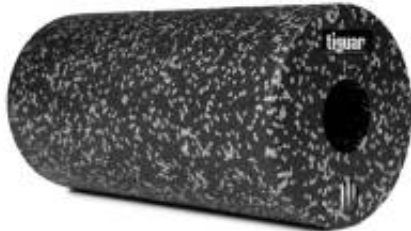


Dane aktualne na dzień: 03-12-2022 17:17

Link do produktu: <https://www.sklep.ekspertfitness.com/tiguar-f-roller-30-15-cm-h-p-873.html>

tiguar fascia roller 30/15 cm (H)



Cena	99,00 zł
Dostępność	Dostępny
Czas wysyłki	24 godziny
Numer katalogowy	TI-FR002
Kod EAN	5902860490272
Producent	tiguar

Opis produktu



Wysokiej jakości roller tiguar fascia o gładkiej powierzchni i o optymalnym, bardzo wygodnym rozmiarze 30 x 15 cm, przeznaczony jest do automasażu dużych grup mięśniowych – z jego pomocą wykonasz skuteczną sesję rolowania pleców oraz nóg.

Rolka w tym rozmiarze dostępna jest w dwóch stopniach twardości – Medium (M) oraz Hard (H). Roller tigrar Medium to uniwersalny sprzęt, który może być stosowany zarówno przez osoby doświadczone w rozluźnianiu napięcia mięśniowo-powięziowego, jak i przy zachowaniu odpowiedniej ostrożności przez osoby rozpoczynające swoją przygodę z rolowaniem. **Po rolkę tigrar Hard o dużej twardości, gwarantującą bardzo intensywny automasaż, powinny sięgać natomiast osoby posiadające już doświadczenie w sesjach treningowych tego typu.**

Wiele korzyści rolowania

Profesjonalne rollery tigrar wykonane są z wysokiej jakości pianki EPP, gwarantującej im wieloletnią trwałość, odporność na intensywne użytkowanie i mogące powstawać w jego wyniku odkształcenia. Dzięki temu wybierając nasz roller możesz cieszyć się korzyściami płynącymi z rolowania przez lata.

Rolowanie to technika automasażu, którego jednym z podstawowych celów jest rozluźnienie tkanki łącznej i powięzi. W ostatnim czasie ten sposób autoterapii nie bez przyczyny zdobywa coraz większą popularność, wychodząc ze świata profesjonalnego sportu i docierając do każdej osoby, która po prostu chce poruszać się bez bólu oraz do osób chcących zwiększyć efektywność swoich treningów. Bo dzięki rolowaniu zarówno lepiej się do nich przygotujesz, jak i zadbasz o lepszą regenerację po oraz okołotreningową. Z odpowiednią wiedzą na temat rolowania i naszym sprzętem, zwiększysz możliwości swojego ciała!

Aktywuj się do treningu i regeneruj z rolką tigrar

Roller może być stosowany zarówno przed treningiem do początkowego rozgrzania mięśni, jak również po treningu w celu zlikwidowania napięcia mięśniowo-powięziowego. Ten praktyczny i atrakcyjny wizualnie przybór przeznaczony jest do pracy własnej podczas treningów indywidualnych oraz zajęć grupowych. Prozdrowotne korzyści rolowania doceniają profesjonalni sportowcy i świadomi amatorzy, trenerzy i fizjoterapeuci, dlatego rollery tigrar to niezbędne wyposażenie siłowni, klubów fitness, studiów treningu, klubów sportowych, gabinetów fizjoterapii oraz domowej siłowni każdej aktywnej osoby.

Zastosowanie

- automasaż mięśniowo-powięziowy
- mobilizacja przed treningiem
- regeneracja po treningu

Mocne strony

- bardzo duża trwałość
- lekkość
- nie chłonie potu
- dostępne dwa stopnie twardości

Ważne informacje

- Średnica – 15 cm
- Długość – 30 cm
- Waga: 0,28 kg
- Tworzywo: pianka EPP
- Roller MEDIUM i HARD różnią się między sobą kolorem. Roller MEDIUM: czarno-biały. Roller HARD: czarno-szary.

Okres gwarancji: 12 miesięcy

W trakcie użytkowania

Przechowywać z dala od promieni UV, rozpuszczalników organicznych i nieorganicznych. Po użyciu dobrze jest przetrzeć roller wilgotną ściereczką i odłożyć do wyschnięcia w przewiewnym miejscu.

Jak ćwiczyć z rollerem fascia? Obejrzyj film z ćwiczeniami!

Rekomendacja profesjonalisty



Niezbędnik każdego sportowca - rozgrzewka, rozluźnienie, niwelowanie bólu wynikającego z napięć mięśniowych. Do tego solidnie wykonane, przyjemne w dotyku. Mam, używam i serdecznie polecam.

ROBERT AUGUSTYN

trener GT, trener personalny OMTC



Uważam, że roller i duoball to must have osób prowadzących siedzący tryb życia. Regularnie ich używam, kiedy czuję dyskomfort i bolesność w plecach po całym dniu siedzenia przed komputerem lub kiedy chcę rozluźnić mięśnie grzbietu po treningu.

KINGA SOKÓŁ

trener personalny OMTC, instruktor fitness, dietetyk kliniczny