Robbie Lawler, champion de MMA

Power Plate et rééducation après une chirurgie

Robbie Lawler est un américain de 36 ans qui pratique le MMA (arts martiaux mixtes). Ancien champion de l'UFC dans la catégorie des *werlterweight* (poids mi-moyen), il est considéré comme le combattant ayant reçu le plus de frappes significatives en cinq ans, soit plus de 950 frappes absorbées en douze combats.

Avec un palmarès professionnel de vingt-huit victoires dont vingt par KO (contre onze défaites) et treize victoires en UFC (contre cinq défaites), Robbie Lawler a effectué son dernier combat en décembre 2017. Il affrontait le brésilien Rafael Dos Anjos. Un combat acharné de cinq rounds pendant lesquels il recevra plus de 172 frappes et finira par perdre sur décision des juges.

Rééducation avec Power Plate

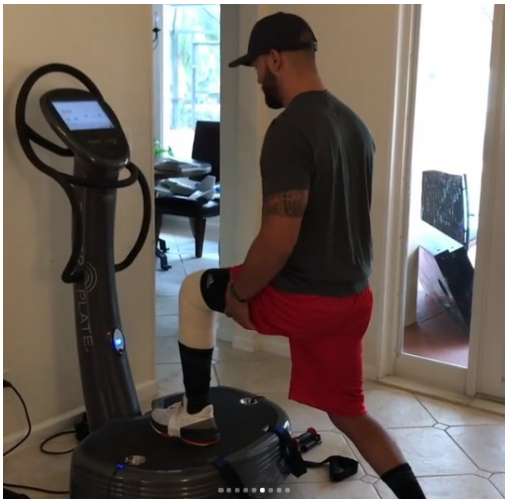
En janvier 2018 il subissait une opération du genou gauche. Quelques jours plus tard il publiait plusieurs photos et vidéos de sa rééducation sur Power Plate Série 7 (modèle avec coach virtuel intégré).

"*At home working some with my #powerplate. 22 days since my surgery.*"

A la maison en train de travailler avec ma Power Plate. 22 jours depuis ma chirurgie.

Retrouvez la publication de Robbie Lawler sur son compte Instagram : www.instagram.com/p/BeqzqUdFyvD/

Squats, fentes, pont fessier et même un massage des quadriceps sont à l'honneur !



Études scientifiques :
Les résultats d'une dizaine d'études sur l'utilisation de la Power Plate en rééducation après chirurgie sont disponibles sur le portail www.power-plate.fr :
www.power-plate.fr/etudes-scientifiques.html#reeducation

En savoir plus sur la My7 :
www.power-plate.fr/my7-particulier.html