

Efficace

POWER PLATE MOBILE

Avec la Power Plate Mobile, renouer avec le sport devient un jeu d'enfant! Utilisée tous les jours pendant seulement 10 minutes, cette plate-forme vibrante, qui prend très peu de place, permet de tonifier sa silhouette pour mincir et se raffermir. Elle sollicite rapidement et efficacement l'ensemble des muscles du corps. Les contractions musculaires "réflexe" ainsi provoquées ont une intensité 3 fois supérieure à celle d'une contraction musculaire normale. Résultat? Une optimisation des



exercices (courts et simples) de renforcement, de gainage et de tonification. Preuve de son efficacité, les courbatures que l'on ressent après utilisation. Raison de plus pour ne pas zapper les étirements à chaque fin de séance! ●
www.power-plate.fr

