



## NOHrD Elasko Frêne



Entraînement et stretching dans une nouvelle dimension et avec un seul appareil. Avec NOHrD Elasko, vous apprenez à vous étirer correctement et à améliorer votre posture. Avec NOHrD Elasko, tout le corps, le système cardiovasculaire et l'esprit sont entraînés. En combinaison avec le programme d'entraînement ELASKO spécialement conçu, vous obtenez un entraînement complet de tout le corps - car le stretching et l'étirement ne sont pas seulement adaptés à l'échauffement ou au cool-down.

**CHF 1'399.00**

La technique ELASKO est une technique d'étirement dynamique. Le corps n'est pas seulement étiré, mais il est également renforcé et le tonus musculaire est développé en utilisant l'énergie du corps. La force et la puissance intérieure se combinent avec l'ouverture des articulations, du corps entier et de l'esprit.

NOHrD Elasko donne une autre dimension à l'entraînement. Grâce aux différentes hauteurs des barres et aux boucles sur les côtés, il est possible d'adopter des positions innovantes lors de l'étirement. NOHrD Elasko convient à tous les niveaux de fitness et d'étirement. De plus, NOHrD Elasko offre un tapis très confortable pour soutenir l'étirement et il procure un sentiment de sécurité dans sa propre zone.

Avec NOHrD Elasko, vous apprenez à vous étirer correctement et améliorez votre posture. De plus, les domaines suivants sont couverts et entraînés :

- Système cardio-vasculaire
- Équilibre et balance
- Tonus musculaire
- Relaxation et détente
- Entraînement des abdominaux
- Posture et précision



### **Loops**

Loops innovants pour des exercices spécifiques jusqu'aux muscles profonds.

### **Echelons**

Six barres stables assurent différents niveaux pour différents niveaux de flexibilité.

### **Tapis**

Le tapis d'entraînement rembourré assure une bonne stabilité ou des positions d'appui et de couchage agréables.

### **Roulettes**

Des roulettes à roulement à billes et un mécanisme de pliage innovant garantissent une manipulation et un réglage faciles, ainsi qu'un rangement peu encombrant.

### **Matériaux**

Handmade in Germany : Le bois massif de haute qualité procure une sensation d'entraînement agréable. Le tapis d'entraînement est en cuir synthétique ou en cuir véritable.

### **ELASKO APP**

L'application d'entraînement ELASKO guide parfaitement à travers l'entraînement. Des entraînements complets sont disponibles en allemand et en anglais.

Le programme d'entraînement Elasko - l'application d'entraînement ELASKO est essentielle. Elle montre le bon maniement et comment s'étirer correctement.

(support inclus - tablette non incluse)

### **Détails Programme d'entraînement Elasko :**

- plus de 40 lieux
- des entraînements variés
- en allemand et en anglais
- entraînements détaillés
- différents niveaux de difficulté

Finition : bois de frêne, couleur du rembourrage : noir

Utilisation : à domicile jusqu'à une utilisation commerciale, charge utile : env. 150kg

Dimensions de l'appareil déplié : L158 x l79 x H137cm, poids 40kg

Accessoires : support pour smartphone et tablette

Garantie : 2 ans sur la main-d'œuvre et les pièces de rechange (à l'exception des consommables comme le rembourrage/câble)