

Link do produktu: <https://www.matmati.pl/pilka-ufo-p-968.html>



PIŁKA UFO

Cena brutto	790,00 zł
Cena netto	642,28 zł
Dostępność	Dostępny
Czas wysyłki	48 godzin
Numer katalogowy	0968
Kod producenta	HAP40535

Opis produktu

PIŁKA UFO

Przyrząd gimnastyczny w kształcie półkuli z podstawą o śr. 60 cm struktura powłoki piłki sprawia, że ciało nie ślizga się po jej powierzchni.

Wypukła strona urządzenia stanowi rodzaj pneumatycznej kopuły pracującej (uginającej się) przy każdym ruchu ćwiczącego, druga płaska strona jest sztywną platformą.

Podstawowym elementem jest **trening równowagi** ćwicząc na jednej jak i drugiej stronie nadaje się zarówno do ćwiczeń statycznych, jak i dynamicznych oraz takich, które poprawiają balans ciała. Ma również duży wpływ na **stabilizację tułowia**.

Można ćwiczyć klęcząc, siedząc, leżąc, z linkami lub bez. Efektywnie aktywizuje mięśnie posturalne, dzięki czemu użytkownik nie tylko poprawia swoją wytrzymałość, ale również koryguje ewentualne wady postawy.

Wiek: 3+
Średnica podstawy: 60 cm.

ĆWICZENIA SIŁY I RÓWNOWAGI

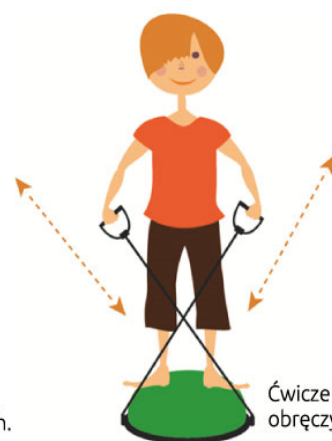


Wzmocnienie mięśni
pośladkowych i ud.

*Wykonuj przysiady
na piłce lub skłony
tutowia do przodu.*



Stabilizacja i wzmocnienie mięśni okółokręgosłupowych.



Ćwiczenie mięśni
obróczy barkowej.

