



Maintenez votre posture grâce à backgym!

Backgym est un correcteur de posture, qui renforce la musculature de façon évidente. Backgym permet d'acquérir des postures d'assise et de marche optimales, tout en apportant des bénéfices du point de vue thérapeutique, mais aussi des avantages visibles du point de vue esthétique.

Le backgym permet de vaincre les distorsions musculaires, les douleurs de dos ou de cervicales.

La Matière

La matière du backgym est de très haute qualité.

Le gilet est léger, thermoactif, il empêche l'accumulation de chaleur et d'humidité, grâce à la parfaite circulation de l'air. Il s'agit d'une matière réfléchissante, qui renforce votre sécurité lorsque vous circulez dans des chemins ou des rues sombres.

Nettoyage:

Aérer et, si nécessaire, laver à la main ou en machine à 30°C. Ne pas laver trop fréquemment!

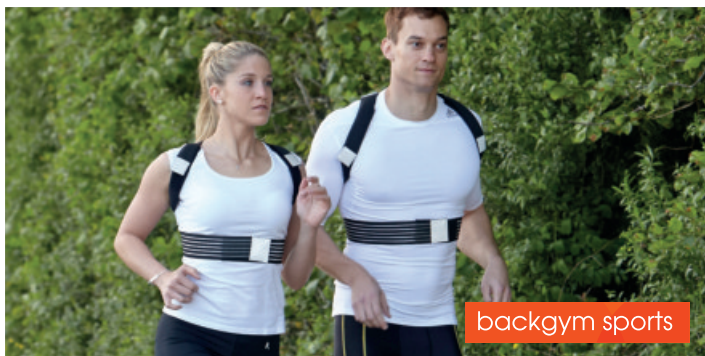
Disponible dans les tailles:*

S M L XL

*Établissez votre taille à partir de la taille que vous choisissez pour vos t-shirt.



Avec l'attitude backgym
**correct, vigoureux
et se détendre**



Raisons scoliose

- Mauvaise posture
- Faiblesse des ligaments
- Mauvaise position assise sur le lieu de travail
- Mauvaise position assise durant le temps libre
- Problèmes aux cervicales pour usage trop fréquent de téléphones mobiles ou de tablettes
- Scoliose
- Grosse poitrine
- Faiblesse musculaire
- etc.

Dans l'avenir, les effets négatifs d'une mauvaise posture occuperont une place toujours plus importante. D'ores et déjà 20 % des arrêts maladie et 50% des retraites anticipées sont dus à des troubles de la colonne vertébrale.

Les effets du raccourcissement musculaire, de la surcharge pondérale et l'augmentation des activités toujours plus sédentaires au sein de notre société s'avèrent défavorables pour notre système musculo-squelettique.

Les troubles posturaux provoquent des préjudices structurels, qui déterminent une altération des composantes osseuses de la colonne vertébrale. Cela engendre de mauvaises postures.

En cas de restrictions médicales consultez votre médecin ou votre thérapeute.



Entraînez votre posture



Une prise de conscience accrue ne suffit pas à améliorer notre propre posture corporelle. Pour autant que nous adoptions une discipline très stricte, nous retom- bons toujours dans nos vieilles erreurs posturales.

Une mauvaise posture de la colonne vertébrale est toujours à l'origine de douleurs dorsales. Backgym vous offre un gilet postural d'entraînement qui, lorsqu'il est utilisé régulièrement, combat exactement les causes à l'origine de ces douleurs.

Le gilet correcteur backgym vous apprend à adopter la meilleure posture corporelle, sans exercer de pression. Il exerce une traction sur toute la ceinture scapulaire. Grâce à cette traction, cette dernière est tirée légèrement en arrière, ce qui permet à son usager d'adopter une posture naturelle et droite sans subir de pression.

backgym s'applique à tous les secteurs

Que ce soit au quotidien, pendant le sport ou notamment pour les enfants, le backgym est dans chaque cas un soutien individuel.

Le backgym permet d'éviter le dos rond car il exerce sur la zone scapulaire une légère stimulation (rappel- ant le sac à dos), qui rend beaucoup plus difficile pour l'usager la tendance à se laisser pendouiller.

Mode



1. d'emploi Bouclez le ceinturon autour de la taille (sans trop serrer).



2. Vous pouvez maintenant ajuster les tirants pour régler le degré de traction.

Quelques astuces pour le port du gilet

1. Important: Portez le gilet backgym sur un T-shirt
2. Votre musculature a besoin d'une période d'adaptation
3. Au début, 30 minutes par jour, ensuite à volonté
4. Si vous ressentez une tension dans le dos, enlevez le gilet backgym
5. Peut être utilisé dans tout type d'activité
6. Il doit être bien attaché, mais sans exercer de pression
7. Vous pouvez le porter confortablement sous n'importe quel vêtement.