

Faszien-Rollout

Die blackroll-orange ist die ideale Massagerolle für jeden. Unabhängig davon, wie sportlich Sie sind – Sie bekommen eine Rolle für viele Einsatzbereiche: Selbstmassage, aktive Regeneration, Erholung, Fitness, Kraft- und Koordinations-training. Dank zahlreicher Übungen können Sie sich Ihr eigenes Trainings- und Entspannungsprogramm zusammenstellen und bleiben entspannt, flexibel und kräftig.



Einfache Anwendung

Die Anwendung der blackroll-orange im Stehen oder Liegen ist denkbar einfach: Rollen Sie einfach über die gewünschten Muskelpartien. An verspannten oder schmerzenden Stellen sollten Sie einige Sekunden anhalten und dann weiter rollen. Der Druck auf die Rolle kann beim Abstützen mit den Armen oder dem nicht aktiven Bein leicht variiert werden. Durch regelmäßiges Üben wird das Bindegewebe weicher und elastischer – die Übungen wohltuender und effektiver.



BLACKROLL ORANGE



Material & Pflege



- **Abmessungen:** 30 cm lang, Ø 15 cm
- **Material:** hochwertiges EPP (expandiertes Polypropylen) robust, abriebfest, geruchlos & wasserfest
- **Pflege:** einfach mit Wasser oder Desinfektionsmittel zu reinigen



- ✓ hautfreundlich & physiologisch unbedenklich
- ✓ ohne Verwendung von Treibgasen hergestellt
- ✓ 100% recyclingfähig



Geprüft* und empfohlen vom Forum: Gesunder Rücken – besser leben e.V. und dem Bundesverband der deutschen Rückenschulen (BdR) e.V.

Weitere Infos: www.agr-ev.de

*nicht geprüft wurde der blackroll-orange BLOCK

Hier finden Sie unsere große Auswahl an blackroll-orange Produkten. Bestellen Sie unter:

www.blackroll-orange.de



dr. paul koch GmbH • Im Geiselrain 7 • 72636 Frickenhausen
☎ info@blackroll-orange.de ☎ +49 (0) 7022 40595-0



DIE Selbstmassagerolle

blackroll-orange - DAS ORIGINAL
für Ihr tägliches Faszien-Rollout
Aktive Regeneration im Alltag, Sport & Therapie

BLACKROLL ORANGE

Kleine Rolle – große Wirkung
für Gesundheit & Wohlbefinden



Jetzt wird gerollt

Die blackroll-orange ist eine Selbstmassagerolle, die mit einfachen Übungen die Muskulatur und das Bindegewebe (Faszien) gezielt entspannt, kräftigt und Verklebungen in den Faszien löst. Entwickelt zur aktiven Regeneration dient die Massagerolle dem Anwender zur Entspannung und Fitness im Alltag, beim Sport und zu Therapiezwecken.



VIelfÄLTIGE WIRKUNGEN...

- Elastizität und Leistungsvermögen der Muskulatur spürbar steigern und erhalten
- Lösen von Verklebungen der Faszien (Bindegewebe)
- Muskeln gezielt regenerieren, Durchblutung steigern
- Verspannungen vorbeugen und lösen
- Haltungsschäden entgegenwirken
- Triggerzonen effektiv behandeln
- zum Auf- und Abwärmen beim Sport

Das Prinzip der aktiven Regeneration

Die blackroll-orange funktioniert nach dem Prinzip der aktiven Regeneration – Bewegung und Druck der Selbstmassage lösen Muskelverspannungen und Verklebungen im Bindegewebe, steigern die Durchblutung und machen so Muskeln und Bindegewebe elastischer und widerstandsfähiger gegen Belastungen.

Ihr gezielter Beitrag zu Fitness & mehr Wohlbefinden!

Die blackroll-orange ist in 5 Varianten erhältlich:

Von soft bis ultra-intensiv. Tipp: Wenn Sie sich nicht sicher sind – mit der STANDARD liegen Sie immer richtig.



Übungen inklusive – Auf unserer Homepage finden Sie Videos, Fotos, Illustrationen und Plakate.

Übungen online »



youtube.com/blackrollorange »
« facebook.com/blackrollorange



Weiteres Zubehör

blackBALL-orange 8 & 12 cm

DIE PUNKTGENAUEN – für gezielte Massage



blackroll-orange MINI

DIE KLEINE – für mehr Flexibilität



TwinBALL-orange 8 & 12 cm

DIE DOPPELTEN – für die punktuelle Massage



Praktische Sets

Wir bieten Ihnen unsere blackroll-orange Produkte in verschiedenen praktischen Sets an. Nutzen Sie den Preisvorteil!

(Abbildung: Empfehlung: SMR Set im praktischen Aufbewahrungskoffer)



Vielfältige Übungen, immer zur Hand:

Die blackroll-orange APP

Erhältlich für Android & iOS-Geräte!

