



Reportage dans L'EQUIPE Nouvelle Power Plate Série 7

Une journaliste du site L'EQUIPE [ilosport](http://ilosport.com), a réalisé un reportage vidéo sur la toute nouvelle Power Plate Série 7.

Le site de L'EQUIPE, c'est en moyenne **5 millions de visiteurs uniques par mois** (Source : Médiamétrie).

Pour voir le reportage :
powerplate.fr/pro7-power-plate.php#reportagetv



" Avec la Série 7, vous travaillez la force, l'explosivité, la souplesse "

Travail complet avec la Série 7

Frédéric, coach sportif de la salle présente la Série 7 : Une séance de Power Plate, « *c'est une séance de renforcement musculaire. On peut travailler la force, l'explosivité, la souplesse. D'un client à l'autre les séances seront différentes.* »

Lors d'une séance pour découvrir la Power Plate Série 7, vous travaillez toutes les parties du corps : « *les cuisses, les fessiers, les abdos, les dorsaux, les biceps... les membres inférieurs et les membres supérieurs.* »

En effet, la Série 7 est équipée d'un plateau plus larges, de câbles extensibles jusqu'à 2 mètres et d'un coach virtuel intégré. La machine est capable d'augmenter l'intensité des exercices en fonction de l'évolution de son utilisateur !

Rendez-vous sur Powerplate.fr pour en savoir plus sur la Power Plate Série 7 :
www.powerplate.fr/pro7-power-plate.php

La journaliste témoigne

La journaliste du magazine Ilosport (L'Equipe), témoigne après son entraînement :

« *Bilan de cette séance : je suis épuisée, j'ai travaillé les abdos et les jambes comme jamais en salle de muscu. Je conseille donc le Power Plate à toutes les personnes qui n'ont pas trop de temps et qui veulent travailler efficacement.* »



Rendez-vous sur le site de L'Equipe :
www.ilosport.fr/musculation/videos/on-a-teste-pour-vous-la-power-plate-7