



GetFIT Easy Line e Gymstick

GetFIT annuncia due eccezionali novità per il mondo del wellness: EASY LINE, e GYMSTICK, da provare nei Club.



Easy Line è un programma di allenamento firmato Technogym adatto a tutti. E' un circuito di 16 postazioni, 8 macchine e 8 step, studiato per essere facile ed essenziale nell'utilizzo e nell'esecuzione degli esercizi.

In soli 30 minuti si può eseguire un allenamento completo e soddisfacente, infatti, i macchinari sono stati studiati per tutti coloro che vorrebbero perdere peso e acquistare una migliore forma fisica in poco tempo. Easy Line è adatto a chi ha i minuti contati e per chi, intimidito davanti ai macchinari computerizzati e spesso troppo sofisticati, necessita di un allenamento metabolico semplice e veloce.

Il circuito Easy Line, inoltre, unisce un design fortemente innovativo a una testata affidabilità, elementi essenziali per la filosofia dei Club GetFIT.

GYMSTICK è un attrezzo ginnico innovativo per l'allenamento ed il mantenimento fisico. Nato in Finlandia, stupisce per l'efficacia e la facilità di

utilizzo. GYMSTICK è composto da una barra di esercizio in quattro colori differenti per diversificare i livelli di resistenza, lunga 130 cm con un peso di circa 500 grammi in multistrato in fibra di vetro e da due bande elastiche in lattice che hanno una lunghezza di 75 cm. Basato sul concetto della resistenza ottenuta con gli elastici, ha il vantaggio di essere estremamente maneggevole e versatile a tutti i livelli di preparazione atletica e per tutte le età. L'innovativo attrezzo è in grado di esercitare una resistenza che va da 0 a 25 Kg, suggerita dai diversi colori.

Gymstick Verde

Leggero 1-12 Kg

adatto per i giovanissimi, per i "non più giovanissimi" e per la riabilitazione

Gymstick Blu

Medio 1-15 Kg

adatto a donne, adolescenti, giovani atleti e nella riabilitazione

Gymstick Nero

Forte 1-20 Kg

adatto a uomini e donne mediamente allenati e nella riabilitazione

Gymstick Argento

Extra forte 1-25 Kg

adatto ad atleti, a uomini e donne allenati e nella riabilitazione

Grazie a GYMSTICK si possono eseguire diverse tipologie di esercizi: dal potenziamento muscolare allo stretching, dall'allenamento cardiovascolare fino alla riabilitazione e alla ginnastica posturale e agli esercizi di gruppo. Oltre a migliorare la forza e la resistenza muscolare, la postura, il controllo e la coordinazione dei movimenti, GYMSTICK migliora il metabolismo e favorisce l'ossigenazione e la circolazione del sangue.

GYMSTICK in tutti i Club Milanesi. Easy Line, invece, è disponibile nel nuovissimo Club di Lugano, a breve in tutti i Club GetFIT.