



TOGU Aero Step XL bleu



Le Togu Aero Step XL est un appareil d'entraînement universel, adapté à la rééducation et au fitness, pour renforcer le dos, améliorer la stabilité des articulations, la coordination et l'équilibre.

CHF 169.00

L'Aero-Step XL - made in Germany - est un appareil d'entraînement en ruton de haute qualité. Le matériau ruton est inodore et très résistant (environ 200 kg). Le produit est sans latex et ne contient pas de phtalates interdits (selon la directive européenne 2005/84/CE).

L'appareil d'entraînement éprouvé avec le système d'air à deux chambres permet un entraînement avec un effet maximal. L'entraînement s'intensifie en profondeur. La perception, le traitement des stimuli et la stabilité sont entraînés et améliorés. Très variable et extrêmement robuste. Utilisable en position debout ou en position ventrale ou dorsale. Convient à la rééducation, au fitness ou à la maison.

L'Aero-Step XL permet d'améliorer la stabilité des articulations, de raffermir et de renforcer les muscles en profondeur. Équipé de plus de 1000 picots ronds pour une stimulation supplémentaire des points de réflexologie plantaire, il offre un effet de massage supplémentaire et une meilleure circulation sanguine.

La nature particulièrement instable de l'AeroStep pose des exigences accrues aux capacités de coordination et offre ainsi de nouvelles possibilités pour une nette augmentation des performances dans le sport et en thérapie. De plus, la surface à picots stimule fortement la circulation sanguine.

Que ce soit en position debout pour l'entraînement de l'axe des jambes ou en position ventrale ou dorsale, l'instabilité, grâce au remplissage d'air, fait de chaque exercice connu un défi.

La plaque de liaison insérée fournit la stabilisation nécessaire, garantissant ainsi une bonne adhérence au sol. Les chambres remplies d'air permettent de très petits moments de mouvement. Cela signifie une grande exigence et donc des effets d'entraînement rapides.

Possibilités d'utilisation : Optimal pour l'entraînement de la coordination et de la proprioception en physiothérapie, notamment en thérapie médicale d'entraînement (MTT).



Matériel : ruton de haute qualité

Inclus dans la livraison : instructions d'entraînement et pompe à air

Dimensions : 51 x 37 x 8cm

Capacité de charge env. 200kg

Poids : 2,8kg

Couleur : bleu

Testé et recommandé par le Forum : Gesunder Rücken - besser leben e.V. et l'Association fédérale des écoles du dos allemandes (BdR) e.V.

Avis d'expert du Dr Christos Papadopoulos, entraîneur de rééducation et de condition physique :

L'Aero-Step constitue un complément d'équipement qui nous permet de travailler de manière plus créative et efficace dans le domaine de l'entraînement de la coordination, du renforcement musculaire et de la flexibilité. Il remplace les ustensiles encombrants qui étaient utilisés dans le passé. Le caractère unique du matériau permet une utilisation polyvalente, non seulement à l'intérieur, mais aussi (ce qui est plus important dans le football) pour l'entraînement en extérieur, que ce soit pieds nus, avec des chaussures de course ou de football, tout est possible grâce à sa robustesse. L'Aero-Step fait partie intégrante de notre répertoire d'exercices et est devenu incontournable. Dans le cadre des exercices spécifiques à une discipline sportive, il représente un défi particulier pour le footballeur professionnel, car en combinaison avec le ballon, l'aéro-step donne un coup de fouet particulier à l'entraînement de la coordination et de la stabilité, qui est généralement ennuyeux, et le facteur de plaisir est extrêmement élevé (motivation).