

**Finalidade:**

Balance Board é um dispositivo desportivo e de treino portátil e versátil para o treino de equilíbrio e coordenação. Pode ser utilizado de várias maneiras para o treino físico geral, para complementar o treino, para fortalecer os músculos centrais, para melhorar a consciência corporal e para compensar a instabilidade. Seja para principiantes ou para atletas experientes. O Balance Board Plus proporciona uma variedade de programas de treino e fitness de uma forma simples e descomplicada.

**Características:**

Graças às pegadas integradas na parte inferior do Balance Board Plus, os exercícios podem ser realizados de forma mais eficiente sem reduzir a superfície de apoio por meio de furos de aderência.

- Pode ser facilmente transportado e levado para qualquer lugar. Assim pode fazer os seus exercícios em casa, no ginásio ou mesmo quando está em viagem.
- Material em Polietileno
- Pode transportar até 90kg de peso corporal

**Medida:** Diâmetro 40 cm x 7,5cm altura

**Cor:** Vermelho

**Lote:** Ver embalagem

**Data de produção:** Ver embalagem

**Regulamento:**

**Classificação:**

**Modelo:** 162.051

**Marca:** SISSEL

**Declaração de conformidade:**

**Fabricante:** SISSEL GmbH

**Morada do fabricante:**

Bruchstr. 48 67098 Bad Dürkheim Deutschland (Alemanha)

**Distribuidor:** Gerimais, Lda

**Morada do Distribuidor:** Rua Francisco Botão Pereira, nº 15, Zona Industrial Rio Maior - 2040-357 RIO MAIOR - qualidade@gerimais.com.

**Manutenção e armazenamento:**

O Sissel Balance Board Plus pode ser limpo limpando com um pano macio e água morna com um detergente suave. Depois enxugar com um pano macio. Se necessário, pode ser desinfetado com um desinfetante comercial à base de álcool. É melhor guardar o Sissel Balance Board Plus numa caixa para o proteger da sujidade, luz solar e calor.

**Instruções de Utilização:**

Aqueça-se antes do exercício para preparar o seu corpo para o treino e proteger-se de lesões musculares e tendinosas. Adapte a sua formação à sua capacidade pessoal e objetivo de formação. Procure aconselhamento sobre o seu plano de formação junto de especialistas, se necessário. Exercitar-se lentamente e de forma controlada. Expirar durante o exercício, evitar a respiração forçada e nunca sustentar a respiração. Fazer pausas suficientemente longas entre corridas, para regeneração.

**Imagens do Artigo:**