

TRX cvičení

Total-Body Resistance Exercise je závěsný posilovací systém, který umožňuje procvičit svaly celého těla. Jedná se o cvičení, při němž je vždy pracováno pouze s vlastní vahou těla. TRX se skládá ze dvou pevných popruhů nastavitelné délky zakončenými madly pro ruce či nohy. Samotné cvičení probíhá tak, že jedna část těla je vždy na podložce (zpravidla na zemi) a druhá je zavěšena na TRX. TRX přináší maximální výsledky v minimálním čase a pomůže vám vybudovat pevnou a zdravou postavu. Cvičení probíhá v pohodlném sportovním oblečení a sportovní obuvi.



 cena 2025

 čas

180 Kč 30 minut

INDIKACE

- vertebrogenní obtíže
- Bechtěrevova nemoc
- kloubní onemocnění,
pooperační stavy kloubů

KONTRAINDIKACE

- dekompenzovaná chronická
onemocnění srdce a plic
- horečka
- rizikové těhotenství
- kachexie
- akutní stavy

Pro rezervace kontaktujte recepci Prodeje procedur:
spa@medi-spa.cz, tel.: 466 860 274 (111)

www.medi-spa.cz

Medical Spa Team

více info 

