



NOHrD Ensemble complet d'haltères Swing Shadow



L'entraînement SWING-HANTEL - Que ce soit en achetant des caisses d'eau minérale, en jardinant, en nettoyant les fenêtres ou en se penchant rapidement pour ramasser ce qui est tombé par terre, le risque de blessure est omniprésent : et un entraînement n'est vraiment utile que s'il prépare finalement à la vie quotidienne, respectivement s'il met à disposition des réserves pour celle-ci.

CHF 699.00

Bien sûr, il y a des phases pendant lesquelles il faut s'entraîner avec le moins de risques possible, par exemple en cas de douleurs ou de diminution temporaire de la résistance. Mais une fois ces phases surmontées, il faut se préparer au risque quotidien ou l'intégrer dans l'entraînement.

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

Votre tissu conjonctif est spécialement conçu pour ces mouvements élastiques et en a également besoin pour rester en forme. Profitez de l'entraînement NOHrD SWING et récupérez le tissu conjonctif et la tonicité de votre jeunesse.

Le **déséquilibre** créé par la forme et le remplissage spéciaux (voir illustration) de l'haltère NOHrD SWING, respectivement par le mouvement dans la main, produit des stimuli d'entraînement toujours frais auxquels les structures de l'appareil locomoteur s'adaptent à large bande.

Le concept breveté : l'haltère SWING est rempli de billes. Celles-ci soutiennent le déséquilibre, car elles oscillent à chaque mouvement dans le sac en cuir. Cela n'est pas possible avec des poids fixes.

Dans la tour NOHrD SWING, il y a en tout huit tableaux d'entraînement qui contiennent aussi bien des exercices complexes que des exercices simples. Les tableaux d'entraînement peuvent être facilement placés 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 soutiennent le déséquilibre dans le mouvement. Il en résulte des stimuli d'entraînement variables pour les articulations, les muscles et le tissu conjonctif.



- Matériaux de haute qualité - Les haltères Swing sont fabriqués à la main. La poignée des haltères est en bois massif et les granulés sont enveloppés d'un cuir véritable très fin. Les coutures sont faites de fil à coudre à la main spécial et ciré, qui résiste à la déchirure et ne peluche pas.
- Comme tour, étagère murale ou individuellement - Pour le rangement, les haltères Swing peuvent être accrochés à la tour d'entraînement Swing ou à l'étagère murale Swing. Ceux-ci offrent chacun de la place pour huit haltères. Un livre d'entraînement et des vidéos d'entraînement vous aident à effectuer correctement les exercices.

Le set complet comprend 8 haltères - composés de 2x2kg/2x4kg/2x6kg/2x8kg, la tour et 8 tableaux d'entraînement