

# PARENTHÈSE SPORTIVE #73 : HUBER 360 EVOLUTION, LA MACHINE QUI SCULPTE PROFONDÉMENT EN UN MINIMUM DE TEMPS



**Héléne Saadi**

02 octobre 2019

SPORT | BIEN-ÊTRE

**V**ous êtes lassée de votre séance d'abdos-fessiers ?  
Suivez le guide !

Chaque semaine, nous vous faisons découvrir un sport qui va vous faire oublier votre train-train !

Que vous soyez sportive confirmée ou débutante, que vous souhaitiez vous raffermir, mincir ou vous muscler, rassurez-vous, il y en aura pour tous les goûts ! Pas de jalouses !

Cette semaine, Les Éclairuses vous font découvrir la machine LPG Huber 360 Evolution. À vous le corps ferme et tonique !

*Enjoy,*

*Les Éclairuses*

## 1. ON REPREND TOUT



Les ÉCLAIREUSES

f SUIVEZ-NOUS

Vous avez envie de faire du bien à votre corps tout en prenant soin de votre santé, et cela en un minimum de temps ? La machine Huber 360° Evolution est l'appareil idéal pour gagner du temps, tonifier votre corps et booster votre métabolisme tout en améliorant votre santé cardio-vasculaire. Grâce à cette machine, vous brûlez un maximum de calories en un minimum de temps, afin de muscler votre corps et garder la ligne. Grâce au plateau motorisé breveté, aux capteurs de force et au correcteur dynamique de posture, le travail musculaire et articulaire est intense et précis.

PUBLICITÉ



f SUIVEZ-NOUS

inRead invented by Teads

## 2. LE DÉROULEMENT D'UNE SÉANCE



La séance débute avec un bilan de dix minutes qui permet d'évaluer votre condition physique. Puis vient la séance qui dure entre 10 et 20 minutes et mêle cardio, équilibre, force, coordination et gainage. Vous avez le choix entre trois niveaux, débutant, intermédiaire, confirmé.

La séance débute avec un bilan de dix minutes qui permet d'évaluer votre condition physique. Puis vient la séance qui dure entre 10 et 20 minutes et mêle cardio, équilibre, force, coordination et gainage. Vous avez le choix entre trois niveaux, débutant, intermédiaire, confirmé.

Debout sur l'appareil, vous devez maintenir la position indiquée sur l'écran qui s'affiche sous vos yeux, tout en maîtrisant les mouvements du plateau sous vos pieds. Des cibles s'affichent et vous devez les atteindre grâce à vos pieds et à vos bras. Accrochez-vous !

RETROUVEZ LE MEILLEUR DE LA MODE  
DANS VOTRE BOÎTE MAIL

Entrez votre adresse mail ...



### 3. POURQUOI C'EST BIEN ?



Cette machine permet de brûler deux fois plus de calories ! Quand on sait que 7 femmes sur 10 souhaitent perdre du poids pour se sentir mieux dans leur peau, le fait de pouvoir brûler la graisse en un temps minimum augmente les chances de mincir rapidement. De plus, les exercices stimulent doublement le corps grâce à la complexité des exercices, ce qui permet de consommer un maximum de glucose et ainsi de perdre de la graisse dès la première séance.



Les ÉCLAIREUSES

f SUIVEZ-NOUS

#### 4. POUR QUI ?



La machine Huber 360° Evolution a l'avantage de convenir à tout le monde, quel que soit l'âge et la condition physique. Conçue à l'origine pour accompagner les kinés afin de traiter le mal de dos, les problèmes d'équilibre et de posture, Huber 360° permet de sculpter sa silhouette sans risque et est même adaptée pour les débutantes. Le programme "stretching" est d'ailleurs là pour vous restaurer si vous sentez que vous avez beaucoup sollicité votre corps. Cela vous permet par ailleurs de vous étirer afin d'éviter les courbatures le lendemain.



Les ÉCLAIREUSES

f SUIVEZ-NOUS