Sportastic

Schwungstab VIBESTICK

Artikel-Nr.: 1704001001

Produktbeschreibung:

Multifunktionelles Fitnessgerät für ein effektives Training der Tiefenmuskulatur.

Der schlicht aussehende **Schwingstab** ist **ideal für gesundes Kraft-, Ausdauer- und Koordinationstraining** und **aktiviert** dabei **auch** die **tiefer liegenden Muskeln!**

Der **Swingstick oder Vibrationsstab** fördert die Fettverbrennung, kräftigt Arme und Schultern und strafft gleichzeitig das Bindegewebe. Die Tiefenmuskulatur wird außerdem gestärkt. Besonders der Rücken und der Bauch profitieren von dem ungewöhnlich aussehendem Trainingsgerät.

Und so funktioniert das Schwingen des Vibesticks:

Haltet den **Schwingstab** mittig am Griff - je nach Übung mit einer oder zwei Händen. Anfänger halten den Schwungstab nah am Körper. Fortgeschrittene trainieren mit gestrecktem Arm. Die Handgelenke sind in neutraler Position, Ellenbogen fest, Schultern bleiben unten. Durch die eigene Körperkraft wird der Stab in Schwingung versetzt.

Durch diese Vibration kommt es zu unwillkürlichen Anspannungen der Muskeln, wodurch auch tief liegende Muskelpartien trainiert werden. Gleichzeitig werden Arm-, Schulter-, Bauch-, Wirbelsäulen- und Beinmuskulatur gekräftigt und die Körperhaltung verbessert.

Abwaschbare Kunststoffgriffe

Griffgröße:	**25,5 cm**
Länge:	**160 cm (inkl. Endstück)**
Gewicht:	**560 g**
Material:	**Stab/Griff: Glasfiber/Kunststoff**

Menge	**Stückpreis**
Einzelpreis	€ 29,00 *
ab 5	€ 25,00 *

*inkl. MwSt. zzgl. Versandkosten



Sportastic HandelsgmbH
Gewerbepark 73 -- 9710 Feistritz

Tel.: +43 (0) 4245 40000 Fax: +43 (0) 4245 40000 11
Mail: support@sportastic.com -- www.sportastic.com