



Collezione Home Fitness 2009/10

www.gymstick.it

Azzurra Gymstick Italia presenta la collezione : Gymstick Home Fitness 2009/10 .

Abbiamo selezionato per voi una serie di piccoli attrezzi di qualità e di facile utilizzo ideali per l'allenamento quotidiano a casa .

La caratteristica principale della nostra collezione è che ogni attrezzo **include un DVD dimostrativo** con il quale è possibile, non solo visionare gli esercizi consigliati , ma soprattutto eseguirli nella maniera corretta.

Un allenamento costante con i nostri prodotti migliora la flessibilità e la tonicità muscolare, la postura , l'equilibrio e la coordinazione dei movimenti, favorisce la diminuzione della massa grassa oltre a garantire uno stato di benessere e relax per tutto il corpo.

Per maggiori informazioni sulla Collezione Home Fitness ed ordini si prega di scrivere a info@gymstick.it

Buon Divertimento!

PILATES SET : COD . 62001



Il Pilates set è un perfetto compendio di piccoli attrezzi per il tuo allenamento Yoga e Pilates a casa. Ideale per migliorare la forza, la flessibilità , l equilibrio e la postura.

Grazie ai 3 DVD inclusi potrai eseguire gli allenamenti in maniera semplice e confortevole.

Il set include:

3 DVD workout (Body Ball + Exercise Mat + Exercise bands)

1 Body Ball da 65 cm, 1 materassino yoga, 1 banda elastica pilates , yoga strap , pompa manuale , tabella esercizi .

Prezzo al pubblico : Euro 59.90 + spese di spedizione . Per ordini : info@gymstick.it

MATERASSINO PER ESERCIZI A CORPO LIBERO : COD. 62007



Morbido materassino per ginnastica ed esercizi a corpo libero .Perfetto per allenamento pilates , assorbe e distribuisce in modo ottimale la pressione esercitata dal peso del corpo.

Include : 1 materassino , 1 custodia , 1 DVD workout , 1 tabella con esercizi .

Prezzo al pubblico : Euro 29.90 + spese di spedizione in contrassegno . Per ordini :

info@gymstick.it

PILATES RING : COD. 62005



Con Pilates Ring si possono effettuare esercizi di tonificazione e propriocezione; può essere utilizzato in sessioni di Pilates o insieme alla GymBall per aumentare la difficoltà di esecuzione di numerosi esercizi.

Un corretto utilizzo stimola i muscoli del torace, delle braccia e delle gambe ed aiuta a migliorare la mobilità della colonna vertebrale.

Include : Pilates Ring ,1 tabella esercizi ,1 DVD workout

Prezzo al pubblico : Euro 29.90 + spese di spedizione in contrassegno. Per ordini : info@gymstick.it

BODY BALL : COD. 62009 (55cm) 62010 (65cm) 62011 (75cm)



Body Ball è una palla psicomotoria disponibile in diverse diametri per adattarsi all'altezza della persona e all'utilizzo desiderato. Ideal per Pilates , allevia stress e tensioni . Può anche essere usata semplicemente come seduta, in modo da aiutarvi a mantenere in posizione corretta la vostra schiena. Realizzata con materiale antiscoppio.

Include : 1 Body Ball , 1 pompa manuale , 1 tabella esercizi , 1 DVD workout .

Prezzo al pubblico : Euro 29.90 + spese di spedizione in contrassegno. Per ordini : info@gymstick.it

PILATES ROLLING BALL : COD 62004



Pilates rolling ball puo' essere utilizzata, per differenti esercizi fisici. Nell'attività del Pilates e Yoga, spesso viene usata per sdraiarsi sopra, supini o a bocconi, e scorrendo lentamente avanti e indietro si va ad agire sulla colonna vertebrale, migliorandone la flessibilità. La sfera vi aiuterà anche a tonificare i muscoli, a sciogliere le articolazioni e a sviluppare gli addominali. Grazie alle piccole testine, che ricoprono l'intera struttura sferica, potrete godere di un piacevole massaggio. Realizzata con materiale antiscoppio.

Include : 1 Pilates rolling ball diametro 20cm, pompa manuale, tabella esercizi , 1 DVD workout

Prezzo al pubblico : Euro 22.90 + spese di spedizione in contrassegno. Per ordini : info@gymstick.it

EXERCISE ROLLER: COD 62014



Attrezzo utilissimo per l'allenamento dei muscoli della sezione addominale e per rinforzare e tonificare i muscoli delle braccia , delle gambe e dei glutei .

Include : 1 exercise roller , tabella esercizi , 1 DVD workout

Prezzo al pubblico: Euro 29.90 + spese di spedizione in contrassegno.Per ordini : info@gymstick.it

ROWING EXERCISER/VOGATORE : COD 62006



Ideale per condizionamento muscolare e allenamento aerobico. Aiuta a rafforzare i muscoli paravertebrali , delle gambe, addominali e delle braccia.

Include : 1 Rowing exerciser , tabella esercizi , 1 DVD workout

Prezzo al pubblico: Euro 29.90 + spese di spedizione . Per ordini : info@gymstick.it

JUMP ROPE : COD 62018



Se siete alla ricerca di un esercizio semplice, che faccia bruciare molte calorie rapidamente e che non richieda un costosa attrezzatura, il salto con la corda può essere la soluzione. Saltare con la corda fa bruciare fino a 200 calorie in 15 minuti , migliora la coordinazione e aumenta la capacità polmonare e la resistenza cardiaca.

Include : 1 Jump Rope , tabella esercizi , 1 DVD workout

Prezzo al pubblico : Euro 19.90 + spese di spedizione in contrassegno. Per ordini : info@gymstick.it

DOOR GYM : COD 62002



Door Gym consiste in bande elastiche ancorabili ad un supporto fisso quale puo' essere una semplice porta di casa. Ideale per le gambe per aumentarne flessibilità e tono muscolare e per la diminuzione della massa grassa attorno ai glutei.

Include: 1 coppia Door Gym , tabella esercizi , 1 DVD workout

Prezzo al pubblico : Euro 29.90 + spese di spedizione in contrassegno. Per ordini : info@gymstick.it