

# Roller wałek do masażu, rehabilitacji, jogi - 30x9,5cm (mały) - czarny

Cena: 26,60 pln



## Opis słownikowy

Producent

Nieokreślony

## Opis produktu

Mały, piankowy roller przeznaczony do ćwiczeń i masażu ciała, który idealnie sprawdza się jako przyrząd do wzmacniania i uwydatniania mięśni.

Produkt może być wykorzystany jako wałek do jogi i do masażu mięśni po odbytych treningu. Stosowanie rollera rozluźnia wtedy mięśnie i zwiększa ich elastyczność.

Ćwiczenia z rollerem należy wykonywać poprzez podłożenie go pod wybrany mięsień i wykonywanie rolowania rozbijającego zakwasów oraz punkty spustowe. Powierzchnia z wypustkami pobudza krążenie, rozładowuje napięcie mięśniowe i wspomaga redukcję tkanki tłuszczowej i cellulitu. Ponadto wałek pozytywnie wpływa na przyspieszenie regeneracji po przebytych urazach i kontuzjach i ma korzystny wpływ na kształtowanie sylwetki i stabilizację kręgosłupa.

**Długość:** 30 cm

**Średnica:** 9,5 cm

**Materiał:** pianka EVA

**Poziom twardości:** średni

**Kolor:** czarny