



i Vielseitig die Balance trainieren!

Mit dem RollerBone schulen Sie durch Ausbalancieren Ihre Koordination und Ihren Gleichgewichtssinn. Auch für Sportler, die ihre Beweglichkeit und Gleichgewichtskoordination stärken möchten, eignet sich das Set für ergänzende Trainingseinheiten. Durch das Training der Körperbalance können Sie Verletzungen vorbeugen und Ihre Sinne sensibilisieren.

Einsteigern wird empfohlen, anfänglich das Softpad für das Balancetraining zu nutzen, da es individuell mit Luft befüllt werden und der Schwierigkeitsgrad somit angepasst werden kann. Aber auch für Gleichgewichtsübungen im Stehen und Liegestütz eignet sich das Pad hervorragend.

Fortgeschrittene und Profis finden auf den Rollen „Classic“ und „Pro“ ihre Herausforderung. Alternativ eignet sich für Kinder und Einsteiger die Variante „Kork“ mit ihrer weichen, haftenden Korkrolle.

- ✓ Für Indoor und Outdoor
- ✓ Für Reha, Prävention & Profitraining



Set	1 Kork Set	2 1.0 Classic Set	3 1.0 Pro Set	4 1.0 Classic Set + Softpad
Schulung von Einsatzgebiet	Fitness, Muskelaufbau, Tricks	Gleichgewicht, Koordination, Beweglichkeit Fitness, Muskelaufbau, Tricks	Fitness, Muskelaufbau, Tricks	Rehabilitation, Fitness, Muskelaufbau, Tricks Anfänger bis Geübte
Nutzergruppe	Anfänger bis Fortgeschrittene	Fortgeschrittene bis Geübte	Geübte bis Profis	Anfänger bis Geübte
Schwierigkeitsgrad	2	2	3	2, 3
Rolle	Weich, aus Kork	Weich, mit Schaumstoffüberzug	Hart, aus Kunststoff	Weich, mit Schaumstoffüberzug
LxB:	45x10 cm	32x12,5 cm	46x15,4 cm	32x12,5 cm
Softpad	–	–	–	ø 35,5 cm
Balance-Board	Ahornholz	Kiefernholz	Kiefernholz	Kiefernholz
LxBxH:	64x33x1 cm	74x41,5x3 cm	74x41,5x3 cm	74x41,5x3 cm
Belastbar bis	90 kg	130 kg	130 kg	130 kg
Artikelnummer	71 269 3604	71 273 2002	71 273 1908	71 273 2204
Preis je Stück	97,95	119,—	139,—	149,—



Übungsbeispiele
im Online-Shop:
sport-thieme.at
71 217 1005



Top bewertet
sport-thieme.at
★★★★★

109,—



- ✓ **Bewegung in alle Richtungen durch Dreh- und Wippeffekt**

5 | Gyroboard Health & Fitness

Mit dem 60x40 cm großen Brett sind alle Übungen im sicheren, hüftbreiten Stand möglich. Dabei kräftigen Sie achsengerecht Beine und Rumpf und reizen gleichzeitig das Gleichgewichtssystem. Geeignet für alle Altersgruppen und Sportarten. Einsatz in Physiotherapie, Fitness, Rehabilitation und zu Hause, auch zur Sturz- und Verletzungsprophylaxe.

LxBxH: 86x86x23 cm. **Komplett mit praktischer Transporttasche.**

71 217 1005 Stück 299,—

- ✓ **Schulung von Wahrnehmung, Stabilität und Reizverarbeitung**
- ✓ **Standfläche durch Konstruktion „schwimmend“ gelagert**

6 | Togu Balanza „Freeride“

Trainiert Kraft, Koordination und Gleichgewicht. Schulung von Wahrnehmung, Stabilität und Reizverarbeitung. Standfläche durch Konstruktion „schwimmend“ gelagert. Ideal für Skateboarder. Ca. 100x30x14 cm, ca. 3,4 kg, belastbar bis ca. 200 kg. Inkl. luftgefüllter Bälle.

71 157 3709 Stück 149,—

- ✓ **Ober- und Unterseite bieten unterschiedliche Herausforderungen**

7 | Togu Ski Trainer

Zur Steigerung von Gleichgewicht, Koordination und Kraft. Ideal geeignet zur Vorbereitung auf den Wintersport. Perfekt für Freizeit- und Leistungssportler. 2-Luftkammer-System. 40x40x12 cm, ca. 3.840 g, belastbar bis ca. 200 kg. Inkl. Luftpumpe.

71 153 4809 Stück 185,—

- ✓ **Die Wippe für jede Richtung**

8 | Sport-Thieme Wippe „Ortho-Pad“

Die Wippe für jede Bewegungsrichtung: vor und zurück, rechts und links. Zum Aufbau der Koordination oder als Herausforderung im multiaxialen Balancetraining. Die Belastungswechsel sind förderlich zur Rehabilitation nach Sprung- oder Kniegelenkverletzungen. Auch sportspezifisch einzusetzen (z. B. Zuspätschießen von Bällen). Holz, mit rutschfester Auflage, Kufen rutschhemmend. Bis 120 kg belastbar. 49x49x13 cm.

71 128 7905 Stück 109,—