

Power Plate & La coupe du monde de Rugby



Los Pumas
et la Power Plate

Dans le monde entier, les athlètes et les équipes sportives s'entraînent sur Power Plate afin d'obtenir l'avantage qui fera la différence en compétition.



La coupe du monde de Rugby 2011 se déroule actuellement en Nouvelle Zélande, les Pumas d'Argentine se sont entraînés sur Power Plate pour être au meilleur de leur forme lors de l'évènement.

Cela leur a déjà réussi car ils ont battu la Roumanie 43 à 8, le 17 Septembre dernier, et se préparent à jouer l'Ecosse le 25 Septembre.

Retrouvez leur préparation en vidéo sur notre page

Youtube PowerPlateFr

Les Pumas ne sont pas les premiers rugbymen convertis à la Power Plate. En effet, au Royaume Uni, l'équipe des Wigan Warriors utilise la pro5 HP™ (spécialement conçue pour les athlètes de haut niveau) depuis 2010. Cette année, ils ont remporté la prestigieuse compétition de rugby la « Carnegie Challenge Cup » qui dure 8 mois et regroupe toutes les équipes de tous les niveaux. Selon Mark Bitcon, le directeur des sciences du sport des Wigan Warriors, «les bénéfices de l'utilisation de la machine sont évidents pour tous et c'est un outil dont tous les clubs de rugby devraient tirer avantage». Message déjà entendu par les français, qui utilisent la machine, notamment dans le célèbre club de Clermont Ferrand.

D'un bout à l'autre de la planète, les stars et les athlètes pratiquent la Power Plate... et vous ?

