



PRODOTTO:

Wellness Ball - Active Sitting

BRAND:

Technogym

Utilizzare Wellness Ball Active Sitting durante l'orario di lavoro, a casa o in qualsiasi altra situazione in cui sei seduto, ti permette di assumere una postura sempre corretta prevenendo problemi alla schiena e migliorando, al contempo, il tuo stato di salute.

Questa seduta dinamica, infatti, consente di eliminare una delle principali cause di dolore lombare: il mantenimento per lunghe ore di una posizione statica.

Con questo attrezzo la schiena esegue una serie di micromovimenti capaci di migliorare l'azione di stabilizzazione della colonna vertebrale svolta dai muscoli addominali e lombari, i cosiddetti CORE muscles. Ed è la stessa Ball, in quanto seduta dinamica, a indurirti ad assumere la posizione corretta per ottenere questi benefici.

Wellness Ball Active Sitting ti permette inoltre di eseguire senza fatica e in poco spazio esercizi di allungamento, potenziamento muscolare, tonificazione e stretching.

Galleria



Galleria

