

REBOOTS

SEQUENZA DEL

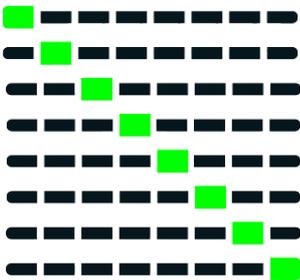
PROGRAMMA



REBOOTS **ONE**
ONE LITE

PANORAMICA DEI PROGRAMMI

A Flow



"Flow" esercita una pressione puntuale ed è quindi adatto a sciogliere i muscoli. I muscoli vengono compressi gradualmente dai piedi verso il corpo.

B Intense



"Intenso" promuove la rimozione del lattato in modo più intenso. La pressione sostenuta nelle camere inferiori impedisce il reflusso. I principianti devono avvicinarsi a questo programma lentamente. Ad alta pressione, il programma B è molto intenso ed efficace!

C Double



Simile al programma A, ma due camere vengono riempite direttamente per ogni fase. Ciò significa che "Double" raggiunge un numero doppio di passate nello stesso tempo ed è adatto a massaggi di riscaldamento più brevi.

PANORAMICA DEI PROGRAMMI

D Impulse



"Impulse" è per sessioni brevi e intense. Poiché tutte le camere vengono pulsate contemporaneamente, "Impulse" massimizza il numero di passaggi di compressione possibili in un determinato tempo.

E Intense Double



"Intense Double" offre una procedura simile a quella del programma F, ma due onde di compressione vengono eseguite in parallelo. In questo modo è possibile intervenire sulla parte inferiore delle gambe e dei polpacci con un'applicazione a doppia intensità.

F Intense Flow



"Flusso intenso" combina il flusso dei programmi A e B. Più camere rimangono sempre gonfie allo stesso tempo, evitando così il reflusso. Il "flusso intenso" favorisce quindi anche la rimozione del lattato in modo piuttosto intenso. Questo programma è adatto per una sessione di recupero rapida ma intensa.

SEQUENZA DEL PROGRAMMA

#1 RECOVERY IS EVERYTHING

Vi siete allenati duramente oggi? Avete avuto una partita o una gara importante? Allora entrate nei Reboot per migliorare il vostro recupero!

TEMPO DI APPLICAZIONE: 40 MIN **SCOPO: RECUPERO**

10 MIN.	Programma A // FLOW	pressione leggera
20 MIN.	Programma B // INTENSE	pressione leggera - media
10 MIN.	Programma C // DOUBLE	pressione leggera

#2 RECOVERY QUICKIE

Avete una gara importante domani?
Allora fatevi massaggiare rapidamente le gambe per raggiungere i vostri obiettivi di domani!.

TEMPO DI APPLICAZIONE: 20 MIN **SCOPO: RECUPERO RAPIDO**

20 MIN.	Programma B // INTENSE	pressione leggera - media
---------	------------------------	---------------------------

#3 RELEASE YOUR MUSCLES

Tratta le tue gambe con un po' di benessere e sciogli i muscoli!

TEMPO DI APPLICAZIONE: 40 MIN **SCOPO: RILASSAMENTO MUSCOLARE**

10 MIN.	Programm C // DOUBLE	pressione leggera
20 MIN.	Programm A // FLOW	media - alta pressione
10 MIN.	Programm E // INTENSE DOUBLE	pressione leggera

#4 ALL-IN-ONE

Non sapete di cosa hanno più bisogno le vostre gambe oggi?

Allora abbiamo quello che fa per voi: Un po' di tutto!

TEMPO DI APPLICAZIONE: 40 MIN

SCOPO: RIGENERAZIONE E ALLENTAMENTO

5 MIN.	Programma C // DOUBLE	pressione leggera
20 MIN.	Programma B // INTENSE	pressione leggera - media
10 MIN.	Programma F // INTENSE FLOW	media - alta pressione
5 MIN.	Programma C // DOUBLE	pressione leggera

#5 DEEP RELAX

Passo e chiudo.

Chiudete gli occhi, sedetevi e rilassatevi.

TEMPO DI APPLICAZIONE: 40 MIN

SCOPO: RILASSAMENTO

10 MIN.	Programma F // INTENSE FLOW	pressione leggera
20 MIN.	Programma E // INTENSE DOUBLE	pressione leggera - media
10 MIN.	Programma B // INTENSE	pressione leggera

#6 RELAXATION QUICKIE

Avete bisogno di una pausa dalla stressante vita quotidiana? Allora mettetevi comodi e prendetevi un po' di tempo per staccare la spina.

TEMPO DI APPLICAZIONE: 10 MIN

SCOPO: RILASSAMENTO

10 MIN.	Programma C // DOUBLE	pressione media
----------------	------------------------------	-----------------



RECOVERY IS EVERYTHING.