



Lábtológép

A lábtológép erősíti a szív és a tüdő működését. Javítja a vérkeringést, erősíti a láb- és farizmokat. Nyújtja a lábizmokat, ugyanakkor növeli a hát- és hasizmok rugalmasságát.



Sétológép

A sétológép a láb- és csípőizmok erősítésével javítja az állóképességet. Ezzel párhuzamosan egyensúlyi és koordinációs képességünk is növekszik.



Haspad

A haspad erősíti a szív és a tüdő működését, javítja a vérkeringést. Erősíti a hasizmokat, fejleszti a törzs hátsó részének nyúlékonyságát.



Tolórudak

A tolórudakkal a csípő, váll, kar, mellkasi és hasi izmok erősítése lehetséges. Fejleszti továbbá a koordinációt és az állóképességet.



Szörfdeszka

A szörfdeszka használatával javul a szív és a tüdő működésének hatékonysága. Erősíti az ágyéki csigolyákat, jó hatással van a csípőmozgásra, edzi az oldalsó törzs- és farizmokat. Javítja az egyensúlyt és koordinációt.



Lovaglógép

A lovaglógép a láb-, far- és vállizmokat erősíti. A láb és kar, valamint a törzs és az alsó végtagok izmainak koordinációját fejleszti.



Lépegetőgép

A lépegetőgép a láb-, törzs- és vállizmok erősítésében játszik szerepet. Fejleszti továbbá a koordinációt és az állóképességet.



Mellgép

A mellerősítő géppel a váll-, felső karizmok, mellkasi és hasi izmok erősítése a cél. Fejleszti a vállizmok stabilitását és rugalmasságát, továbbá erősíti a lapocka stabilizáló izmait is.



Kerékpár

A kerékpár erősíti a láb- és farizmokat, növeli az állóképességet és jó hatással van a koordinációra.



Hátgép

A háterősítő gép a váll, hát és felsőkarok izmait erősíti.

www.freegym.hu

FREEGYM – FITNESS INGYEN, A SZABADBAN

Hatékony, biztonságos és mindenki számára elérhető testmozgás válik lehetővé a friss levegőn. A FREEGYM gépeinek előnyeit férfiak és nők egyaránt élvezik minden korosztályból – fiatalok, családok és nyugdíjasok.

FREEGYM – FITNESS INGYEN, A SZABADBAN

Termékünk kiérdemli a felhasználók pozitív visszajelzését és elismerését, mivel előmozdítja egészségünk, emberi mivoltunk és közösségi létünk megbecsülését. A FREEGYM így elősegíti az egészséges, sportos életmódot, és közösségépítő hatása van.

FREEGYM – FITNESS INGYEN, A SZABADBAN

Fitness gépeinket a szabad levegőn lehet igénybe venni térítés nélkül. Hasonló gépeket a világ számos országában közintézmények, szociálisan érzékeny szervezetek, valamint innovatív vállalatok kínálnak a turizmus, szállodaipar, ill. rekreáció területén.

Gym
a szabadban



free
fitness ingyen,



freeGym
fitness ingyen, a szabadban

Tel.+36-21-2523776