# ViPR - tube d'entraînement - 2kg

Art: 586302 | Marque: ViPR

## Informations sur le produit

**Vitalité. Performance. Reconditionnement.**

Le ViPR est un **tube creux en caoutchouc** muni de différentes **poignées** qui permet d'effectuer des exercices avec différentes prises.Le ViPR a été conçu dans le but spécifique de faire bouger le corps en trois dimensions tout en ajoutant un poids supplémentaire, ce qui améliore la **vi**talité, la **p**erformance et le **r**econditionnement.

Cela permet d'améliorer la vitalité, les performanceset le reconditionnement. Le ViPR introduit ainsi un nouveau concept dans la rééducation et la préparation sportive : **l'entraînement par mouvements chargés.** L'entraînement par mouvements chargés **combine des modèles de mouvements orientés vers la tâche avec un entraînement par résistance**. En ajoutant du poids aux mouvements, le corps bénéficie d'un double avantage : ton patient apprend à mieux bouger et devient en même temps plus fort et plus en forme. Chaque exercice devient un exercice de base ainsi qu'un exercice de force et un mouvement d'agilité.

Les avantages de l'entraînement par mouvements chargés sont les suivants :

- L'intégration de différents systèmes physiologiques tels que les muscles, les fascias, les tissus conjonctifs, les nerfs et la peau.
- Réduire les charges lourdes sur les poids et les muscles.
- En bougeant en 3D=amélioration de la stabilité, de l'équilibre, de la mobilité, de la force et de la puissance.
- Variation continue d'un mouvement à travers différentes directions, distances et vitesse d'un mouvement dans une même série.

- Entraînement aux AVQ ou entraînement spécifique à un sport.

## Spécifications

- Dimensions:
  2kg : longueur 74 cm | Ø 10 cm.
  4kg : longueur 107 cm | Ø 12,5 cm.
  6kg : longueur 107 cm | Ø 13,5 cm.
  8kg : longueur 107 cm | Ø 14 cm.

- Le ViPR (léger) est également idéal pour les personnes âgées, les femmes enceintes et les enfants.
- Ces modèles VGF (ViPR GROUP FITNESS) sont fabriqués en caoutchouc TPE entièrement recyclable.