

## Gymnastický míč Yoga Ball Sedco 75 cm



<b>Cena:</b>	<b>382,- Kč</b>
<b>Dostupnost:</b>	<b>5 dní</b>
<b>Kód zboží:</b>	8710422RU
<b>Výrobce:</b>	Sedco
<b>Kategorie:</b>	Gymnastický míč

### Gymnastický míč Yoga Ball Sedco 75 cm

Yoga Ball je pomůcka vhodná pro domácí a rehabilitační cvičení. Cvičení na míči pozitivně ovlivňuje pohybovou koordinaci, neustálým hledáním rovnováhy rozvíjí celkovou stabilitu těla, zabraňuje strnulému sezení, a proto brání deformaci páteře. Hledání rovnováhy napomáhá nevědomě stimulovat svaly, o kterých ani nevíte, že je máte. Cvičení na míči posiluje zejména pánevní a bederní svalstvo. Z těchto důvodů je míč yoga ball vhodný pro všechny, kteří tráví spoustu času u počítače nebo zkrátka mají sedavé zaměstnání, ale také i pro aktivní sportovce. Ať už cvičíte jógu, toužíte po lehkém tréninku, anebo si chcete užít trochu relaxace a zábavy.

**Technický popis:**

- výrobce: Sedco
- velikost: 75 cm
- skvělé pro rehabilitaci a posilování
- barva: dle volby