



магазин
ИННОВАЦИЙ



Массажный роллер Trigger Point

Инструкция по использованию





Тип товара: массажный роллер

Характеристики

- Назначение: самомассаж, фитнес
- Максимальная нагрузка: 120 кг
- Материалы: полиуретан, АБС-пластик
- Диаметр: 10 см
- Длина: 18 см
- Вес: 900 г
- Размеры упаковки: ~200 x 120 x 120 мм
- Вес в упаковке: ~1100 г
- Страна-разработчик: США

Тренировочные и массажные программы

Массажный роллер – это универсальный спортивный снаряд и массажное устройство, и его можно использовать множеством способов. Перед применением мы рекомендуем вам проконсультироваться с фитнес-тренером или самостоятельно изучить различные виды тренировок, найдя видео по запросам:

Trigger Point Charge
Массажный валик
Спортивный валик
Массажный ролик
Массажный роллер
Фоам Роллер
Foam Roller

Соблюдайте разумную осторожность при тренировках, плавно наращивайте нагрузку и тщательно разминайтесь. Примеры упражнений с массажным роллером:

Голень



Малоберцовая
мышца



Грудной отдел
позвоночника



Бицепс





Для зарядки аккумулятора используйте только комплектный адаптер питания. Разъем для зарядки расположен на боковой стороне роллера под защитной крышкой. Процесс полной зарядки занимает ~6 часов, наблюдать за его ходом вы можете с помощью светодиодных индикаторов, расположенных над клавишей питания.

Для включения функции вибромассажа нажмите и удерживайте клавишу питания в течение 3 секунд. Последующие короткие нажатия клавиши позволяют выбрать один из 6 режимов вибрации. Нажмите и удерживайте клавишу, чтобы отключить вибрацию.

Комплектация

- Массажный роллер Trigger Point
- Зарядное устройство

Страна-разработчик: США