



Welche Vorteile hat unser biXpack EMA Ganzkörpertraining

- Das Training ist immer betreut durch einen Trainer
- Unser EMA-Training ist extrem zeitsparend, es dauert nur 20 Minuten
- Ideal zur Fettreduktion, Muskelaufbau, Figurstraffung und Rückentraining.
- Reduziert Cellulite und "Reiterhosen".
- Stoffwechselaktivierend und durchblutungsfördernd.
- Perfekte Therapieunterstützung nach OPs & Verletzungen.
- Max. 3 Trainierende gleichzeitig.
- Kräftigt gelenkschonend und herzkreislaufschonend die gesamte Muskulatur.
- Stärkt den Rücken und schützt die Wirbelsäule.
- Stärkt den Beckenboden und kräftigt speziell die Tiefenmuskulatur (nach der Schwangerschaft oder bei Prostataproblemen).
- Ideal zum Muskelaufbau bis ins hohe Alter (unsere älteste Kundin ist 96)
- Löst Verspannungen und muskuläre Probleme.
- Intensives Ganzkörpertraining.
- Beugt Muskelschwund vor.
- da man bei uns auch im Sitzen trainieren kann, können auch Personen mit körperlichen Behinderungen bei uns trainieren

