

BLACKROLL®

BLACKROLL® POSTURE 2.0

Der BLACKROLL® Haltungstrainer – designed von SWEDISH posture – ist ein einfach anzuwendendes und zugleich extrem effektives Hilfsmittel, um die Haltung im Alltag, beim Sport oder am Arbeitsplatz zu verbessern. Der BLACKROLL® POSTURE lässt sich mittels Klettband unauffällig am Körper oder über der Kleidung anlegen und leicht an die Größe anpassen. Durch den Rückentrainer wird Ihr Oberkörper automatisch in eine gerade Haltung gebracht und die Brustmuskeln gedehnt. Positiver Nebeneffekt: Die Sauerstoffaufnahme wird mit dem Haltungstrainer erhöht und die Muskulatur dadurch besser versorgt. Gewicht 102 g.

51090099	S/M/L	39,90
51090199	XL/XXL	39,90



BLACKROLL® Ball

Die BLACKROLL Bälle - mit einem Durchmesser von 8 cm und 12 cm, sind speziell für Massage der Arme, des Nackens oder der Füße geeignet. Die Verwendung ist auf dem Boden, an der Wand oder auf einem Tisch möglich. Die Bälle sind zu 100 % recyclefähig, geruchlos, frei von Treibgasen und sehr einfach zu reinigen.

42452	Ø 12 cm	12,90
42453	Ø 8 cm	9,90



Ø 12 CM

HÄRTEGRAD



Ø 8 CM



HÄRTEGRAD



BLACKROLL® TWISTER

Die speziell genoppte Oberfläche und die ergonomisch präzise Wölbung lassen eine neuartige punktuelle Stimulation zu. Dabei arbeitet der Twister nicht nur über Körpergewicht, sondern ermöglicht auch die Kombination von Druck und Drehung. So wird die Durchblutung maximal erhöht, Triggerpunkte stimuliert und das Faszienewebe neu durchfeuchtet. Abmessungen 6,8 x 4,5 x 4,5 cm. Gewicht 10 g.

51091099	12,90
----------	-------



Ø 9 CM

TOGU® Actiball

Actiball ist ein luftgefülltes Regenerationstool zur Selbstmassage. Mit einem Durchmesser von ca. 9 cm und einem Gewicht von ca. 140 g ist er leicht und platzsparend einzusetzen. Die Noppen ermöglichen einen noch effektiveren und angenehmeren Massageeffekt, wobei die Durchblutung gefördert werden kann. Das Material Ruton ist gehärtet, robust und leicht zu reinigen, hautfreundlich, geruchlos und zu 100% recyclebar.

42484	12,90
-------	-------

made in GERMANY

TOGU® Actiroll Rumble

Eine neue luftgefüllte und zugleich harte Rolle, die als Regenerationstool bei Selbstmassage und Entspannung verwendet wird. Mit der beigelegten Handpumpe kann die Actiroll leicht und stufenlos auf unterschiedliche Härtegrade eingestellt werden. Durch die Struktur ist der Massageeffekt sanft und gleichmäßig. Das Material - gehärtetes Ruton - ist robust und leicht zu reinigen, hautfreundlich, geruchlos und zu 100% recyclebar. Maximale Belastbarkeit ca. 200 kg. Lieferung im Polybag inkl. Übungsposter und Pumpe.

42482	Größe M	38,90
42483	Größe L	77,90



Größe M

30 x 13 cm

900 g

Profiltiefe 2 cm



Größe L

53 x 26 cm

3000 g

Profiltiefe 2 cm

TOGU® Actiroll Wave

Eine neue luftgefüllte und zugleich harte Rolle, die als Regenerationstool bei Selbstmassage und Entspannung verwendet wird. Die Actiroll wird im Bereich der Faszientraining, in Training und Therapie eingesetzt. Mit der beigelegten Handpumpe kann die Actiroll leicht und stufenlos auf unterschiedliche Härtegrade eingestellt werden. Durch die Wellenstruktur ist der Massageeffekt sanfter und gleichmäßiger. Das Material - gehärtetes Ruton - ist robust und leicht zu reinigen, hautfreundlich, geruchlos und zu 100% recyclebar. Maximale Belastbarkeit ca. 200 kg. Lieferung im Polybag inkl. Übungsposter und Pumpe.

42480	Größe M	38,90
42481	Größe L	77,90

Größe M
30 x 11,5 cm
900 g



Größe L

53 x 24 cm

3000 g



Ø 10 CM

TOGU® FASZIO BALL

Dieser blaue Ball aus Ruton mit einem Ø von 10 cm sorgt für eine gesunde Faszienstimulation, löst Verklebungen und Verspannungen. Ganz nebenher wird bei der Nutzung der Stoffwechsel angeregt. Ideal für Therapie und Fitness. Die Luft im Ball ist regulierbar. Made in Germany.

42491	12,90
-------	-------



AIREX®

AIREX® SoftX Faszien-Set

Je eine schwarze und blaue Rolle mit einer Länge von 40 cm und einem Ø von 14,5 cm. Multifunktional einsetzbares Einsteiger-Set. Für Faszien- und Sensomotorik-Training. Das optimale Behandlungsgerät zur Selbstmassage mit zwei unterschiedlichen Härtegraden. Gewicht schwarz 270 g, blau 180 g.

42447	Set	37,90
-------	-----	-------



Ø 6,5 CM

softX Faszientrainer aus Kork

Ideal für die punktuelle Behandlung von Schmerzpunkten, bei der Behandlung des Fußgewölbes und schwer zugänglicher Körperregionen. Durch die geringere Auflagefläche ist der Druck intensiver und auch kleine Muskeln werden auf faszialer Ebene bearbeitet. Er besteht aus nachwachsendem Kork, ist geruchsneutral, rutschfest, leicht, handlich und recyclebar.

51237	Ø 6,5 cm	15,90
51238	Ø 9,0 cm	19,90



Buch Faszien in Bewegung

Dieses Buch füllt die Wissenslücken bezüglich Faszien im trainingswissenschaftlichen Bereich mit Inhalt und Wissen. Das Buch gibt einen Einblick in die Entstehung, Physiologie und Anatomie des Bindegewebes und anschließend ein Konzept für die Trainingspraxis. Perfekt für Trainer und Therapeuten als Hilfestellung für das Training. Format 16,5 x 24 cm, 288 Seiten, zahlreiche Fotos und Abbildungen. Autorin: Gunda Slomka.

42234	
-------	--



Deuser® Matrix Rolle

Perfekt für die Selbstmassage. Vielseitig einsetzbar in Therapie und Sport. Die Noppen der Rolle sorgen für einen Massageeffekt mit Tiefenwirkung. Es können Verhärtungen, Verspannungen und Verklebungen des Bindegewebes gelöst werden. Die Deuser Matrix Rolle mobilisiert die Wirbelsäule und trägt zur Entspannung der Muskulatur bei.

50189	29,90
-------	-------



made in GERMANY

softX Faszienrolle aus Kork

Die Faszienrolle aus nachwachsendem Rohstoff ist recyclebar, geruchsneutral und lässt sich leicht abwaschen. Durch den geringen Durchmesser ist die Rolle bestens für das punktuelle Training im Nacken- und Schulterbereich geeignet. Länge 30 cm, Ø 9,5 cm, Gewicht 900 g.

51239	37,90
-------	-------