

# REACTION TRAINING

## TOTAL GYM

### PlyoRebounder® Suite

**ProSport**

www.prosport.pt



## ESPECIFICAÇÕES

Limite de peso	100kg
Aberto	122cm x 102cm x 107cm [C/L/Alt]
Fechado	115cm x 101cm x 23cm [C/L/Alt]
Peso	34kg

## Bolas Medicionais disponíveis



Plyo Ball	2lb, 5" diameter
Plyo Ball	4lb, 5" diameter
Plyo Ball	6lb, 7" diameter
Plyo Ball	8lb, 7" diameter
Plyo Ball	10lb, 7" diameter
Plyo Ball	12lb, 9" diameter
Plyo Ball	15lb, 9" diameter
Plyo Ball	20lb, 9" diameter

O Total Gym PlyoRebounder permite o treino controlado com bolas medicinais (Plyo Ball), promovendo a força explosiva, o equilíbrio e a coordenação. Promove as capacidades do indivíduo desde a reabilitação até ao treino de alto rendimento.

1. Onze posições, da posição horizontal até 55% de inclinação, em progressões de 5%.
2. Duplo anel protege as molas de pancada directa com as bolas medicinais.
3. Rebate totalmente e possui rodas, para fácil armação.
4. Dois encaixes para discos olimpícos, promovendo maior estabilidade.

Os exercícios com bolas medicinais "Plyo Ball" promovem o treino de potência e quando usado em conjugação com o "PlyoRebounder" aumenta a agilidade e o performance. O "PlyoRebounder" com bolas medicinais "Plyo Ball" são a vanguarda do treino multi-direccional, com aceleração e desaceleração.

1. As características de ressaltos da Plyo Ball permitem o retorno de bola esperado, o que favorece e dá segurança, aos diferentes lançamentos.
2. A câmara de ar no interior da bola permite encher com uma bomba.
3. A camada superficial da bola macia e resistente permite uma boa pega e grande durabilidade, mesmo com uso intenso.