

➤ 15,00 ч. -15,10 ч.

Демонстрация на Kangoo Jumps - [Kangoo Клуб България](#)

kangoo club
bulgaria



Kangoo Jumps създават чувство за еуфория, създават положителни емоции и успешно борят скуката. Защо Kangoo – защото е лесно, ефективно и забавно. Make fun getting fit!

Kangoo Jumps са пружиниращи обувки, които намаляват противодействието със земята до 80%, благодарение на патентованата им система за защита IPS. Създадени са с рехабилитационна цел през 80 години в Канада, а по-късно през 1994 са представени за първи път на международно спортно шоу от Денис Невил, който патентова и развива обувките в последствие за използването им като аеробен забавен спорт. В България спортът Kangoo Jumps навлиза благодарение на Кинга Себестиен, инструктор от 15 години по степ аеробика, фитбол и пилатес. През 2008г. тя представя фитнес програмите на Kangoo Jumps във фитнес центрове и клубове в Румъния и Швеция. А от 2012 е официален дистрибутор и координатор на марката и за България.

Ползи за здравето:

1. Защитеност на гръбнака и ставите
2. Подобрене на баланса на тялото и координацията
3. Намаление на времето за рехабилитация
4. Укрепване на кардиоваскуларната система до 15%
5. Укрепване на гръбнака и междупрешленните дискове
6. Растеж на гръбните мускули за много кратко време
7. Изгаряне на 25% повече калории в сравнение с други упражнения
8. Помага за поддържане на правилна позиция на гръбнака
9. Натоварване на всички мускули на тялото
10. Създават се положителни емоции