

Sport-Thieme Beinschwimmer „Hydro“

Vielen Dank, dass Sie sich für dieses Produkt entschieden haben!

Damit Sie viel Freude an diesem Produkt haben und die Sicherheit gewährleistet ist, sollten Sie diese Anleitung vor dem Gebrauch zunächst vollständig durchlesen. Bewahren Sie die Anleitung gut auf. Für Fragen und Wünsche stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.



Beinschwimmer Cuffs

Art. 2001601 Größe L, 21 cm hoch
Art. 2001614 Größe XL, 31 cm hoch

Fußgelenktreiber für extra Widerstand und Auftrieb, geschlossenzelliger PE-Schaum, weich und elastisch, Klettbandbefestigung, Universalgröße, per Paar

Erhöhung des Auftriebs:

Im Tiefwasser, oft in Kombination mit einem Aquajogging-Gürtel, verstärken Beinschwimmer den Auftrieb und helfen, den Körper in einer stabilen, aufrechten Position zu halten. Dies ist besonders nützlich bei Übungen ohne Bodenkontakt.

Widerstandstraining und Muskelaufbau:

Durch die vergrößerte Oberfläche bieten Beinschwimmer einen erhöhten Wasserwiderstand bei Beinbewegungen, wie zum Beispiel beim Beinstrecken nach hinten oder beim Laufen im Wasser. Dies führt zu einem intensiveren Training der Beinmuskulatur.

Therapeutische Zwecke und Rehabilitation:

Aufgrund der Gelenkschonung des Wassertrainings werden Beinschwimmer auch in der Wassergymnastik und Rehabilitation eingesetzt, um gezielt Muskeln aufzubauen, ohne die Gelenke zu überlasten.

Sport-Thieme „Hydro“ Leg Floats

Thank you for choosing this product!

Please read the following notes carefully before use so you can enjoy this product safely and keep these instructions for future reference. If you have any questions, our team is here for you.



Leg Floatation Cuffs

Product code 2001601 Size L, Height: 21 cm

Product code 2001614 Size XL, Height: 31 cm

Ankle floats for extra resistance and buoyancy, made from closed-cell polyethylene foam. Soft and flexible. Fastened using Velcro straps. Universal size. Supplied as a pair.

Increased buoyancy:

In deep water – often in combination with an aqua jogging belt—leg floatation cuffs enhance buoyancy and help keep the body stable and upright. This is especially useful for exercises without contact with the pool floor.

Resistance training and muscle building:

Due to their increased surface area, the leg floatation cuffs provide greater water resistance for leg movements, such as leg extensions or walking in water. This leads to more intensive training and strengthening of the leg muscles.

Therapeutic and rehabilitation purposes:

Because water-based exercise is gentle on the joints, leg floatation cuffs are also used in aqua fitness and rehabilitation to specifically strengthen muscles without overloading the joints.