



Sissel Pilates Toning Ball



Le complément idéal pour votre programme de tapis Pilates ! Les Toning Balls peuvent être intégrées dans de nombreux exercices Pilates. Les balles sont remplies de sable fin et sont très résistantes. Elles permettent de combiner idéalement l'entraînement de la force et de l'équilibre : Par exemple, les pompes deviennent plus difficiles, car les mains doivent maintenir l'équilibre sur les petites balles. De plus, à chaque mouvement, plusieurs groupes de muscles sont étirés et renforcés en même temps - on ne peut pas faire d'entraînement plus économique.

CHF 37.00

- différentes possibilités d'entraînement de différents groupes musculaires
- peuvent entraîner de manière ciblée les bras, les épaules et le haut du corps
- sans phtalates
- diamètre env. 9 cm
- couleur : bleu
- variantes de poids : 450g ou 900g (en set de 2)