



BRASIL

Mit dem TOGU® kann die Figur geformt, der Rücken, die Tiefenmuskulatur und der ganze Körper trainiert werden. Somit tut man sich und seiner Seele etwas Gutes, ohne sich auszupeinern. Ein Training mit den Brasil® belebt den Organismus, sorgt für mehr Fitness, stärkt die Muskulatur rund um die Wirbelsäule, verbessert die Haltung und strafft das Bindegewebe. Außerdem verbessern Sie Ihre Körperwahrnehmung und koordinativen Fähigkeiten. Das besondere Extra: Arme und Schultern werden schön modelliert und definiert. Die Brasil® sind kleine Wunderwaffen für Übungen mit Freude und guter Laune! Mit ihrem Gewicht von jeweils 270 g lässt sich die tiefe Muskulatur perfekt aktivieren! Durch ihre Noppenoberfläche stimulieren sie zusätzlich die Rezeptoren in den Händen.



TOGU® BRASIL®

Die TOGU® Brasil® sind kleine, handliche Tiefenmuskeltrainer aus Ruten im 2er-Set, grün, 2 x 270 g. Die Füllung aus Luft und Gewicht gibt ein gezieltes Bewegungsfeedback (Schüttel-effekt). Tiefenmuskeltrainer für Gesundheit und Figur. Bindegewebsstraffung und präventives Rückentraining durch minimale Bewegungsamplitude. Gelenkschonend durch die ergonomische Form und das geringe Eigengewicht von je 270 g. Lieferung im Polybeutel mit Übungsposter und Band. 30-Jahre-Garantie!

42276 Paar

TOGU® BRASIL® Aqua

Brasil® Aqua im 2er-Set, grün, 2 x 270 g. Die spezielle Füllung aus Luft und Gewicht gibt ein gezieltes Bewegungsfeedback. Die Brasil® Tiefenmuskulaturtrainer sind jetzt mit zusätzlichen Armbändern ausgestattet, damit die Brasil auch bei der Aquagymnastik nicht verloren gehen. Brasil® Aqua erfüllt alle Ansprüche an ein effektives Bauch-Beine-Po-Training und an ein modernes Rücken- und Gesundheitstraining, gelenkschonend durch die ergonomische Form und das geringe Eigengewicht von je 270 g. Lieferung im Polybeutel mit Trainingskarte und 2 Armbändern. 30-Jahre-Garantie!

42275 Paar

BRASIL® Base

Die neue Brasil® Base für Brasil® Gruppenkurse im Verein oder Fitness-Studio ist ein Made in Germany Produkt aus Ruten. Die besondere Matte mit über 2000 sanften Noppen und der kompakten Abmessung von 60 x 40 cm ist aktivierender Platzhalter und Massage Tool in einem. Die Brasil® Base erleichtert zusätzlich die Körperwahrnehmung bei Yoga, Meditation und Entspannung. Gewicht einer Matte ca.1330 g. Eigengewicht der BRASIL® pro Stück 270 g.

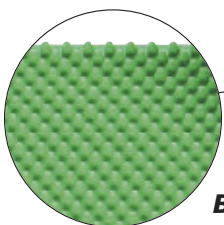
42485 1 Matte

42486 Set1 1 Matte & 2 Brasil®

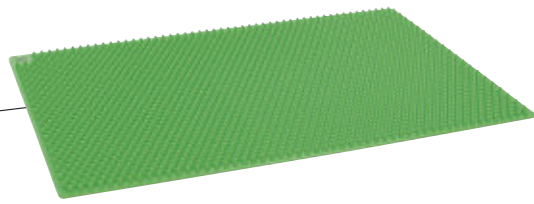
42487 Set 2 1 Matten 2 Brasil® 1 DVD



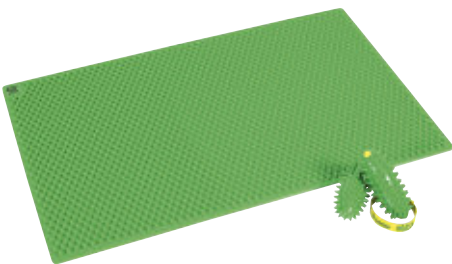
BRASIL® AQUA



**BRASIL® BASE
2000 NOPPEN**



**SET 2 - 1 MATTE
+ 2 BRASIL® + DVD**



SET 1 - 1 MATTE + 2 BRASIL®

BRASIL® DVD

Bodystyling mit BRASIL

Fitness-Profi Gabi Fastner hat für diese DVD ein Programm zusammengestellt - es macht richtig Spaß, ist leicht durchführbar und beansprucht wenig Zeit. Inhalt der DVD: Einleitung & Handhabung der Brasil (3.30 Min.), Gesamtprogramm (52.30 Min.). KURZPROGRAMME: Cardio Brasil® (10 Min.), Kräftigung (15 Min.), Balance & Kraft (16 Min.), Entspannung (11.30 Min.), BONUS: Bürogymnastik (9 Min.).

42488

Trainingsbuch BRASIL®

Kräftigung - Ausdauer - Entspannung. Das Trainingsbuch Brasil® beinhaltet umfangreiches Hintergrundwissen und zahlreiche Übungsbeispiele mit den beliebten Handgeräten. Dieses Buch bietet bebilderte Übungsanweisungen und fertig ausgearbeitete Stundenbilder für Physiotherapeuten, Übungsleiter und Trainer. 176 Seiten mit ca. 400 Farbfotos. Autor: Gabi Fastner

42394



BRASIL® CD Fiesta do BRASIL

Schüttle die Brasil® und bewege dich zu der rhythmisch mitreißenden Musik der "Fiesta do Brasil" CD. Zusammen mit Gabi Fastner hat "Move ya" eine CD mit ca. 60 Minuten, 126 bpm Musik herausgebracht. Die größten Hits aus dem Land des Zuckerhuts für eine Party in Deinem Kurs oder zuhause wie an der Copacabana. Titelkurzvorschau: Combo Tropical - Brasil. Bellini - Samba Do Brasil. Salome* Bahia - Outro Lougar. Sergio & Carolina - The Girl From Ipanem.

42489

