



EQUIPEMENT : Le kit de démarrage de l'auto-massage !

Un coffret avec tous les outils indispensables pour réaliser un automassage myofascial efficace et un entraînement fonctionnel de tout le corps.

Ce coffret fait découvrir les outils les plus appréciés de BLACKROLL® dans un coffret.

Un kit polyvalent parfaitement adapté pour traiter les grandes surfaces tout comme les tensions ciblées de manière précise. Les fascias et leur influence sur le bien-être et la santé sont un thème important dans le domaine de la recherche médicale.

DESCRIPTIF COFFRETS

Composé d'un BLACKROLL® STANDARD, d'un BLACKROLL® MINI, d'un BLACKROLL® BALL 08 et d'un BLACKROLL® DUOBALL 08

Traite la musculature du dos et d'autres parties du corps de manière ciblée : Le classique BLACKROLL® STANDARD permet de travailler tout le corps. BLACKROLL® MINI est spécialement adapté pour un massage ciblé des pieds, des jambes et des bras. BLACKROLL® BALL 08 permet de masser différentes parties du corps comme les bras et les avant-bras, la nuque, les épaules, et aussi les pieds, les mollets et le tendon d'Achille de manière ciblée. Cela permet de faire disparaître de manière ciblée les durcissements et les tensions. BLACKROLL® DUOBALL 08 est approprié pour le massage du dos et des applications dans la nuque et le talon d'Achille. Les produits BLACKROLL® peuvent être utilisés au sol, au mur ou sur une table. Le livre vient compléter ce set pour avoir tout ce qu'il faut pour débiter et progresser dans la prise en charge autonome des fascias ; le tout accompagné de l'application gratuite BLACKROLL®.

PRIX : 64,90€

Docteur **Lutz Graumann**, expert en médecine du sport, Munich : « *Le BLACKROLL® est l'outil idéal pour la thérapie et l'entraînement au quotidien. Avec un seul outil, nous sommes capables de réaliser un entraînement myofascial efficace de tout le corps. Mobilisation dynamique, optimisation de l'équilibre et accélération de la régénération. Le BLACKROLL® nous aide à rendre le corps plus performant de manière durable et à éviter les blessures de surcharge.* »