

Body Space

Body-space je také vhodná sportovní aktivita nezatěžující klouby.

Doba cvičení: 30 minut

CO S SEBOU? Sportovní oblečení, botasky a ručník

Kontraindikace (pro koho se tato procedura nedoporučuje):

- těžké srdeční choroby
- akutní žilní onemocnění
- nádorová onemocnění
- cukrovka
- hemoroidy
- velmi vysoký tlak
- těhotenství

