



Jumping Fitness op de FIBO:

WAT MAAKT JUMPING FITNESS ZO UNIEK, DAT NEDERLAND NU OOK WORDT VEROVERD?

Twee jaar geleden was Jumping Fitness op de FIBO aanwezig in de grote hal, met een stand vol trampolines en springende fitnessbeoefenaars met een koptelefoon op. Een jaar geleden waren er al veel meer demo's en workshops te zien. Dit jaar wordt het een nog groter spektakel. Het kan niet missen dat dit inmiddels succesvolle concept voor de derde keer aanwezig is op de Fibo, deze keer in Hal 4.1 locatie A20. Met een grotere stand dan ooit met 108 vierkante meter, waar verschillende workshops gegeven worden, vijf keer per dag en tien minuten lang. En tevens één keer per dag op het grote podium! Het succesvolle bedrijf uit Berlijn weet Nederland dankzij de inzet van de distributeur en het vaste team langzaam te veroveren.

Effectieve calorieverbranding

Tijdens een Jumping Fitness work-out zijn er meer dan 400 spieren aan het werken, veel meer dan bij vergelijkbare duursporten. Jumping Fitness is duidelijk effectiever dan joggen voor het lichaam en het ontlast bovendien de gewrichten.

Efficiënte training

Buik, benen, billen – Jumping Fitness maakt je hele lichaam stevig. Gelijktijdig verbeteren de dynamische oefeningen het uithoudingsvermogen en helpen rugproblemen te voorkomen.

Perfect tegen stress

Jumping Fitness maakt je gelukkig, want tijdens de work-out komen endorfines vrij! Waarom dat zo is? Omdat Jumping Fitness een intensieve training op energieke muziek biedt en gelijktijdig een geweldige teamgeest creëert.

Geschikt voor iedereen

Gewicht, leeftijd of trainingsniveau zijn niet relevant voor beginners. Het belangrijkste is dat je plezier wilt hebben! Sprongen en technieken zijn gemakkelijk te leren en garanderen zelfs beginners snelle succeservaringen.

Jumping Fitness garandeert een innovatieve work-out voor het hele lichaam. Meer dan 400 spieren worden geactiveerd, circa 800 kcal per lesuur worden verbrand. Afwisselende oefeningen voor kracht, uithoudingsvermogen en individuele doelen. Dat is effectief en leuk! Elke spier in het lichaam wordt getraind. Het 'jumpen' werkt tegen de zwaartekracht, het is een constante wisseling tussen in- en ontspanning.

Barry Verkade geeft een opsomming van redenen waarom Jumping Fitness?

- Doordacht concept met gevarieerde, leuke oefeningen
- Geweldige groepsgeest en motiverende muziek
- Individuele aanpassing van de intensiteit
- Gemakkelijk aan te leren stappen
- Maakt je lichaam snel strak en stevig
- Geschikt voor iedereen, jong en oud, man of vrouw
- De zeshoekige vorm met antislipmat garandeert een optimale elasticiteit en een zachte landing op de springmat
- Stabiliteit en veiligheid dankzij hoogwaardig materiaal en een in de hoogte verstelbare steun
- De gelijkmatige weerstand beschermt de gewrichten
- Belastbaar tot 200 kg
- Door het activeren van vet verbrandende enzymen worden meer dan 1000 kcal in een lesuur verbruikt
- Er komen gelukshormonen vrij, die stress afbouwen en een gevoel van vrijheid en zorgeloosheid geven
- De constante wisseling van de zwaartekracht traint ook de spieren die je in het dagelijkse leven nauwelijks gebruikt
- De oefeningen zijn perfect voor de dieper gelegen, stabiliserende rug musculatuur
- Je gewrichten worden behoedzaam getraind en do or de beweging met voedingsstoffen verzorgd
- Helpt je bloeddruk te verlagen en verbetert de bloedsomloop en de zuurstoftoevoer
- Maakt je hart en longen sterker
- Het lymfestelsel wordt gestimuleerd, waardoor het lichaam ontslakt en het immuunsysteem versterkt wordt
- Van de verhoogde stofwisseling na het jumpen kan je lichaam 24 uur lang profiteren
- Verdiept je ademhaling en verhoogt je vitale longcapaciteit

Bezoek de Jumping Fitness stand op de FIBO 2018 in Hal 4.1 locatie A20 of bezoek de website: www.jumping.fitness/nl/