Thera-Band Soft Wieght - balle de poids - Retout à la page d'accueil

0,5 kg - beige

Art: 579600 | Marque: THERA-BAND

Cayerimage or type unknown

Informations sur le produit

Les THERABAND SOFT WEIGHTS sont des balles de poids multifonctionnelles qui remplacent par exemple les poids, les haltères ou d'autres balles d'entraînement lestées.

- le poids des balles varie, tandis que le diamètre reste le même : 11,5 cm.
 - la prise en main reste donc identique même si le poids de la balle augmente.
- extérieur en vinyle souple, facile à saisir à une ou deux mains.
- les balles Thera-Band Soft **ne rebondissent pas**.
- lors d'exercices au-dessus de la tête ou en cas de chute d'une balle Soft Weight, il y a moins de risques de blessures, de lésions ou de dommages que, par exemple, avec un haltère.

MULTIFONCTIONNEL

- largement utilisés par les **kinésithérapeutes**, les entraîneurs personnels, dans les salles de sport et à la maison.
- améliorent et entraînent équilibre, force, stabilité, mobilisation, coordination et endurance, tant pour le haut que pour le bas du corps.
- également pour l'exercice des **articulations**, l'amplitude des mouvements, la flexibilité et la force du tronc (core).
- idéal pour le renforcement et la **rééducation des épaules**, en particulier lors de l'utilisation d'un rebondisseur ou d'un mini-trampoline dans le cadre d'un entraînement pliométrique.

DIFFÉRENTS POIDS

- **1**. beige 0,5 kg.
- 2. jaune 1,5 kg.
- 3. rouge 1,5 kg.
- 4. vert 2 kg.
- 5. bleu 2,5 kg.
- 6. noir 3,0 kg.)