



Ensemble complet d'haltères NOHrD Swing Cherry



Entraînement SWING-HANTEL - Qu'il s'agisse d'acheter des caisses d'eau minérale, de travailler dans le jardin, de nettoyer les fenêtres ou de se pencher rapidement pour ramasser un objet tombé par terre, le risque de blessure est omniprésent : l'entraînement n'a de sens que s'il permet de se préparer au quotidien ou de s'y préparer.

CHF 849.00

Bien sûr, il y a des phases pendant lesquelles il faut s'entraîner sans risque, par exemple en cas de douleur ou de résistance temporairement moindre. Cependant, une fois ces phases surmontées, il est important de se préparer au risque quotidien ou de l'intégrer à la formation.

Le **déplacement du centre de gravité** du NOHrD-SWING au-delà de l'extrémité favorise les mouvements de balancement et d'élasticité. C'est la forme naturelle du mouvement, et si vous l'avez perdue, nous vous aiderons à retrouver votre élan et votre élasticité.

Votre tissu conjonctif est spécifiquement conçu pour ces mouvements élastiques et en a en même temps besoin pour rester en forme. Utilisez l'entraînement NOHrD SWING et retrouvez le tissu conjonctif et la résilience de votre jeunesse.

Le **déséquilibre** créé par la forme et le remplissage particuliers (voir illustration) de l'haltère NOHrD SWING, ou par le mouvement de la main, génère constamment de nouveaux stimuli d'entraînement auxquels les structures de l'appareil locomoteur s'adaptent sur une large plage.

Le concept breveté : l'haltère SWING est rempli de balles. Ceux-ci favorisent le déséquilibre, car ils résonnent dans le sac en cuir à chaque mouvement. Cela n'est pas possible avec des poids fixes.

La tour NOHrD SWING contient un total de huit panneaux d'entraînement, qui comprennent des exercices complexes et simples. Les planches d'entraînement peuvent être placées de manière pratique sur le couvercle, de sorte que vous les ayez toujours sous les yeux pendant l'entraînement.

- Idéal pour le tissu conjonctif - Les haltères Swing sont remplis de granulés de fer qui favorisent le déséquilibre du mouvement. Cela crée des stimuli d'entraînement variés pour les articulations, les muscles et le tissu conjonctif.



- Matériaux de haute qualité - Les haltères Swing sont fabriqués à la main. La poignée de l'haltère est en bois massif et les granulés sont enveloppés dans le meilleur cuir véritable. Les coutures sont réalisées avec un fil à coudre spécial ciré, résistant à la déchirure et ne peluchant pas.
- En tant que tour, panneau mural ou individuellement - Pour le rangement, les haltères Swing peuvent être accrochés à la tour d'entraînement Swing ou au panneau mural Swing. Elles offrent chacune un espace pour huit haltères. Un livre d'entraînement et des vidéos d'entraînement vous aident à réaliser correctement les exercices.

L'ensemble complet comprend 8 haltères - composés de 2x2kg/2x4kg/2x6kg/2x8kg, la tour et 8 planches d'entraînement.