



## Pedana my5 semplice e sicura

### **La pedana Power-Plate è efficace.**

Importanti ricerche scientifiche hanno mostrato che dopo un breve periodo di tempo si osserva un notevole aumento della potenza, della flessibilità, del metabolismo e della circolazione.

### **La pedana Power-Plate è sicura.**

Sono stati già "assorbiti" molti milioni di minuti di accelerazione su scala mondiale, senza incidenti. Numeri istituti di ricerca hanno osservato che la pedana Power-Plate è una modalità di allenamento molto efficace, senza effetti collaterali negativi.

### **La pedana Power-Plate è semplice.**

Gli esercizi fisici sono semplici e possono essere eseguiti da chiunque senza l'uso di pesi. Il tempo effettivo di allenamento è breve ed efficace.

### **La pedana Power-Plate ha un'interfaccia utente di facile utilizzo.**

La pedana non occupa molto spazio e raramente richiede manutenzione. Il funzionamento è semplice.

### **POWER PLATE INTERNATIONAL**

Power Plate International è il leader di mercato nel campo dell'Acceleration Training e continua a sviluppare questo innovativo metodo di allenamento. Per questo sviluppo sono stati importanti l'influsso e l'avvio della ricerca scientifica.

La pedana Power-Plate si trova in centri di allenamento sportivo, studi di fisioterapia, ospedali, centri di riabilitazione e centri di bellezza. Sono stati scelti molti atleti ad alto profilo e celebrità per allenarsi con la pedana Power-Plate.

### **LA PEDANA POWER-PLATE**

La combinazione di lavoro, vita familiare e attività sociali a volte rende difficoltoso frequentare la palestra con regolarità e ovviamente non tutti si sentono a proprio agio in una simile situazione. Fortunatamente questo è un problema del passato grazie allo sviluppo della pedana Power-Plate my5, che può essere utilizzata con comodità nella propria casa. Questa macchina vi permette di allenarvi ogniqualevolta lo desiderate.