

# Hiihto Vetää

**Nastolan Nasevan** yhteistyöprojekti JL-Sportin kanssa on tuottanut uuden vetolaitteen hiihdon ja muidenkin lajien harjoitteluun. **JUTA** vetokumi soveltuu kaikille kotikuntosaliksi. Vain mielikuvituksen puute rajoittaa mahdollisuuksia.



**JUTA** Gum Power on erikoiskumista tehty vetolaite sisä- ja ulkokäyttöön. Uusin versio on erinomainen "kuntosali" myös sisäkäyttöön. Kiinnitys halutulle korkeudelle seinään ja muutama metri vapaata tilaa mahdollistaa jo monipuolisen harjoittelun vaikkapa selän ylläpitävään tai kuntouttavaan hyvinvointiharjoitteluun. Yksi selkä- vatsalihaksia ylläpitävä ohjelma vie kokonaista yhden minuutin aikaa.

**JUTA** "Kuntosalin" voi ottaa mukaan töihin, matkalle tai mihin vain omassa kuljetus/säilytyspussissa.

## HIIHTOHARJOITTELU

### Tässä muutamia mahdollisuuksia

- Tasatyöntöharjoitukset
- Vuorohiihtoharjoitukset
- Ylävartalon vahvistaminen
- Selkä/vatsalisharjoittelu

**29 €**