

## balance your life

Gehört es nicht mitunter zu den wichtigsten Dingen in unserem Leben, das innere Gleichgewicht zu finden?

Nebst den vielfältigen Anforderungen, denen wir im Alltag genügen müssen, bleibt für die eigene, innere Balance nicht mehr viel Zeit übrig. Sämtliche Bereiche unseres Lebens wie beispielsweise die Arbeit, Freizeit oder Partnerschaft werden einzeln betrachtet, sollen aber schlussendlich zu einem harmonischen Ganzen verschmelzen. Die Gesundheit, die Leistungsfähigkeit und das Wohlbefinden eines Menschen hängen nicht zuletzt von seiner inneren Ausgeglichenheit ab.

An diesen Gedankengang knüpft das vew-do balance board an. Es kann Dich nicht in allen Belangen Deines Lebens im Gleichgewicht halten, aber es schärft diese Fähigkeit mittels Herausforderung und Spiel. Mit zunehmender Übung vermittelt es Dir nebenbei eine bessere Bodenhaftung, trainiert Deine Beweglichkeit und kräftigt die Muskeln. Und nicht zu vergessen: Es macht Spass!

Das vew-do balance board ist überall einsetzbar und hält Dich zu jeder Zeit in Form.

Ursprünglich als Snowboard-Trainingshilfe entwickelt, hilft das vew-do balance board dem Gleichgewichtssinn jedes Bewegungsfreudigen auf die Sprünge. Snowboarder simulierten mit dem vew-do balance board Griffe ans Brett. So förderten sie neben ihrem Gleichgewichtssinn und ihrer Beweglichkeit auch die Flugstabilität für Sprünge und Kunststücke. Die positiven Effekte für die innere Ausgeglichenheit machen das vew-do balance board aber nicht nur für Sportler zu einem unverzichtbaren Gerät.

Bring Dich ins Gleichgewicht und überzeuge Dich selber von der Wirkung! Schnapp Dir ein vew-do balance board und teste es!

# Balance 101



## Balance 101

Das ideale Gerät für Einsteiger und solche die Schritt für Schritt Vorwärts streben wollen.

In jeder Sportart einsetzbar im Bereich Koordination, Kraft, Ausdauer.

Sehr gut auch zur Prävention & Rehabilitation geeignet.

Wenn jeder so ein Board zu Hause hätte gäbe es weniger Unfälle.

Preis: Sfr. 199.-      € 130



# The Flow

## The Flow

Ein direktes Board, das schnell auf Bewegungen anspricht. Frauen, Kinder und andere feinfühligere Menschen fühlen sich darauf wohl.

Durch das abgerundete Ende des Rocks (Rolle) kann auch die Balance in der Querachse und die Rotation verbessert werden

Preis: Sfr. 229.- € 150



# Zippy

## Zippy

Das erste vew-do balance board das schon seit 1990 mit diesem Rock aufwartet. Es vermittelt ein gutes Kantengefühl in der Querachse und hilft Dir Deine Positionen zu perfektionieren. Das Zippy ist der Klassiker für alle Allrounder.

Preis: Sfr. 249.- € 162



# Indy

## Indy

Das Pro Model der Sportler von Morgen.  
Auf diesem Board schaffst Du alles  
Du musst nur hart üben, denn es wird  
einem heute nichts geschenkt.  
Und alles was Du hier drauf schaffst  
kannst Du auch auf anderen Board-  
Sportarten umsetzen.

Preis: Sfr. 319.- € 208



# Longboard

## Longboard

Ideales Tool für Soulrider (Surfer, Freerider) oder die, die es einfach so lieben.

Willst Du lange Wellenbewegungen ausführen dann bist Du mit diesem Board gut beraten.

Eher für größere Personen geeignet, da ein gewisser Stance vorgegeben ist.

Preis: Sfr. 319.- € 208



# The Zone Complete

## The Zone Complete

Dieses Board bietet ein solides Aufbau Training. Zuerst trainierst Du Deine Stabilität (Körperspannung) mit feinen seitlichen Bewegungen auf dem Kippholz. Wenn das klappt dann wirst Du auf

den haltlosen kleinen runden Holzuntergrund (Kreisel) gestellt, damit Du Deine ganzen Sehnen und Muskeln spannen und dehnen kannst, dabei wird viel Feingefühl in allen Richtungen verlangt und Du musst Deine ganzen Muskeln spannen. Wenn Du denn Rundrock im Griff hast bist Du bereit für die große Rolle auf der Du mehrere dieser Bewegungen kombiniert ausführst.

Sicherheitsmässig ist dieses Gerät auch sehr gut zu empfehlen. Man braucht nämlich nicht zwingend einen Helfer sondern man kann es auch alleine schaffen ohne große Stürze zu fabrizieren. Dieses Board ist geeignet für Anfänger, Athleten die sich rehabilitieren und für Fitness Begeisterte. Es gibt verschiedene Clubs die damit Trainieren (Fussball, Turnvereine, Cheerleaders u.a.)

Preis: Sfr. 359.- € 233

