Cvičenie s MoVeS

Posilňovacie gumy
Tubing

eureko
rehabilitácia • wellness • masáž

Eureko SK, s.r.o. | Prešov | Slovenská republika

eureko
rehabilitácia • wellness • masáž

Zákaznícky servis

Mobil

+421 907 977 203

+421 944 364 624

Online

www.eureko.sk

E-mail

obchod@eureko.sk

Adresa prevádzky

Eureko SK, s.r.o.

Urbánkova 12

080 01 Prešov

Slovenská republika

Otváracie hodiny

Pondelok – Piatok: 8:00 - 16:00

MoVes - líder v inováciách

MoVeS je značka kvalitných posilňovacích gúm vyrobených z prírodného latexu s nízkym obsahom púdru a s ochranou Snap-Stop®.

Sú vyrábané v Malajzii, ktorá je jedným z celosvetových lídrov vo výrobe prírodného latexu.

Prednosti posilňovacích gúm MoVeS:
- sú bez púdru
- majú nízku hladinu bielkovín
- majú ochranu Snap-Stop®

Čo znamená, že sú posilňovacie gumy MoVeS bez púdru a s nízkou hladinou bielkovín?
Z obavy z podráždenia alebo nepohodlia pri cvičení spôsobenej prítomnosťou púdru alebo bielkovín v prírodnom latexe, vyvinul MoVeS posilňovacie gumy s nízkym obsahom bielkovín a bez prítomnosti púdru. MoVeS tým dosiahol minimálne možné spôsobenie alergických reakcií a nepríjemného pocitu z prítomnosti jemného púdru, ako ste zvyknutý pri bežných cvičebných gumách. Množstvo použitého púdru je pod limitom 2 mg/dm², vďaka čomu sú oficiálne MoVeS bez púdru.

Prečo je tak dôležitý nízky obsah bielkovín a žiadna prítomnosť púdru?
Najčastejšie alergie na latex sú spôsobené prítomnosťou rastlinnej bielkoviny vyskytujúcej sa v prírodnom kaučuku.
Dôkladným pracím procesom sú pri výrobe odstránené všetky púdre a latexové proteíny, ktoré by mohli na gume zostávať. Tým sa maximálne redukuje riziko vzniku alergénov.
Guma nelepí, aj keď je bez púdru. Špeciálny sušiaci postup pri výrobe zaisťuje, že časti gumy sa k sebe nelepia, aj keď neobsahujú púder.

Čo znamená ochrana Snap-Stop®?



Snap-Stop® znamená Stop praskaniu = cvičiť bezpečnejšie.

Táto špeciálna vlastnosť (Snap-Stop®) posilňovacích gúm zamedzuje náhlemu roztrhnutiu gumy počas cvičenia, a to aj vtedy keď je guma natrhnutá alebo prepichnutá.

Počas cvičenia je posilňovacia guma vystavená extrémnej záťaži a aj malé natrhnutie gumy spôsobí nepríjemnosti. Cvičebné gumy MoVes sú jedinečné v tejto oblasti. Vďaka rozsiahlemu výskumu a vývoju sa dosiahol inovatívny výrobný proces, čoho výsledkom je, že guma s obsahom latexu sa nepretrhne ani pri vystavení extrémnej záťaži. Samozrejme úplnú spokojnosť a spoľahlivosť s používaním cvičebných gúm MoVeS dosiahnete za predpokladu, že cvičebné gumy nie sú veľmi staré a neboli vystavované nadmerným vplyvom tepla, chladu a UV žiarenia.

Posilňovacie gumy - Tubing

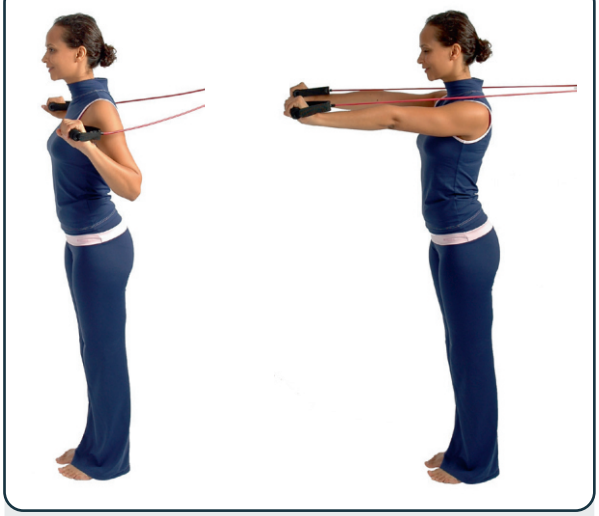
Posilňovacie gumy používajte len po konzultácií s vyškoleným zdravotníckym pracovníkom.

Diagonal Switch



Uchyťte tubing vo výške hlavy. Dobrou voľbou je uchytenie do dverí prostredníctvom úchytky na dvere tak, že cez úchyt prevlečiete tubing s madlami. Postavíte sa bokom k miestu uchytenia tubinku, a vytáčate sa zhora nadol smerom von od miesta uchytenia tubingu.

Tlačenie vpred



Tubing ukotvite za seba vo výške remien. Dobrou voľbou je uchytenie do dverí. Tlačte madlá smerom dopredu, až do úplného natiahnutia rúk. Vráťte do pôvodnej pozície a opätovne opakujte.

