei geführte Rolle wird nicht nur eine Kippbewegung seitlich erzeugt, sondern auch ein Gleiten von einem Ende zum anderen. Mit dieser freien und seitlichen Bewegung wird stark gegen die Schwerkraft gearbeitet und somit müssen etliche Kräfte mobilisiert werden, um so das Gleichgewicht weiterhin halten zu können. Diese Zweidimensionalität erzeugt eine vertikale sowie eine horizontale Bewegung. Dadurch wird der Trainingsreiz, im Vergleich mit anderen Balance-Geräten, um ein Vielfaches erhöht.

Anwendungsbereiche:

Das SYPOBA-Trainingsgerät ist für Kinder und Erwachsene (3-99 Lebensjahre) geeignet. Gerade in unserer hoch technisierten Welt, in der die Menschen vermehrt im Sitzen arbeiten, werden Körperteile oft zu wenig aktiviert und belastet. Dies ist eine der Hauptursachen der modernen Zivilisationskrankheiten. Mit SYPOBA-Trainingseinheiten kann mangelnde Bewegung in kurzer Zeit und auf spielerische und unterhaltsame Art ausgeglichen werden. Es wirkt präventiv und gesundheitsfördernd!

SYPOBA bringt Fortschritte in jeder Sportart, in welcher die Faktoren Kraft, Koordination, Stabilisation und Konzentration Grundvoraussetzungen für eine gute Technik sind!

In Schnellkraftsport-, Ausdauer- oder Koordinationssportarten ist Körperstabilität ein wesentlicher Teil für die Leistungsentwicklung. Durch einseitige Bewegungen entstehen muskuläre Dysbalancen, welche in der Folge zu muskulären und sogar Gelenksüberbelastungen führen können. Durch das komplexe SYPOBA-Training können solche Veränderungen auf den passiven Bewegungsapparat (Verschiebung der Körpersymmetrie) präventiv vermieden oder ausreichend verringert werden.

Es können somit folgende Anwendungen unterschieden werden:

- Aufbautraining
- Prävention
- Trainingstherapie
- Rehabilitation
- Animation

Sypoba Athletic beinhaltet:

- Trainingsplatte (30x60cm)
- Alu-Rolle Revolution mit Gummiringen (Bauchroller-Funktion)
- Stab
- 2 Fitness Rondellen
- 2 halbrunde Keile
- Poster mit Übungsideen

Stab: ermöglicht Liegestützen mit gestreckten Handgelenken, bietet Griffvariationen, ermöglicht Trainings in 3D, Vorrichtung für Bauchroller in Kombination mit der Alurolle Revolution

Fitness Rondellen: Befestigungselement des Stabs, Vorrichtung für Kippbrett, welches Kippbewegungen in unterschiedliche Richtungen ermöglicht und 2-beinig oder 1-beinig benutzbar ist

Halbrunde Keile: seitliche Kippbewegung in abgeschwächter Form, als Werkzeug einsetzbar für zusätzliche Instabilität in Fussgelenken oder Handgelenken in Kombination mit Trainingsplatte und Alurolle, als Werkzeug einsetzbar um die Richtungen des Kippbretts zu kombinieren, als Unterstützung zur Unterlage der Fersen bei Problemen der Achillessehne

Mit dem Zubehör können also Übungen variiert, erschwert oder unterstützt werden. Das Athletic Zubehör und die Revolution Rolle mit Bauchroller-Funktion optimieren die Funktionalität des SYPOBA.

Empfohlen für:

- ausgeprägtes Gleichgewichtstraining
- vielseitiges Stabilisations- und Kräftigungstraining
- Umsetzung des originalen Sypoba Workouts
- fundiertes Rehatraining
- komplettes Gesundheits- und Fitnesstraining
- effizientes Athletiktraining

Als Option lieferbar: SYPOBA DVD Basic 1 beinhaltet:

- Trailer (Motivationssequenz)
- Funktionen (Wie wende ich das SYPOBA an)
- Übungsanweisungen (Was muss ich beim Trainieren beachten)
- Workout (Training zum mitmachen)
- Interview (Mit SYPOBA Erfinder Robin Städler)

Shark Fitness AG
Shops in Wettingen (ZH)
und Wil (SG)

056 427 02 25
info@sharkfitness.ch
www.sharkfitness.ch

Shark Fitness AG
Shops in Wettingen (ZH)
und Wil (SG)

056 427 02 25
info@sharkfitness.ch
www.sharkfitness.ch