

Link do produktu: <https://tb-polska.pl/ksiazeczka-cwiczenia-z-tasma-theraband-p-17.html>

Książeczka "Ćwiczenia z taśmą Theraband"

Cena brutto	7,68 zł
Cena netto	6,24 zł
Dostępność	Dostępny
Czas wysyłki	24 godziny
Numer katalogowy	3
Kod producenta	3
Producent	Theraband

Opis produktu

Książeczka z ćwiczeniami z taśmami Theraband

Praktyczna książeczka przedstawiająca zastosowanie oraz możliwości wykorzystania taśm Theraband w ćwiczeniach rehabilitacyjnych, ogólnousprawniających i wzmacniających. Publikacja zawiera szczegółowo opisane zestawy ćwiczeń przeznaczone zarówno dla dzieci, jak i osób dorosłych.

Na 30 stronach znajdują się propozycje najbardziej efektywnych ćwiczeń z taśmami oporowymi Theraband, które mogą być wykorzystywane w gabinetach fizjoterapii, placówkach rehabilitacyjnych, klubach sportowych oraz podczas ćwiczeń w domu.

W broszurze omówiono również praktyczne informacje dotyczące:

- doboru odpowiedniej długości taśmy,
- wyboru właściwego poziomu oporu w zależności od celu ćwiczeń,
- sposobów wiązania taśm,
- zasad prawidłowego użytkowania,
- konserwacji i przechowywania taśm Theraband.

Książeczka stanowi przydatne wsparcie dla fizjoterapeutów, instruktorów, trenerów oraz osób indywidualnych, które chcą bezpiecznie i skutecznie korzystać z taśm Theraband podczas codziennych ćwiczeń.