

Nyhet!

catslide™



Catslide er effektiv, funksjonell og intensiv styrketrening som utfordrer hele kroppen. Her må du jobbe med kjernemuskulaturen, de dype rygg- og magemusklene.

God styrke i mage og rygg gir mye lavere risiko for både akutte skader og for belastningsskader. I tillegg er det viktig for velvære vårt å kunne stole på at kroppen vår spiller på lag med oss når vi trenger det.

Catslide™ er utviklet av Mykjemeir og Krønsj.
www.catslide.no