



SENSOPRO



DAS KOORDINATIONS- KONZEPT

Für schnellere Rehabilitation,
bessere Gesundheit und mehr Fitness.

WELCHES IST DEIN PERFEKTES PROGRAMM?

Sensopro eignet sich für Bewegungsmuffel, Spitzensportler, Verletzte, Skifahrer, Senioren, Fussballer, Wanderer, Fitnessfreaks und DICH!

Verbessere deine Koordination – ganz einfach und eigenständig!
Lege hier deine Basis für ein effizienteres Kraft- und Ausdauertraining!

UND SO EINFACH GEHT'S:

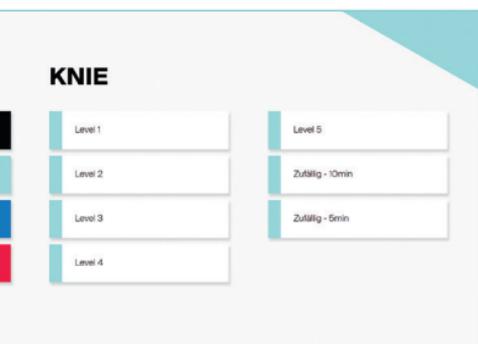
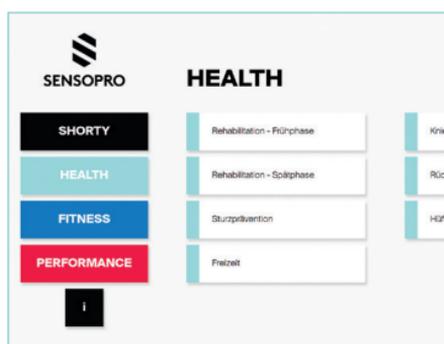
Wähle deine Kategorie und dein Programm

HEALTH: für Gesundheit und Rehabilitation

FITNESS: für Hobbysportler und Bewegungsmuffel

PERFORMANCE: für Koordinationsexperten und Leistungssportler

SHORTY: für ein kurzes Warm-up oder Cool-down



Ein Programm besteht aus 5 Levels. Starte bei Level 1 und absolviere pro Level mindestens 3 Einheiten.

Durchlaufe in jeder Trainingseinheit ein komplettes Training von 10 Minuten Dauer.

Lass dich von deinem Trainer zu deinem perfekten Programm beraten.

www.sensopro.swiss

