INNOVATIVES WORKOUT FÜR DEN GESAMTEN KÖRPER

Mehr als 400 Muskeln, bis zu 1000 kcal pro Stunde

ABWECHSLUNGSREICHES TRAINING

Kraft, Ausdauer und individuelle Höchstleistungen

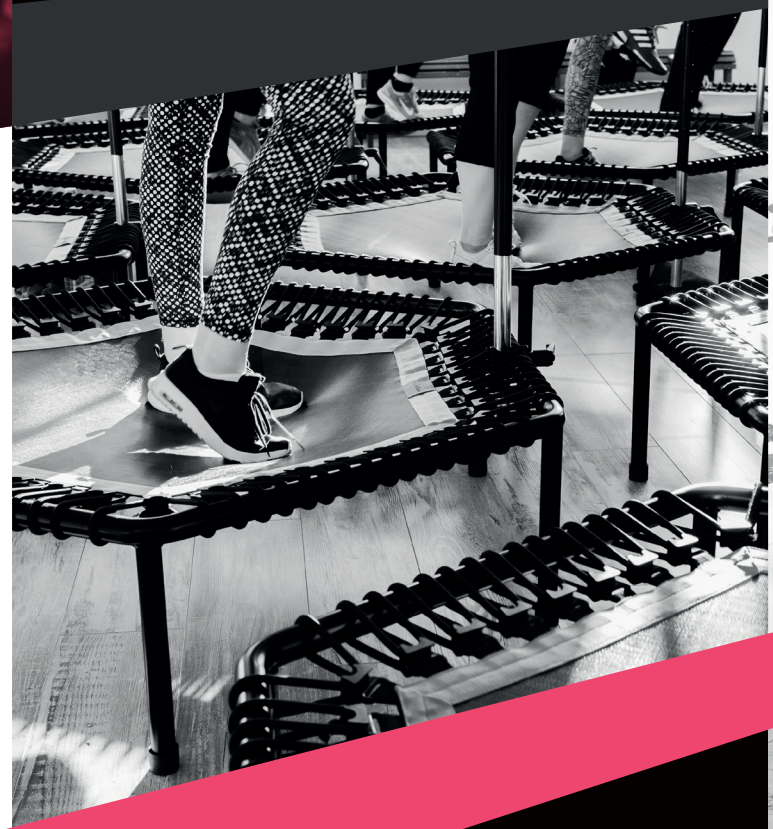
SPAß TRIFFT EFFIZIENZ

Der gesamte Körper wird trainiert

KONTINUIERLICHES AUSBALANCIEREN

Regelmäßiger Wechsel zwischen Anspannung und Entspannung

bellicon jumping



bellicon Business GmbH

Schönhauser Allee 36 / 39 | 10435 Berlin
Telefon: +49(0)30 - 99 40 49 31 7
Mail: info@bellicon.business

www.bellicon.business

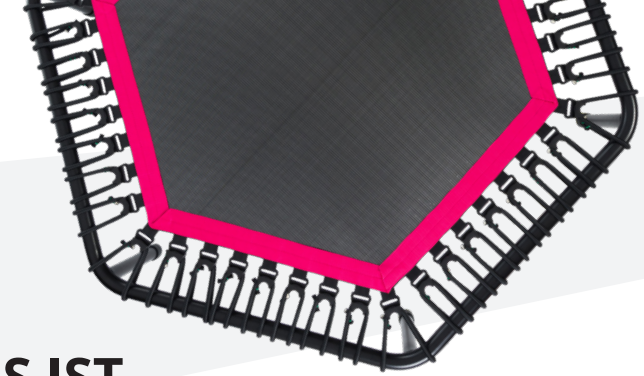
bellicon jumping

AUF DEM SPRUNG ZU MEHR FITNESS

VERBESSERT BEWEGLICHKEIT UND BALANCE

EMOTIONAL, EINZIGARTIG, EFFEKTIV

www.bellicon.business



WAS IST BELLICON® JUMPING?

- Durchdachtes Konzept mit vielfältigen Übungen
- Außergewöhnliches Gruppenerlebnis zu mitreißender Musik
- Individuelle Anpassung der Intensität
- Einprägsame Grundschritte
- Schnelle Erfolgserlebnisse
- Für jeden geeignet, egal welches Alter, ob Frau oder Mann

FUNKTIONALITÄT TRIFFT DESIGN

- Die sechseckige Fläche mit der rutschfesten Matte bietet optimale Elastizität und sorgt für eine sanfte Landung
- Stabilität und Sicherheit dank der hochwertigen Materialien und einem höhenverstellbaren Haltegriff
- Durch den gleichmäßigen Widerstand werden die Gelenke geschont
- Belastbar mit bis zu 200 kg

MEHR ALS NUR GESUNDHEITSSPORT

- Verbrenne mehr als 1000 kcal in einer Kursstunde durch die Freisetzung fett-verbrennender Enzyme
- Körpereigene Glückshormone lindern Stresskrankheiten und vermitteln ein Gefühl von Freiheit und Unbeschwertheit
- Aktiviere mithilfe der Schwerkraft Muskeln, die im Alltag kaum noch angesprochen werden
- Insbesondere die tiefliegende und stabilisierende Rückenmuskulatur wird gekräftigt
- Deine Gelenke werden schonend trainiert und durch die Bewegung mit Nährstoffen versorgt
- Senke deinen Blutdruck und verbessere Durchblutung und Sauerstoffzufuhr
- Stärke Herz und Lunge
- Die Stimulation des Lymphsystems sorgt für eine aktive Entschlackung und Stärkung der Abwehrkräfte
- Die erhöhte Stoffwechselaktivität durch diese Form des Ausdauertrainings kann bis zu 24 Stunden anhalten
- Deine Atmung wird vertieft und die vitale Lungenkapazität erhöht