



Sensationsball

Transparenter Gummiball / Methodikball. Im Inneren befinden sich zwei schwerere kleine Plastikbälle, die dafür sorgen, dass der Ball ungleichmäßig auf und ab springt. Ø 17,8 cm, Gewicht 90 g.

51395



Pilates-Ball

Pilates-Ball aus weichem Vinyl, elastischer Übungsball für vielseitigen Einsatz bei Gleichgewichts- und Koordinationsübungen. Sehr griffig und strapazierfähig. Hilfsmittel der Pilates-Methode für ein sanftes Körpertraining, für jede Altersstufe und jeden Fitnesslevel! Der Ball, Ø 20-27cm, wird mit einem mitgelieferten Röhrchen aufgeblasen und mit einem Stöpsel verschlossen. Farblich sortiert.

30962

31097 Ersatzstöpsel



Pilates

Fit und ausgeglichen durch den Alltag - das Lieblingstraining der Promis, mit Millionen Fans weltweit. Formt die Figur, stärkt die Muskeln, verbessert die Haltung, schult die Körperwahrnehmung. Übungsprogramme für den ganzen Körper, für bestimmte Problemzonen und für jedes Zeitbudget. Extra: Trainieren mit Alltagsutensilien von Gürtel bis Wasserflasche. 128 Seiten, 200 Farbfotos, 1 Zeichnung. Autorin: Amiena Zylla-Schwarz.

42239



Spirit-Ball (by Lucia Schmidt)

Aus besonders dickwandigem, sanftem und duftneutralem Material (Ø 16 cm). Bietet konzentrierte Kraft für Körper und Geist und ist ein wichtiges Bewegungselement in der Mobilisationsarbeit. Lucia Schmidt setzt den faltbaren Spirit-Ball gezielt ein für Körperwahrnehmungsmomente sowie zur Entlastung des Beckenbodens. Mit wenig Luft kann der Ball als Stützkissen für den Rücken oder Nacken benutzt werden. Er hält dabei einem Körpergewicht bis 120 kg (bei Übungen im Liegen) stand. Das Produkt ist latexfrei und enthält keine verbotenen Phthalate.

41559

ab 10 Stück



Pilates Ring

Der Pilates Fitness Ring ist eine wirkungsvolle neue Ergänzung für jeden Pilates Workout. Er beruht auf der Wirkung isotonischer Muskelspannung. Trainingsgerät für die Hauptmuskelgruppen des Körpers. Fiberglasring, Ø 37 cm, 390 g mit weicher Ummantelung und körpergerecht geformten Softgriffen. Widerstandstraining durch Zusammenrücken des Ringes an den ergonomisch geformten Griffen zwischen den Armen und Beinen in den unterschiedlichsten Variationen.

41637



BOSU® Ballast Ball™

Bosu Ballast Ball Ø 65 cm, blauer leicht transparenter Übungsball. Mit 2,5 kg Kunststoffkügelchen gefüllt. Das Granulat kann sich im Ball frei bewegen und ermöglicht so eine Vielzahl von Übungen zur Koordination und Stabilisation. Da der Ball nicht mehr so schnell wegrollt bietet er somit deutlich mehr Sicherheit bei Übungen im Sitz. Inkl. Pumpe und Workout-DVD.

42215 Set

Powerball® Premium ABS®

ABS-Bälle sind so konstruiert, dass bei einer Beschädigung der Hülle von außen die Luft nur langsam entweicht und so ein Platzen des Balles verhindert wird. Hierbei handelt es sich um das Anti-Burst-System.

Bestens geeignet für alle klassischen Behandlungsformen mit dem Ball in der Physiotherapie, Rückenschule, Geburtsvorbereitung und Rückbildungsgymnastik, Beckenbodentraining, Seniorengymnastik etc. Angenehm strukturierte Oberfläche mit Segmentteilung. Latexfrei.

40749 Ø 55 cm, orange

40769 Ø 65 cm, grün

40778 Ø 75 cm, orange



GYMNASTIK