

L'expertise santé

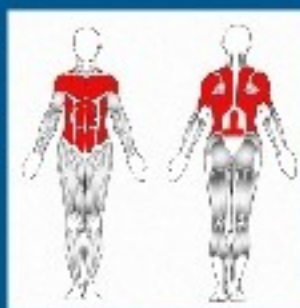
Marcher avec **BungyPump** permet de prévenir et de soulager les lombalgies, grâce au travail simultané des muscles dorsaux et abdominaux. La propulsion induite par l'utilisation des bâtons place naturellement la colonne vertébrale dans une bonne posture.

Le renforcement musculaire doux et souple (amorti du bâton au contact du sol), la diminution des contraintes articulaires des membres inférieurs, le travail équilibré entre le haut et le bas du corps, permettront d'acquérir une meilleure condition physique.

La pratique de la marche avec **BungyPump** améliore votre santé et votre bien-être. 30 mn par jour sont recommandées.



Mireille Pain
Kinésithérapeute Agréée



Les muscles du tronc sollicités lors de la marche

Ne pas jeter sur la voie publique

Des exercices en extérieur comme en intérieur



BungyPump France

SARL Hydratechnic centre d'affaires ALDATU, rue Léon Larregain 64240 HASPARREN

Tél : 05 59 58 13 59 - Fax : 05 59 70 28 83 - contact@bungypump-france.fr - RCS : Bayonne 513 197

Se muscler sans y penser



90 % des muscles du corps sollicités
77% de calories consommées en plus
Atténuée les pressions articulaires



Fitness - Endurance - Musculation - Rééducation - Perte de poids

Bâton à résistance BungyPump

BungyPump est un bâton d'entraînement unique avec un système de pompe de 20 cm.

La gamme comprend différents modèles qui varient entre 4 et 10 kg de résistance.

La seule pression exercée sur le bâton lors d'une marche permet un renforcement musculaire et une perte de calories importante.



La gamme BungyPump



BUNGYPUMP NUMBER ONE

4 kg de résistance

Pour les personnes en reprise d'activité physique et le travail de l'équilibre

BUNGYPUMP ENERGY

6 kg de résistance

Pour les personnes sportives voulant améliorer leur condition physique

BUNGYPUMP POWER

10 kg de résistance

Pour les sportifs d'élite à la recherche de la performance

BUNGYPUMP SLIMLINE

4 kg de résistance

Pour les personnes qui souhaitent débuter avec BungyPump et qui recherchent un bâton léger

BUNGYPUMP WALKATHLON

4 et 6 kg de résistance

2 en 1 Pump & Rigide pour ceux qui recherchent un bâton polyvalent sur tous les terrains

Adaptés pour la marche et tous les exercices de renforcement musculaire

Adaptés pour la marche et les exercices légers de renforcement

Rapport de test MODO SPORTS ACADEMY



Cette étude compare trois types de marches:

1. Marche sans bâton
2. Marche avec bâtons rigides
3. Marche avec les bâtons dynamiques BungyPump

Le groupe étudié est composé de 15 personnes âgées entre 21 et 57 ans.

Les conditions de test : une marche de 30 minutes à 6,5 km/h sur une surface inclinée de 1 à 3°.

Avec les bâtons BungyPump nous constatons un accroissement de la consommation des calories jusqu'à 77%.

60 minutes de marche avec BungyPump correspondent à :

- 90 minutes de marche sans bâton et
- 80 minutes de marche avec des bâtons rigides.

BungyPump est utilisé par :

- Des coaches sportifs
- Des préparateurs physiques
- Des centres de fitness
- Des fédérations sportives
- Des associations de marche
- Des centres de loisirs
- Des centres de thalassothérapie
- Des cliniques du dos
- Des centres de rééducation
- Des centres de minceur

Cette étude démontre l'avantage de la marche BungyPump par rapport aux autres types de marche.

Indicateur de la performance

Pressions exercées en tonnes lors d'une marche

	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100
Bâton 10 kg de résistance	10	20	30	40	50	60	70	80	90	100
Bâton 6kg de résistance	6	12	18	24	30	36	42	48	54	60
Bâton 4 kg de résistance	4	8	12	16	20	24	28	32	36	40
Distance parcourue en Km	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10