



Productinformatie

Lichtgewicht BLACKROLL MED foamrol van 30 cm lang en een diameter van 15 cm. Met behulp van uw eigen lichaamsgewicht kan deze massagerol gebruikt worden voor massage zonder de tussenkomst van een therapeut. Makkelijk te reinigen met een vochtige doek en door zijn thermische karakteristieken steriliseerbaar tot een temperatuur van 110°C. De massagerol kan gebruikt worden voor volgende doeleinden:

- Mobilisatie en relaxatie van spieren m.b.v. myofasciale release technieken
- Actieve regeneratie en verbetering van circulatie
- Vermindering van spierspanning en stijfheid
- Cellulitis-behandeling
- Lymphedrainage
- Als accessoire bij Pilates-oefeningen
- Evenwichtsoefeningen

Wordt geleverd met een instructieboekje en oefenvoorbeelden