

## Neue Geräte

[In Schwung mit dem SMOVEY®](#)Schwingsystem für ganzheitliches Training

**Zeit:** 60 Minuten, **TN:** Erwachsene, **Ort:** Sporthalle, Gymnastikraum, für das Outdoor-Training: Wiese, Sportplatz, kleiner Platz im Wald

SMOVEY Vibroswing® unterstützt natürliche Bewegungsabläufe nach dem Grundprinzip der Schwingung. Vier frei bewegliche Stahlkugeln in einem Spiralschlauch erzeugen durch die stete Vorwärts- und Rückwärtsbewegung eine spürbare Vibration, die sich positiv auf das Lymphsystem und den Muskeltonus auswirkt. Der multifunktionale Einsatz beim Walking, in der Wassergymnastik, im Aerobictraining und im Sport mit Älteren beruht auf der einfachen Handhabung mit akustischer, taktiler und visueller Unterstützung der Bewegung.

April 2010