Shark Fitness AG
Magasins à Wettingen (ZH)
et Wil (SG)

056 426 52 02
info@sharkfitness.ch
www.sharkfitness.ch

Fitwood Balance Board ALAVA blanc-liège

La planche d'équilibre ALAVA est un outil simple mais efficace qui vous permet d'améliorer la force de votre tronc, votre coordination et votre équilibre dans le confort de votre maison. Sa petite taille vous permet de l'emporter partout sans problème, et son beau design aux finitions soignées vous permet de l'avoir toujours à portée de main, car vous n'avez pas besoin de la cacher entre les séances d'entraînement.

CHF 199.00

La planche a été conçue pour l'entraînement de la maîtrise du corps et de la force. Une bonne maîtrise du corps réduit le risque de blessure et l'entraînement de l'équilibre peut contribuer à améliorer votre posture, à développer votre coordination et à favoriser la rééducation. Comme les exercices sont basés sur l'entraînement avec le poids du corps et qu'il existe d'innombrables possibilités d'augmenter le degré de difficulté, ALAVA convient aussi bien à toute personne souhaitant améliorer son équilibre qu'aux sportifs confirmés pratiquant des sports de glisse. En règle générale, plus le sol est dur, plus l'apprentissage est rapide. Nous recommandons donc de commencer votre entraînement de l'équilibre sur un tapis d'entraînement ou sur une autre surface un peu plus molle. ALAVA garantit plaisir et défi pour tous, quel que soit l'âge ou le niveau, mais soyez averti - l'équilibre sur la planche devient addictif dès que vous vous y mettez.

La planche d'équilibre ALAVA est fabriquée en bois de bouleau de haute qualité issu de forêts gérées durablement et est disponible en bouleau et en blanc. La planche est livrée avec un rouleau fixe en liège naturel qui peut également être utilisé comme rouleau de massage ou pour des exercices comme le Pilates. Pour éviter de glisser, nous vous recommandons d'utiliser la planche pieds nus ou avec des chaussures adaptées. Pour un meilleur maintien, vous pouvez également fixer à votre planche les bandes antidérapantes supplémentaires fournies dans l'emballage. La planche d'équilibre ALAVA peut supporter un poids allant jusqu'à 120kg (265lbs) et dispose de stoppeurs aux deux extrémités de la planche pour éviter qu'elle ne glisse du rouleau.

Veuillez noter que la Balance Board ALAVA de couleur bouleau a été traitée avec de la cire pure afin de renforcer la teinte claire naturelle du bois de bouleau.

La Balance Board ALAVA a été conçue en Finlande et fabriquée dans l'UE à partir de contreplaqué de bouleau issu de l'agriculture durable. Elle bénéficie d'une garantie de deux ans pour un usage privé.

Shark Fitness AG
Magasins à Wettingen (ZH)
et Wil (SG)

056 426 52 02
info@sharkfitness.ch
www.sharkfitness.ch

Dimensions : planche : L30x P80 x H2cm / rouleau : L35 x P10 x H10cm
Limite de poids : 120kg
Matériaux : planche en contreplaqué de bouleau, rouleau en liège
Âge recommandé à partir de 12 ans
Finition : blanc-liège