

Flowin Pro - 138 x 98 cm

gymna

Art: 575705 | Marque: [FLOWIN](#)



Informations sur le produit

Flowin® est un concept qui utilise la **friction** entre une plaque lisse et des patins pour les mains, les genoux et les pieds.

À l'aide de ces patins, **des mouvements fonctionnels** sont réalisés sur la plaque. Les **muscles 'core' se stabilisent** afin de maîtriser les mouvements et garantir la sécurité.

Cette méthode d'exercice **totale**ment sûre convient à **tous les groupes cibles**, qu'il s'agisse de patients en rééducation ou d'athlètes de haut niveau.

- La **résistance** est tout d'abord déterminée par la pression ou le poids du corps sur les patins.
 - Elle peut varier de très légère à l'arrêt de mouvement pratiquement complet.
- Vous pouvez également varier l'entraînement de friction **en utilisant des modèles de mouvements, des points de contact, des vitesses et des amplitudes de mouvement différents**.
 - Le poids utilisé et le nombre de répétitions ne déterminent pas à eux seuls l'intensité de l'entraînement.
- Les objectifs de cet entraînement de friction sont notamment :
 - accroître la stabilité, la mobilité, la force, l'équilibre et la vitesse.

Un set de 5 patins est livré avec chaque Flowin

- 2x pour les mains,
- 2x pour les pieds,
- 1x pour les genoux.

Pour des commandes ultérieures voir [art. 575717](#).

Toutes les plaques Flowin® se nettoient facilement et conservent même leur capacité de glisse après une utilisation intensive et de longue durée.