

Link do produktu: <https://reha24.pl/timago-kijki-trekkingowe-w-pokrowcu-raczka-plastik-p-1825.html>



TIMAGO Kijki trekkingowe w pokrowcu rączka plastik

Cena	78,00 zł
Dostępność	Dostępny
Czas wysyłki	48 godzin
Numer katalogowy	03142

Opis produktu

Kijki trekkingowe w pokrowcu

Trekkingowe kijki do uprawiania nordic walking i trekkingu wysokiej jakości lekkie, aluminiowe rurki duży zakres regulacji wysokości 65 - 135 cm ergonomiczne uchwyty plastikowo korkowy nowoczesny wygląd pokrowiec zamienne końcówki standardowe (para) system amortyzacji Anti-Shock z blokadą waga 0,3 kg Sposób dopasowania długości: Długość kija = wzrost w [cm] x 0,7 Przykład: Wzrost 185 cm x 0,7 = długość kija 130 cm

Technika NORDIC WALKING została wprowadzona w lata 70 poprzedniego wieku przez finlandzkich narciarzy, którzy w ten sposób przygotowywali się do sezonu zimowego.

Jest to spacer przy użyciu specjalnych kijków. Prosty i bezpieczny przez to dostępny dla każdego bez względu na wiek i miejsce.

ZALETY NORDIC WALKING:

- wzmocnienie kondycji
- wzmocnienie mięśni kończyn górnych
- wzmocnienie mięśni kończyn dolnych
- wzmocnienie mięśni tułowia
- przyspieszenie spalania kalorii o 40%
- wzmocnienie mięśnia sercowego
- zmniejszenie obciążenia stawów i kręgosłupa
- poprawa ruchomości stawów
- zmniejszenie napięcia mięśniowego szyi
- wzrost produkcji endomorfina czyli szczęście

DLA KOGO JEST NORDIC WALKING:

- dla wszystkich
- dla zestresowanych
- dla osób z chorobami krążenia kończyn dolnych
- dla osób zagrożonych chorobami serca
- dla osób po kontuzjach - dokonała rehabilitacja
- dla osób z nadwagą
- dla osób z wadami postawy