

REAXRAFT

THE FLOATING BOARD

Comunicato stampa

Milano, 23 Aprile 2018

REAX RAFT- Imprevedibilità sul filo dell'acqua

“Il fluido movimento dell'acqua destabilizza qualsiasi gesto motorio che si effettua sulla board. Il risultato è un workout imprevedibile, efficace e divertente.”

REAX RAFT è un prodotto nuovo ed originale per sviluppare **motivanti programmi di allenamento** in acqua. La superficie instabile **amplifica l'intensità di ciascun esercizio**. L'atleta deve innescare rapidamente la capacità di pronta reazione per ritrovare l'equilibrio dopo ciascuna oscillazione della board. L'imprevedibilità dell'acqua si amplifica non solo per via della velocità di esecuzione dell'esercizio, ma anche per effetto del **movimento di chi si allena al tuo fianco**. Il corpo e la mente dell'atleta sono chiamati a reagire ad ogni perturbazione ed ogni esercizio diviene più efficace e motivante se eseguito su REAX RAFT. Grazie a questo prodotto è possibile rileggere in chiave più motivante numerosi format di allenamento tradizionale, inoltre la particolare **superficie garantisce comfort e grip** per svolgere in completa sicurezza esercizi in stazione eretta, supini o proni.

REAX RAFT si inserisce in protocolli di allenamento PT e Group Activity.

REAX RAFT AQUA TRAINING coniuga tutte le componenti del fitness in acqua. In ciascun programma sono combinati in modo efficace e divertente **esercizi di tonificazione, coordinazione e mobilità articolare**. Le lezioni hanno una durata compresa tra i 30 e i 60 minuti. Ad ogni modo, il Trainer può strutturare ed adattare la lezione alla progressione e alla capacità dei propri atleti.

I programmi di allenamento sono 4:

1) Ram

Reax Aqua Muscle

È il programma base necessario per passare ai percorsi più specifici. Crea le basi per approcciarsi in modo globale ai primi livelli di destabilizzazione attivando il sistema neuromuscolare e cardiopolmonare.

2) Raf

Reax Aqua Functional

È un programma di allenamento divertente e dalle ampie potenzialità. È studiato per permettere di migliorare la forza, l'equilibrio e l'agilità con l'uso di carichi leggeri e resistenze elastiche.

3) Rap

Reax Aqua Pilates

Il pilates su REAX RAFT promuove il rilassamento muscolare grazie al moto ondulatorio dell'acqua. Questo tipo di programma mira a rafforzare il corpo e correggere la postura.



Via Torino n. 2 - 20123 MILANO (MI)
Tel. +39 (0) 736 812802 - Fax +39 (0) 736 816646 info@reaxing.com - www.reaxing.com



REAXRAFT

THE FLOATING BOARD

4) Ray

Reax Aqua Yoga

La tradizione di una disciplina millenaria incontra questo nuovissimo prodotto. Tutta la muscolatura più profonda viene attivata per effetto dell'instabilità dell'acqua e tutti i benefici delle tipiche posizioni dello yoga vengono amplificati.

Il set-up per allestire una piscina è molto rapido. REAX RAFT dispone di un originale, **rapido e sicuro sistema di ancoraggio ideale per: report, club e piscine.**

REAX RAFT amplifica i benefici dell'allenamento sia in termini di performance fisiche sia a livello di benessere mentale che solo il contatto con l'acqua sa rilasciare. Tutta la muscolatura profonda viene attivata, come gli stabilizzatori profondi della schiena difficili da raggiungere con gli allenamenti tradizionali in palestra. Questa straordinaria board migliora **la coordinazione, l'equilibrio, la resistenza e il tono muscolare.**

*Reaxing è la prima azienda al mondo ad aver sviluppato una metodologia di allenamento e un range di attrezzature che sfrutta la tecnologia del "Sudden Dynamic Impulse". Reaxing training è il primo ed unico training method al mondo che prevede la somministrazione graduale e controllata di impulsi attraverso le stimolazioni luminose sonore e tattili e/o le interferenze o perturbazioni motorie improvvise che durante il gesto motorio costringono l'atleta o il paziente ad attivare rapide reazioni neuromuscolari. L'imprevedibilità allena i sensi e spinge il training ad un livello qualitativo e quantitativo migliore, infatti: aumentano le performance sportive, aumenta l'attività metabolica, migliora la reattività muscolare e l'affidabilità nelle fasi di recupero post trauma, nonché riduce il rischio di infortuni. Reaxing Training è versatile e facilmente personalizzabile nella durata e nell'intensità ed è adatto praticamente a tutti. Il range prodotti Reaxing può essere utilizzato in molteplici attività di training. Grazie alle sue caratteristiche può essere implementato nei club fitness, negli High performance centers e negli studi di riabilitazione. Alcuni prodotti e programmi d'allenamento sono idonei alle attività acquatiche. L'offerta Reaxing è arricchita da attrezzi innovativi quali: **REAX LIGHTS, "the clever lights"; REAX CHAIN, "the mutant weight"; FLUIBALL, "the water ball"; REAX RAFT, "the floating board"**, i quali rendono il training, nello stesso tempo, altamente funzionale, allenante, divertente e rappresentano i fitness trend più innovativi del momento.*

Contatti

Telefono: +39 (0) 736 812802

Email: academy@reaxing.com

Area Press & Media: www.reaxing.com/area-press-media/

Websites: www.reaxraft.com - www.reaxing.com



REAXRAFT

THE FLOATING BOARD



Materiali multimediali disponibili su: www.reaxing.com/area-press-media/

REAXING
TRAIN TO REACT