Naťahovanie dozadu



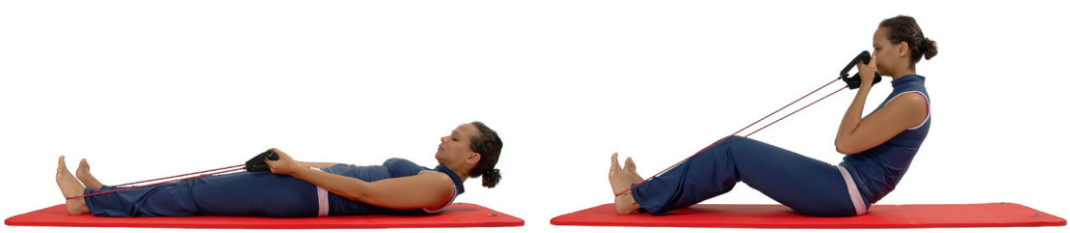
Držte madlá v oboch rukách a postavte sa na stred tubingu. Zodvihnite ruku do vodorovnej polohy s miernym vytočením tela dozadu. Tento krok opakujte s každou rukou.

Ťahanie nadol



Uchyťte tubing pred seba vo výške hlavy. Dobrou voľbou je uchytenie do dverí prostredníctvom Úchytky na dvere pre posilňovacie gumy tak, že cez úchyt prevlečiete tubing s madlami. Ťahajte madlá smerom nadol a za seba.

Sed - ľah



Ľahnite si na zem, a tubing si prevlečte cez chodidlá. Zľahka sa posaďte tak, aby ste mali kolená mierne pokrčené. Jemne stiahnite brucho a madlá ťahajte k brade.



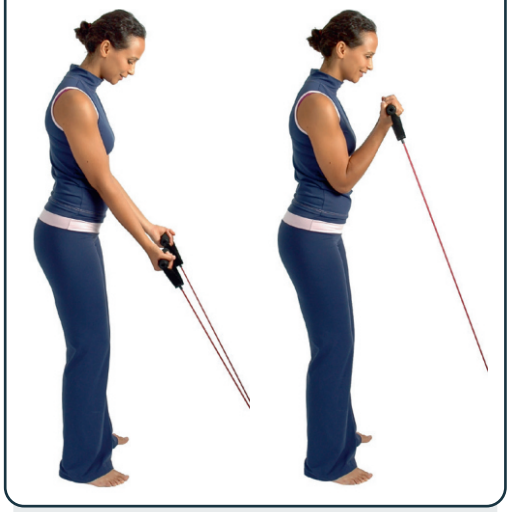
Posilňovacie gumy - Tubing

Noha vpred, priťahovanie ramien



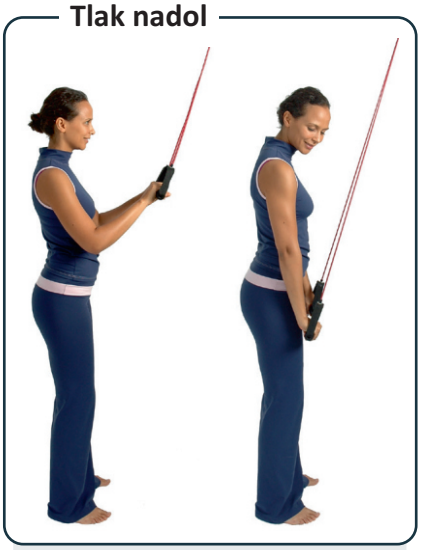
Jednou nohou zašľapnite stred tubingu. Oboma rukami držte madlá. Následne priťahujte lakte k hrudi.

Priťahovanie ramien



Uchyťte tubing pred seba dole pri podlahe. Dobrou voľbou je uchytenie do dverí prostredníctvom úchytky na dvere tak, že cez úchyt prevlečiete tubing s madlami. Oboma rukami držte madlá. Následne priťahujte lakte k hrudi.

Tlak nadol



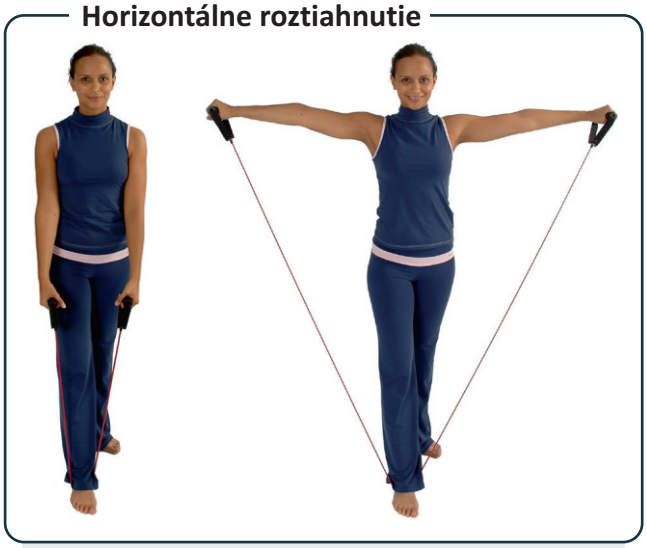
Uchyťte tubing vo výške hlavy. Dobrou voľbou je uchytenie do dverí prostredníctvom úchytky na dvere tak, že cez úchyt prevlečiete tubing s madlami. Oboma rukami držte madlá a tlačte ich smerom k nadol k sebe, až kým nebudú ruky vystreté.

Backward Curl



Jednou nohou zašľapnite tubing v ¼ jeho dĺžky. Oboma rukami držte madlá. Následne priťahujte lakeť zospodu smerom mierne za seba.

Horizontálne roztiahnutie



Jednou nohou zašľapnite stred tubingu. Oboma rukami držte madlá. Následne ruky odťahujte od seba do horizontálnej polohy.



Posilňovacie gumy používajte len po konzultácií s vyškoleným zdravotníckym pracovníkom.



eureko

rehabilitácia • wellness • masáž

Eureko SK, s.r.o. | Prešov | Slovenská republika