

Link do produktu: <https://kinesis.com.pl/airstep-wielofunkcyjne-urzadzenie-typu-bosu-p-263.html>

AIRSTEP – wielofunkcyjne urządzenie typu BOSU



Numer katalogowy	airstep
Kod producenta	airstep
Producent	BOSU

Opis produktu

Bosu jest unikalnym przyrządem do treningu sportowego oraz terapii i rehabilitacji. Łączy właściwości piłki gimnastycznej i stepu w jednym przyrządzie. Jedną stroną Bosu stanowi gumowa kopuła, która ugina się przy każdym ruchu ćwiczącego, zapewniając przy tym niestabilne podłoże. Druga strona to płaska i sztywna platforma zapewniająca stabilność oraz łatwą zmianę ułożenia dzięki ergonomicznym uchwytom.

W treningu sportowym i fitness Bosu daje nieograniczone możliwości zastosowania - można go wykorzystać podczas zajęć i treningu każdego typu, dodatkowo można ćwiczyć na dwóch lub więcej przyrządach jednocześnie, w dowolnym tempie i dowolnych pozycjach. W rehabilitacji znajduje zastosowanie w treningu proprioceptywnym, równoważnym, koordynacyjnym, wzmacniającym osłabioną siłę mięśniową, w korekcji wad postawy, rehabilitacji tułowia, kończyn dolnych i górnych (po skręceniach, zwichnięciach, złamaniach). Doskonale spisuje się w rehabilitacji sportowców lub osób prowadzących aktywny tryb życia oczekujących szybkiego powrotu sprawności fizycznej.

Średnica 62cm.