



personal



UNA TECNOLOGIA AVANZATA, ADATTA ALL'UTILIZZO DOMESTICO

Direttamente dall'esperienza maturata sul prodotto professionale di Power Plate®, usato per la preparazione degli sportivi, per il dimagrimento e nel campo medico, nasce Personal, la "piccola" tra le pedane a vibrazione di Power Plate. L'allenamento a vibrazione diventa quindi accessibile a tutti, permettendo di ottenere molto rapidamente e in maniera estremamente semplice notevoli risultati.

IL TEMPO DI ALLENAMENTO: 10 MINUTI AL GIORNO

Una delle caratteristiche principali di Personal Power Plate, è quella di permettere a chiunque di svolgere il proprio allenamento in casa e di ottenere i propri risultati semplicemente allenandosi per 10 minuti al giorno, tutti i giorni. Se utilizzata seguendo questa semplice tabella di marcia, i risultati sono garantiti in ciascuna dei 4 campi di applicazione principali: allenamento, stretching, relax e massaggio.

LA QUALITA' DELLA VIBRAZIONE DELLA PERSONAL: QUALITA' POWER PLATE

Dal modello professionale fino alla Personal, il modello più piccolo, Power Plate garantisce la medesima qualità della vibrazione allenante, prodotta da motori appositamente progettati e da una struttura estremamente stabile e solida.

FISICA APPLICATA ALLA FISILOGIA

La pedana Personal produce vibrazioni che trasmettono onde di energia attraverso il corpo. Le vibrazioni attivano un riflesso naturale di rapide e intense contrazioni muscolari con una frequenza di 35 volte al secondo. Poche forme di esercizio sviluppano movimenti così accelerati nel corpo. L'allenamento a base di vibrazioni della pedana Personal offre molti benefici, tra cui un aumento della potenza e della flessibilità muscolare, un miglior raggio di movimento, un aumento della densità ossea e una migliore circolazione sanguigna. Studi hanno dimostrato anche la capacità di Power Plate di ridurre il dolore e il disagio e di abbreviare la guarigione di muscoli e tendini lesi.

GLI EFFETTI DELLA VIBRAZIONE

La pedana Personal è dotata di una consolle molto semplice da utilizzare, specificatamente progettata per un utilizzo di tipo domestico, che permette a tutti, anche ai neofiti, di poter velocemente cominciare ad allenarsi. La frequenza delle vibrazioni, impostata su 35 Hertz al secondo, consente di poter svolgere un allenamento più o meno intenso, a seconda dell'ampiezza delle vibrazioni selezionabile dalla consolle.



GLI ACCESSORI

Il resistente e confortevole tappetino di appoggio consente di avere, grazie alla sua capacità di ammortizzamento supplementare, il massimo del confort. Delle cinghie fissate nella parte inferiore della pedana consentono di ampliare la gamma degli esercizi. Sono regolabili singolarmente e adattabili a qualsiasi corporatura.



PERSONAL CARATTERISTICHE TECNICHE

Colori (standard)	Bianco, Nero, Titanio
Peso massimo utilizzatore	135 kg
Programmi	4 programmi preimpostati (forza, stretching, relax, massaggio)
Frequenza Vibrazioni	35 vibrazioni al secondo
Sessioni di allenamento	30 o 60 secondi
Ampiezza Vibrazioni	Alta intensità o bassa intensità
Dimensioni (L x P x A)	68 cm x 90 cm x 150 cm
Peso della macchina	90 kg
Alimentazioni	220 v
Consumo elettrico durante l'uso	0,35 Kw
Certificazioni	CE, ROS/WEEE