

Finalidade:

Um Mini Roller Myofascia pequeno, leve e durável, ideal para embalar quando se está a viajar. Este Myofascia Roller é ideal para a auto-massagem para libertar nós, apontar pontos de disparo e esticar a fáschia e pode ser usado no chão, contra a parede ou numa mesa ou secretária no escritório.

Características: Rolo

Composição: EPP (propileno expandido), sem odor.

Medida: 17 cm x 5,2 cm diâmetro

Cor: Azul

Lote: Ver embalagem

Data de produção: Ver embalagem

Modelo: 162.097

Marca: SISSEL

Fabricante: SISSEL GmbH

Morada do fabricante:

Bruchstr. 48 - 67098 Bad Dürkheim Deutschland (Alemanha)

Distribuidor: Gerimais, Lda

Morada do Distribuidor: Avenida dos

Combatentes N. 96, Estrada Nacional 1, Lugar Fonte Lagoa, 2040-344 Rio Maior - qualidade@gerimais.com.

Manutenção e armazenamento:

De fácil de limpeza com uma toalha húmida. Manter longe da luz solar direta e fontes de calor.

Instruções de Utilização:

A técnica de libertação miofascial própria (SMR) é uma forma de alongamento que utiliza o conceito de inibição autogénica para melhorar a extensibilidade dos tecidos moles. A SMR é realizada enrolando o rolo de Sissel Fascia sob cada grupo muscular até ser encontrada uma área sensível, e mantendo a pressão sobre as áreas sensíveis (conhecidas como pontos de pressão) durante 30 a 60 segundos.

Imagens do Artigo: