

# PLANCHE GYMBA

## Fiche Technique



### **DESCRIPTIF :**

La planche Gymba est fabriquée à partir de bio-composite et est entièrement recyclable, ce qui en fait un choix écologique, valorisé par les consommateurs d'aujourd'hui. matériel Bio-composite (70% cellulose, 30% polypropylène) - Recyclabilité 100%

Poids supporté : max 300kg

Dimensions : L31 x l47 x H5 cm. Poids 1,5kg

Cette planche de haute qualité bénéficie d'une garantie de 5 ans contre la casse, dans des conditions normales d'utilisation.

**Révolutionnaire, Unique, Breveté et Flexible**  
**Au bureau, à l'école, à la maison.**



La planche Gymba est un produit révolutionnaire destiné à améliorer l'ergonomie au bureau et qui apporte de nombreux bénéfices scientifiquement prouvés à votre santé. Sa conception brevetée permet des mouvements imitant la marche, ce qui en fait un objet unique sur le marché. La planche Gymba peut également être utilisée comme repose-pieds.

La planche Gymba s'adapte parfaitement à un bureau debout et est un complément idéal à avoir dans votre catalogue afin d'offrir les meilleures solutions à vos clients. Les utilisateurs sont extrêmement satisfaits du produit et les retours que nous recevons sont très positifs, à la fois de la part des distributeurs et des consommateurs. Cette planche a également été récompensée dans de nombreux pays.



## Une invention brevetée pour une meilleure ergonomie :

Gymba® se distingue par un design révolutionnaire qui a été soigneusement étudié pour répondre aux besoins ergonomiques modernes. Cette planche est proposée comme une solution idéale pour ceux qui passent beaucoup de temps debout.

### Concept et caractéristiques principales :

- Conception flexible permettant des mouvements naturels
- Matériaux durables et respectueux de l'environnement
- Boules de massage intégrées sur la surface pour stimuler les pieds
- Technologie brevetée garantissant une efficacité prouvée

### Fonctionnement et bénéfices :

La planche ergonomique Gymba® favorise le mouvement naturel du corps. Elle aide également à réduire la pression sur les pieds et les jambes et améliore ainsi la posture générale. De plus, les boules de massage intégrées stimulent doucement les pieds, augmentant la circulation sanguine.

### Rôle de la planche Gymba® dans l'amélioration de l'activité musculaire :

L'un des avantages principaux de Gymba® est l'activation continue des muscles. Passer de longues heures assis ou immobile peut entraîner une stagnation musculaire, ce qui est néfaste pour la santé à long terme. Utiliser la planche ergonomique Gymba® active constamment les muscles des jambes et du tronc, vous obligeant à effectuer des micro-mouvements qui possèdent de nombreux avantages.

### Stimulation des muscles passifs :

La forme ergonomique de la planche sollicite les muscles habituellement peu utilisés durant la station debout ou assise. Les quadriceps, les mollets et même les muscles du bas du dos sont activés, ce qui permet de prévenir les douleurs musculaires et articulaires.

### Comparaison avec d'autres équipements ergonomiques :

Comparée à d'autres solutions telles que les chaises ergodynamiques ou les bureaux ajustables, la planche ergonomique Gymba® offre l'avantage de pouvoir être utilisée n'importe où, sans nécessiter de grands changements à votre environnement de travail. Elle intervient de manière discrète mais efficace pour renforcer les muscles stabilisateurs et améliorer la posture.

### Amélioration de la circulation sanguine grâce à la planche Gymba®

La station debout prolongée peut nuire à la circulation sanguine, provoquant des sensations de jambes lourdes et de fatigue généralisée. La planche Gymba® vient pallier ces inconvénients en vous incitant continuellement à bouger.

### Effet des micro-mouvements sur la circulation

L'utilisation de la planche ergonomique invite à de petits mouvements réguliers, aidant ainsi à pomper le sang efficacement vers le cœur. Cette augmentation de l'activité musculaire contracte les veines, facilitant le retour veineux et réduisant les risques de stases veineuses.

### Études et recherches

Des études montrent que l'introduction de légers mouvements pendant la journée favorise une meilleure circulation sanguine par rapport à une posture statique. La planche Gymba®, par sa conception, incite l'utilisateur à se mouvoir, créant ainsi un environnement favorable à une meilleure distribution du flux sanguin.

### Pourquoi choisir la planche ergonomique Gymba® pour votre santé au quotidien ?

Opter pour Gymba®, c'est investir dans une solution simple et efficace pour améliorer considérablement votre bien-être quotidien. En favorisant l'activité musculaire, en améliorant la circulation sanguine et en offrant une ergonomie parfaite, cette planche dynamique se présente comme un outil indispensable pour tous ceux soucieux de leur santé.



### Praticité et polyvalence :

Le design compact et léger de la planche Gymba® permet une utilisation facile à différents endroits : au bureau, à la maison ou même dans des espaces communs. Cette polyvalence assure que vous pouvez bénéficier de ses avantages où que vous soyez.

### Adaptabilité aux besoins individuels :

La capacité de la planche à permettre différents types de mouvements et postures la rend adaptée à chacun. Que vous nécessitez un support pour rester debout toute la journée ou que vous cherchiez simplement à éviter les conséquences d'une position statique, la planche ergonomique Gymba® répond à ces exigences avec brio.



### Coloris disponibles :

