

KAMPFANSAGE AN DEN WINTERSPECK

Vielfältiges Kraft-Ausdauer-Training mit dem neuen Reebok Train Pod lässt winterlichen Speckröllchen keine Chance – und das mit Fun-Faktor.

Train Pod heißt die neueste Erfindung von Reebok, die beinahe spielend die Pfunde purzeln lässt und winterlichen Speckröllchen den Garaus macht. Für das Training zuhause konzipiert, sind mit dem neuen Train Pod viele unterschiedliche Übungen möglich, die sowohl Kraft und Ausdauer als auch Balance und Koordination in Schwung bringen. Zwischen dem Trittbrett sitzt ein aufblasbares Luftkissen, das speziell für das Balance- und Core-Training der Beine, aber auch für das koordinative Sprungkrafttraining entwickelt worden ist.



Mit jeder Menge Fun kann so das Gleichgewicht in unterschiedlichen Schwierigkeitsstufen trainiert werden. In der ersten Stufe kann man beispielsweise das Stehen auf dem Train Pod üben, während man sich in der nächsten Stufe durch kontrolliertes Hüpfen steigern kann. Für Fortgeschrittene ist es sogar möglich, auf kleinere Erhöhungen zu springen und dabei die Balance zu halten sowie zahlreiche Muskelgruppen gezielt zum Einsatz zu bringen. Am meisten macht das Training übrigens zu zweit Spaß: Nicht nur, weil die Motivation größer ist, sondern gerade die Balance-Übungen leichter zu lernen sind. Für ein komfortables und ungefährliches Training ist der Train Pod mit einer rutschfesten Oberfläche ausgestattet, die für einen sicheren Stand sorgt. Aber auch der Oberkörper kommt nicht zu kurz, denn der Train Pod ist beidseitig mit

Pressekontakt

...kernpunkt.PR
Lindwurmstraße 149
80337 München
Tel. 089/741 182 54
Fax 089/741 182 56
info@kernpunktpr.de
www.kernpunktpr.de

Reebok Fitness

Green Fitness GmbH
Limburger Straße 66
65555 Limburg/ Lahn
Tel. 06431/584870
Fax 06431/5848799
info@green-fitness.de
www.green-fitness.de

Griffen versehen, mit denen Halteübungen wie auch Liegestütze möglich sind. Durch die bewusste Instabilität des Luftkissens werden zahlreiche kleinere Muskelgruppen gefordert, so dass sich der Train Pod für ein Ganzkörpertraining hervorragend eignet. Dank des regulierbaren Luftdrucks des Train Pods lässt sich die Intensität für das Balance- und Sprungkrafttraining individuell und je nach Fitness-Level variieren.

Ob jung oder alt, Frau oder Mann, drinnen oder draußen, mit dem Reebok Train Pod kann so vielfältig trainiert werden, dass man mit etwas Geschick jede Problemzone in den Griff bekommt.

Reebok Train Pod: UVP 49,95 Euro

Presseinfos und Bildmaterial zum kostenfreien Download im Presse-Bereich unter: www.kernpunktpr.de

Das Unternehmen

Die Firma Green Fitness GmbH mit Sitz in Limburg an der Lahn ist globaler Lizenznehmer der Marke adidas für den Bereich Tischtennis sowie offizieller Distributor für Reebok Homefitness Equipment, adidas Boxing Equipment und adidas Training Hardware.

Weitere Infos finden Sie unter: www.green-fitness.de

33/65

November 2011

Pressekontakt

...kernpunkt.PR
Lindwurmstraße 149
80337 München
Tel. 089/741 182 54
Fax 089/741 182 56
info@kernpunktpr.de
www.kernpunktpr.de

Reebok Fitness

Green Fitness GmbH
Limburger Straße 66
65555 Limburg/ Lahn
Tel. 06431/584870
Fax 06431/5848799
info@green-fitness.de
www.green-fitness.de