

Fascia-Training & Zelfmassage



The Grid 2.0



The Grid X



- ✓ Behandeling van spierverhardingen
- ✓ Ook voor coretraining geschikt

1 | The Grid

Schuimstofroller met harde binnen- en zachte buitenrol. Ideaal voor zelfmassage, coretraining en "triggerpoint"-therapie. Zonder handen of een andere persoon kunnen ook moeilijk bereikbare spiergroepen nauwkeurig "geactiveerd" worden. De speciale oppervlaktestructuur bootst de fysieke toestand van de hand na en zorgt voor een realistisch massagegevoel. De hardere binnenkern kan ook de romp trainen, waarbij de rol met het gehele lichaamsgewicht belast wordt. Met "The Grid" kunnen spierverhardingen gericht behandeld worden en pijn en onevenwichtigheden permanent vermeden.

The Grid 1.0 (lxb: 33x13, 5 cm, 700 g, roze, oranje of limoen).

The Grid 2.0 (lxb: 66x13, 5 cm, 1400 g, zwart).

The Grid X (lxb: 33x13,5 cm, 700g, zwart-rood, extra hard).

The Grid 1.0 oranje

99 107 0705 Stuk **38,80** 46,95

The Grid 1.0 limoen

99 107 0747 Stuk **38,80** 46,95

The Grid 1.0 roze

99 107 0763 Stuk **38,80** 46,95

The Grid 2.0 zwart

99 107 0718 Stuk **60,29** 72,95

The Grid X zwart

99 107 0789 Stuk **43,76** 52,95

1 |



2 |

2 | Trigger Point Fascia-rol "Core Roller Mini"

Massagerol voor het behandelen van gespannen spieren. 3 massagezones booten verschillende massagetechnieken na. Ideaal voor regeneratietraining. Massage kan de bloed- en zuurstofstroom verhogen. Flexibiliteit en mobiliteit kunnen worden verbeterd. Gemaakt van EVA-schuim. Lxø: 30,5x10 cm. 167 g. Grijs.

99 281 9509 Stuk **16,94** 20,50



Toepassingsvoorbeelden in de online-shop: sport-thieme.nl

The Grid

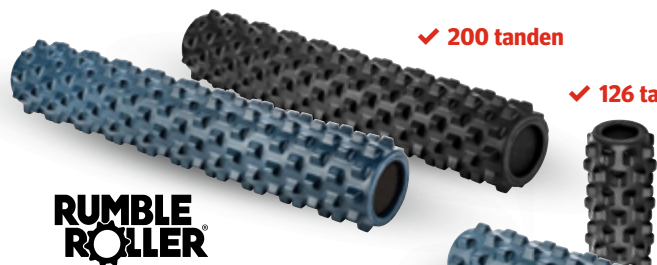


3 |

3 | The Grid STK

De massage stick voor de gerichte behandeling van triggerpunten. 2 verschillende behandelingsniveaus: de tube-vormige en middenvaste gedeelte imiteert de rolende bewegingen van de vingers tijdens een massage. De vingertoppen worden zo geïmiteerd. Dankzij de massage stick zijn de nekspieren eveneens behandelbaar. Waterbestendig, makkelijk te reinigen, met speciale handgrepen. Zwart is de hardere uitvoering. LxBXH: 54x6x6 cm.

99 135 8810 Zwart Stuk **33,84** 40,95



RUMBLE ROLLER

✓ 200 tanden

✓ 126 tanden

✓ 64 tanden

5 | ✓ 954 tanden

4 | RumbleRoller

De massagerol is ideaal voor het behandelen van triggerpoints en spanningen. Hij heeft extra grote, elastische noppen die dieper in het weefsel doordringen dan een soepele massagerol. De afstand tussen de wisselend geordende noppen wordt zo gekozen dat meerdere noppen altijd tegelijkertijd druk uitoefenen op het lichaam. Dankzij de eenvoudige applicatietechnieken kan de Rumble Roller snel en gemakkelijk worden gebruikt. Bovendien kunnen de verschillende aanbrengtechnieken de druk op het respectieve lichaamsgebied verhogen of verlagen. 2 versies: blauw: originele hardheid, zwart: extra hard (36% harder dan het origineel)

30x12,5 cm

99 104 4300 Blauw Stuk **38,80** 46,95

99 104 4326 Zwart Stuk **38,80** 46,95

56x12,5 cm

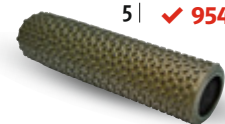
99 104 4342 Blauw Stuk **47,89** 57,95

99 104 4355 Zwart Stuk **47,89** 57,95

77,5x15 cm

99 104 4313 Blauw Stuk **60,29** 72,95

99 104 4339 Zwart Stuk **60,29** 72,95



5 | RumbleRoller "Gator"

De "Gator"-roller heeft in totaal 954 speciaal gevormde "tanden" die een diepe massage mogelijk maken. Het oppervlak is gemakkelijk schoon te maken na de training. Het is ook zweetafstotend en bijzonder hygiënisch dankzij het antimicrobiële materiaal. EVA / polyolefinen, kern: EVA-schuim, ø 55,8 x 11,5 cm, groen.

99 261 2007 Stuk **43,76** 52,95

vanaf **7,85**



softX

6 | SoftX Fascia rol

Multifunctioneel inzetbaar trainingsartikel voor fasciale behandeling van PE. Optimaal artikel voor zelfmassage. De zwarte roller is 15% harder dan de blauwe versie. In 4 maten en 2 kleuren leverbaar. ø 5 cm, 15 cm, blauw

99 205 5305 Stuk **7,85** 9,50

ø 9,5 cm, 40 cm, blauw

99 205 5318 Stuk **17,31** 20,95

ø 14,5 cm, 40 cm, blauw

99 205 5321 Stuk **16,49** 19,95

ø 14,5 cm, 40 cm, zwart

99 205 5334 Stuk **17,31** 20,95

7 | SoftX Fascia-Set

Set

Multifunctioneel inzetbare trainingsset voor fasciale behandeling van nek- en rugspieren.

De set bestaat uit:

- Fasciarol ø 14,5 cm, blauw
- Fasciarol ø 14,5 cm, zwart (15% harder dan blauw)

Paar

99 205 5406 Paar **30,54** 36,95

8 | SoftX Fascia-Kogel

Multifunctioneel inzetbaar trainingsapparaat bij de fascia-training van PE. Optimaal voor triggerpoint-behandelingen in de rugstreek. Leverbaar in 2 maten.

99 205 5204 ø 6,5 cm Stuk **9,05** 10,95

99 205 5217 ø 9 cm Stuk **10,70** 12,95

