

VORTEILE UND ANWENDUNGEN - 8 in 1



smoveyTCM: an den Hand-Innenseiten und an den Handrücken befinden sich die Reflexpunkte fast aller Organe und Drüsen. smovey stimuliert durch feine Vibrationen diese Reflexpunkte und wirkt sich positiv auf die entsprechenden Organe und Drüsen aus.



smoveyBALANCE: durch gezielte Balanceübungen verfeinern Sie das Zusammenspiel Ihrer Muskulatur und meistern dadurch im Alltag plötzliche Bewegungen = Sturzprophylaxe!



smoveyBRAIN: unser Gehirn ist in zwei Hälften geteilt. Die rechte Hälfte ist für Gefühle und Phantasie zuständig, die linke für's analytische Denken und unsere Kommunikationsfähigkeit. Mit smovey aktivieren wir z. B. durch Kreuzbewegungen beide Gehirnhälften.



smoveyAQUA: die neue Form des Wassertrainings für alle Alters- und Zielgruppen. Verbessert Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit, entlastet Wirbelsäule, Gelenke, Bänder, Sehnen und macht riesig Spaß!



smoveyVIBRATION: aus den Größen der Bauteile ergibt sich eine Frequenz von 60Hz. Diese kommt im menschlichen Organismus häufig vor und entspricht dem Taktmuster des Menschen.



smoveyGEWICHT: das Eigengewicht liegt bei 0,5 Kg im Stillstand. Bei dynamischen Bewegungen durch Schwingen kann diese Masse durch die Fliehkräfte auf bis zu 5 kg wirksamer Massenkraft gesteigert werden.



smoveyOUTDOOR: am schönsten ist es doch immer wieder draußen. smovey passt hier schon der Farbe wegen perfekt zum Training in der Natur. Davon abgesehen wirkt die Farbe Grün positiv auf unseren Organismus.



smoveyINDOOR: ob im Winter oder bei schlechtem Wetter, zuhause oder im Fitnessstudio, durch seine Multifunktionalität eignet sich smovey auch hervorragend zum Indoor-Training.