



WORK YOUR BODY

PERSONAL TRAINING

BOSU Balance Trainer



De BOSU Balance Trainer is een perfecte tool om balans toe te voegen aan iedere bestaande oefening. Onder het motto; “making every workout better” vraagt de BOSU Balance Trainer meer stabiliteit met als gevolg een hoger rendement van de oefening. De stabiliteit komt vanuit de core. De core is de belangrijkste schakel tussen het onder- en bovenlichaam en reageert als eerste bij inspanning. Bij een goed functionerende core reageren oppervlakkige spieren beter. Het resultaat is meer controle over bewegingen en daar heeft iedereen iets aan.

De BOSU Balance Trainer is een uniek trainingsattribuut en kan worden gecombineerd met andere apparatuur om aan bestaande lessen of trainingen nieuwe en spannende elementen toe te voegen.

Op zichzelf staand biedt de BOSU Balance Trainer uitgebreide mogelijkheden voor een volledige training. Zo worden er unieke trainingen met een creatief en flexibel programma aangeboden. Ideaal voor sporters die lichaam en geest in balans willen brengen.

Met de BOSU Balance Trainer verbetert u elk fitnessprogramma. De BOSU®Balance Trainer voegt veelzijdigheid en uitdaging toe aan onder andere cardio- en krachttraining, atletiek, conditiesport en yoga. Met dit duurzame trainingsmiddel gaat iedere sporter instinctief op zoek naar de ideale balans. Dit leidt tot soepelere en effectievere bewegingen. De unieke aanpassing en functionaliteit van deze halve bal maken alle trainingen leuk, uitdagend en effectief. Snel en veilig evenwicht vinden, uitdagend en toegankelijk voor iedereen: van beginnende sporters tot topatleten.