

6 tutos COMPEX

Les bons réflexes à adopter !



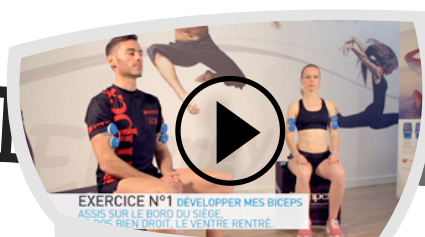
6 vidéos +
1 Fit 5.0 =
une remise en
forme complète

Les fesses, abdos, pectoraux, bras et cuisses sont autant de parties du corps qu'il faut entretenir et muscler pour avoir une silhouette de rêve ! **COMPEX** met à disposition en ligne des **Vidéos tutorielles** pour travailler chaque groupe musculaire. Idéal pour se construire des muscles toniques et dessiner sa silhouette. **Ces exercices en vidéos remplaceront une séance de renforcement traditionnel ou en compléteront un plan d'entraînement.** Des résultats à partir de **6 semaines** d'utilisation.



Développer les pecs

Durée : 18 minutes / 4 exercices



Raffermer les bras

Durée : 10 minutes / 2 exercices



Tonifier les adducteurs

Durée : 13 minutes / 2 exercices



Tonifier les quadriceps

Durée : 14 minutes / 3 exercices



Modeler les fesses

Durée : 11 minutes / 2 exercices



Sculpter les abdos

Durée : 27 minutes / 4 exercices

Compex

Simple d'utilisation et intuitif avec ses pictogrammes explicatifs et son menu « favoris ».

Le COMPEX FIT 5.0, sans fil, s'utilise aussi bien en statique qu'en dynamique pour optimiser les résultats.

Le Fit 5.0 est le premier électrostimulateur, avec des qualités professionnelles, sans fil qui offre une totale liberté de mouvements.

Destiné à tous les adeptes du fitness, ce compex est le nec-plus-ultra de la gamme puisqu'il dispose des programmes récupération, anti-douleur, rééducation et fitness.



Prix : 599€ Conseils et utilisation sur Compex.info. Nouvel espace dédié aux utilisateurs COMPEX

À Propos de Compex

Compex est une marque d'origine suisse qui a développé en un peu plus de vingt ans une expertise sans précédent dans les domaines de la rééducation, du traitement de la douleur et de l'entraînement sportif. L'électrostimulation, technologie phare de Compex, s'est imposée au fil des années comme l'alliée incontournable des professionnels de la santé et des sportifs les plus exigeants. C'est aujourd'hui une technique d'entraînement largement répandue, utilisée pour la préparation physique, la récupération musculaire, la prévention des blessures, la rééducation ou le traitement des douleurs. Soutenu par des études cliniques prouvant leur efficacité, les stimulateurs Compex appartiennent à la catégorie des appareils médicaux classe II et répondent aux exigences de la norme Médicale Européenne 93/42 CEE.

Tél : 05 59 52 68 18 / www.compex.info