Dane aktualne na dzień: 22-11-2026 15:59

Link do produktu: https://angelikapioro.pl/roller-z-wypustkami-crossfit-eva-33cm-p-26.html



Roller z wypustkami CROSSFIT EVA 33CM

Cena	**27,99 zł**
Dostępność	**Zapytaj o dostępność**
Czas wysyłki	**3 dni**
Numer katalogowy	**roller**
Producent	**4FIZJO**

Opis produktu

ROLLER DO MASAŻU 4FIZJO EVA - CZARNY

Roller z wypustkami, dla kogo będzie najlepszy ?

Roller do masażu to uniwersalny przyrząd do rozluźniania mięśniowo - powięziowego. Przygotowanie mięśni do treningu jest podstawą zdrowego uprawiania sportu. Wypustki na wałku mają za zadanie doskonale rozgrzać i przygotować tkanki do większego wysiłku. Roller EVA jest dedykowany osobom uprawiającym sport, trenerom oraz fizjoterapeutom. **Roller** ma szerokie zastosowanie. **Wałek z kolcami** służy jako element rozgrzewki, akcesorium do treningu. Praca z wałkiem jako element końcowy trening pomaga nam poprawić ruchomość naszych stawów. Dzięki użyciu **rollera** poprawiamy **gibkość i mobilność**.



Roller do mocnego masażu.

Rolowanie przed intensywnym treningiem prowadzi do aktywizacji powięzi. Uruchamiamy procesy lepszego dotlenienia mięśni, poprawy krążenia.

Przygotowanie tkanki mięśniowej przed wysiłkiem pozwoli nam uniknąć kontuzji i przeforsowania mięśni. Często pojawia się pytanie, **jaki roller wybrać** ? Wałek dobieramy w zależności do naszego doświadczenia w rolowaniu oraz od naszej aktywności fizycznej.



Roller charakteryzuje się wyższą twardością, wypustki intensywniej rozmasowują ściągnięte mięśnie. Dzięki zastosowaniu wypustek automasaż jest zdecydowanie mocniejszy a efekt ‘’dogłębny’’. Roller polecamy osobom regularnie ćwiczącym. Intensywny wysiłek fizyczny powoduje ściągnięcie mięśni oraz otaczających ich powięzi. Odczuwamy ból, mięśnie są przykurczone. Rolowanie jest prostą metodą na ich masaż. Automasaż ma działanie terapeutyczne i rozluźniające na nasze mięśnie.

Jakie korzyści daje rolowanie wałkiem twardym z wypustkami?

- rozładowanie napięcia mięśniowego
- właściwe rozciągnięcie mięśni przed treningiem
- zapobieganie zakwasom
- poprawa ukrwienia
- rozbicie tkanki tłuszczowej
- poprawa kurczliwości mięśni stymulacja procesów metabolicznych
- wypustki pomogą dotrzeć do głębszych partii mięśni

Wałek do masażu twardy z wypustkami.
Materiał, z jakiego wykonane są nasze rollery to najwyższej jakości pianka EVA. Swoją gęstością dobrana w idealny sposób. Pianka ta jest hipoalergiczna oraz bezzapachowa, aby spełnić oczekiwania nawet najbardziej wymagających użytkowników. Po każdym treningu możesz swobodnie umyć wałek, gdyż jest on wodoodporny. Zapewnia to najwyższą higienę użytkowania naszego rollera. Wypustki na wałku gwarantują mocniejszy automasaż. Pianka jest twarda i odporna na uszkodzenia.







Co daje rolowanie ?

Nawodnienie mięśni oraz powięzi poprzez intensywny masaż. Po treningu Twoje mięśnie są często obolałe i mało mobilne. Wszyscy wiemy, że do dobrej regeneracji potrzeba im wody, tlenu oraz substancji odżywczych. Ograniczając ruch po treningu, zmniejszasz nie tylko odczucie bólu mięśni, ale również ukrwienie tkanek. Dlatego dobrze odwrócić ten proces. Rolowanie poprawi dopływ krwi wraz z tlenem, substancjami odżywczymi oraz wodą do tkanek. Mięśnie oraz otaczająca je powięź będą regenerować się dużo szybciej. Dodatkowo ból mięśni nazywany przez wiele osób „zakwasami” minie dużo szybciej. Aby zwiększyć efekt nawodnienia powięzi oraz mięśni przed treningami rolowania pij wodę ze szczególną intensywnością.

Dlaczego nasze rollery ?

Rollery do masażu 4FIZJO produkowane są z materiałów najwyższego gatunku. Dbamy o jakość materiałów. Wałki charakteryzują się wysoką odpornością na uszkodzenia oraz higieną użytkowania. Wysoka jakość to komfort użytkowania i gwarancja wytrzymałości.

Produkt posiada dodatkowe opcje:

Kolor: czarny