



SANTÉ & ANTI-ÂGE
LA PLEINE FORME EN 10 MINUTES

Power Plate next generation

Votre partenaire idéal

Des millions de personnes sont enchantées par cet entraînement de haute technologie. Laissez-vous gagner par l'enthousiasme !

Des effets en un seul geste

Power Plate a révolutionné les domaines du bien-être, de la beauté et de l'anti-âge. Le secret : tout le monde peut obtenir un résultat rapide, rien qu'en appuyant sur un bouton. Par ce bouton, vous mettez en route une plate forme vibrante tridimensionnelle. Nous devons le principe de base de la Power Plate aux cosmonautes russes. Il a été utilisé pour la récupération de la force musculaire et de la densité osseuse (ostéoporose) des cosmonautes avec succès !



Car les Russes pouvaient rester 400 jours dans l'espace contrairement aux astronautes américains qui, s'entraînant avec des appareils de musculation traditionnels, devaient abandonner après 120 jours à cause d'une atrophie musculaire et d'une déminéralisation osseuse trop importantes. Pour palier aux effets néfastes de l'apesanteur, les russes ont développé l'entraînement par vibrations à l'aide d'une plate forme vibrante. La Power Plate produit des vibrations à travers tout le corps et la musculature provoquant un réflexe d'étirement. On obtient alors une irrigation sanguine optimale. Les tendons, les articulations, les muscles du visage, du bassin, de la colonne vertébrale, du corps entier sont sollicités grâce au réflexe d'étirement et vont se renforcer.

Le développement de la Power Plate est basé sur une optimisation de ce principe sans utiliser des charges additionnelles, des lests, ou pratiquer des mouvements risqués, et donc sans surcharger le corps ; l'équipe d'experts de Power Plate a conçu des programmes d'entraînement différents selon l'objectif visé, du sport de haut niveau à la remise en forme et au bien-être, en passant par les personnes âgées ou sédentaires.

Pariez sur le vainqueur !

Power Plate International est leader mondial dans le domaine de l'entraînement par vibrations. Power-Plate International est innovateur et investit à grande échelle dans la poursuite du développement ainsi que dans la recherche scientifique dans le domaine de l'entraînement par vibrations et le marketing.

On trouve Power Plate dans les branches du sport et de la santé, les cabinets de kinésithérapie, les hôpitaux, les centres de rééducation ainsi que dans l'industrie de la beauté. Mais l'entraînement sur Power Plate est également appliqué au plus haut niveau dans le milieu du sport professionnel.

Prix décernés

Power Plate a déjà remporté divers prix. "Prix de l'innovation Forme et Bien-être" dans le cadre du FIBO 2002, le plus grand salon mondial de la forme et du bien-être (Berlin, Allemagne). "Prix de l'innovation 2003" durant le salon international de la beauté (Les Nouvelles Esthétiques, Paris). "Label qualité" décerné par l'Association Allemande du Bien-être en 2004, et en 2005, "Meilleur appareil Anti-âge" décerné par la Suisse.



Entraînement rapide et intensif

Tous les muscles sont sollicités, aussi bien ceux à fibres rapides que ceux à fibres lentes. Le muscle va travailler à 100% de sa capacité grâce aux vibrations.

Avec la Power Plate, on gagne rapidement en force maximale et explosive, en vitesse et en endurance.

Seulement 10 minutes de Power Plate et vous obtenez le même résultat qu'avec un entraînement de musculation traditionnel long et fastidieux.

Brûlage des graisses

L'entraînement sur Power Plate engendre une augmentation du métabolisme de base, de la dépense calorique journalière, et donc une perte de masse grasse.

Circulation sanguine

Grâce à l'entraînement sur Power Plate, le muscle va pomper le sang de 30 à 50 fois par seconde.

L'oxygène est ainsi amené beaucoup plus rapidement dans le muscle et les toxines métaboliques comme que le gaz carbonique sont beaucoup plus vite évacués.

Effets esthétiques

Le massage sur Power Plate favorise une meilleure circulation sanguine et une perte de la cellulite, améliorant ainsi la qualité de la peau.

Coordination

L'entraînement sur Power Plate stimule les récepteurs musculaires, tendineux et articulaires du corps améliorant ainsi la coordination inter et intramusculaire. Réactivité, équilibre et coordination sont améliorés favorisant ainsi la performance sportive.

Condition physique

Tous les muscles du corps sont développés, renforcés et tonifiés, notamment le cœur.

Flexibilité et étirement

Les vibrations libèrent les structures passives des articulations. L'afflux sanguin plus important et le réchauffement de la température au niveau musculaire favorisent les capacités d'étirement et d'élasticité du muscle.

Coup de pouce naturel des hormones

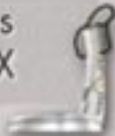
Hormones de croissance et hormones de bien-être sont sécrétées en grande quantité.





Isabelle Clerté
Coach Sportif

126, rue Roland Garros
36000 CHÂTEAURoux
06 81 29 32 92



Bon
pour une
séance gratuite

CARTE PARRAINAGE



Isabelle Clerté
Coach sportif

Qu'est-ce que le Power Plate ?

Power Plate est une plate forme vibrante dont le principe d'action est basé sur l'entraînement des cosmonautes russes dans l'espace.

Avantages :

- Tonification, renforcement musculaire
- Amincissement, anti-cellulite, drainage lymphatique et amélioration de la circulation sanguine
- Anti-âge, renforcement osseux, équilibre et souplesse
- Gestion du stress, massage...

BIEN-ÊTRE COMPLET

POWER  PLATE

Bon
pour une
séance gratuite

Nom du parrain :

.....

.....

Tel. :