

ВИБРОПЛАТФОРМА

помогает провести отличный вибромассаж и силовую тренировку одновременно.

Преимущества использования вертикальной виброплатформы :

- ◇ быстро и легко обрести хорошую физическую форму и красивую фигуру
- ◇ устранить и предупредить образование подкожного жира и улучшить обмен веществ всего организма
- ◇ нагрузить полностью все мышцы тела и получить максимальную пользу от упражнений и укрепить все системы организма в целом.
- ◇ корректирует фигуру и способствует похудению
- ◇ вернуть и сохранить эластичность кожи, избавиться от целлюлита в проблемных зонах
- ◇ 1 занятие на виброплатформе заменяет:
 - ◇ одну тренировку в гимнастическом зале с упражнениями на тренажерах.
 - ◇ двум часам игры в теннис
 - ◇ одному часу качания пресса с нагрузкой на ноги плюс двадцати минутам качания пресса на коврике
 - ◇ двум часам физических нагрузок, например, быстрый бег
 - ◇ двум часам укрепляющих упражнений

