



L'allenamento BungyPump è il nuovo modo multifunzionale per costruire fitness e resistenza allo stesso tempo. Utilizzando un bastoncino con sospensione integrata a resistenza variabile (tra i 4 e i 10 chili), si ottiene un consumo calorico superiore del 70% rispetto ad un allenamento tradizionale. I bastoncini Bungypump possono essere utilizzati per il potenziamento della muscolatura, aumento del consumo calorico e per raggiungere una migliore forma fisica. Con i bastoncini Bungypump si può camminare, correre e svolgere esercizi di forza e potenziamento.

Il metodo BungyEnergy unisce i benefici della camminata propulsiva alla postura riabilitativa e al potenziamento muscolare dato della resistenza variabile intergrata nel bastoncino



Nato in Svezia, è uno strumento innovativo nel suo genere, che consente di allenare:

- Forza
 - Tono muscolare
 - Coordinazione
 - Equilibrio
 - Resistenza
 - Elasticità
 - Concentrazione
- attraverso l'utilizzo costante di una Postura ideale e consapevole.

Il suo utilizzo corretto coinvolge, in misura naturalmente equa, corpo, mente ed emozioni:

- realizza un'attivazione pari al 90% dei muscoli scheletrici
- aumenta, fino anche al 70%, il consumo di calorie consentendo il coinvolgimento di tutti i sensi.

