

aptonia

NUTRITION & SOIN DU SPORTIF

LA RÉCUPÉRATION avec les ACCESSOIRES D'AUTO MASSAGE

Après l'effort, le repos à lui seul, n'est pas suffisant. Le massage permet d'apporter différents avantages :

- une récupération plus rapide (grâce au drainage des toxines par activation de la circulation sanguine)
- une réduction de la fatigue générale
- une baisse des tensions et douleurs.

C'est en partant de ce constat que nos équipes de conception ont développé au côté d'un kinésithérapeute, une gamme d'accessoires de massage pour la récupération.

Accessoires d'auto-massage

Quels sont les accessoires d'auto-massage ?

Nous avons 3 produits: un rouleau, un bâton et une balle. Il sont tous conçus pour décontracter les muscles et améliorer la circulation sanguine sur la zone traitée. L'avantage est surtout qu'il sont tous basés sur le principe de l'auto-massage ce qui permet une indépendance totale des gestes.



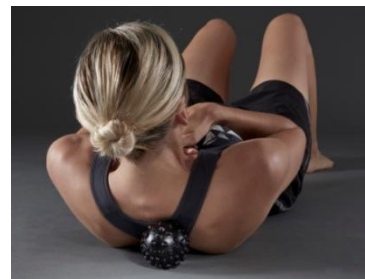
ROULEAU DE RÉCUPÉRATION 300 :

Un rouleau pour le massage en profondeur de larges parties du corps comme le dos, les cuisses, les mollets. La pression est mise par le poids du corps.



BÂTON DE RÉCUPÉRATION 300

Le bâton pour un massage en profondeur et effleurage de l'ensemble du corps. La pression est mise par l'utilisateur.



BALLE DE RÉCUPÉRATION 300

La balle pour un massage en profondeur de petites zones. La pression est mise par le poids du corps ou par l'utilisateur.

Comment s'utilisent-ils ?

Rouleau : faire des petits mouvements d'avant en arrière en remontant sur le haut du corps pour les parties basses.

Bâton : faire des pressions sur les muscles en profondeur en remontant par petits mouvements.

Balle : faire des mouvements de rotation en profondeur.

Quels sont les avantages à utiliser ces produits ?

- une récupération plus rapide grâce au drainage des toxines par activation de la circulation sanguine
- une réduction de la fatigue générale
- une baisse des tensions et douleurs.



**ROULEAU DE
RÉCUPÉRATION 300**

19,99€

Prix de vente conseillé chez Decathlon
Référence 8359044



**BÂTON DE
RÉCUPÉRATION 300**

9,99€

Prix de vente conseillé chez Decathlon
Référence 8359047



**BALLE DE
RÉCUPÉRATION 300**

4,99€

Prix de vente conseillé chez Decathlon
Référence 8359046

L'auto-massage manuel

LA CRÈME RECOVERY

La crème se transforme en huile pour permettre un massage prolongé et donc une meilleure récupération sportive. Le but est d'avoir les bénéfices d'une huile et la praticité d'une crème.

Bénéfices

- Massage prolongé
- Prévient l'apparition des tensions musculaires (courbatures, crampes...).
- Procure un effet de chaleur



Contient

Extrait d'Arnica L'arnica est reconnu pour ses propriétés adoucissantes, apaisantes, protectrices et régénérantes. On lui reconnaît des bienfaits anti-inflammatoires et stimulants de la circulation sanguine.

Glycerine Actif régénérant – Maintien l'hydratation cutanée.

Menthol Extrait végétal rafraîchissant.

Extrait de chili pepper Effet chauffant rapide et intense mais de courte durée.

Extrait de Ginger Action tonique, antiseptique.

Huile Essentielle de romarin Propriétés stimulantes et tonifiantes.

Contenance : 100ml

Prix de vente : 6,99€ Prix de vente conseillé chez Decathlon

Référence : 8335445

Qui sommes nous ? Aptonia est la marque qui prend soin du corps du sportif : www.aptonia.fr
Contact presse: sophie.gallazzini@decathlon.com