

The Coffee Cup

Améliorez votre équilibre de façon ludique



Améliorez votre condition physique avec les demi-sphères BOSU® Balance Trainer

Un bon équilibre et de la force sont nécessaires pour prévenir les chutes. Améliorez votre condition physique de manière ciblée et efficace grâce à notre jeu d'équilibre «The Coffee Cup», le tout en vous amusant.

Ce jeu repose sur l'utilisation de deux demi-sphères BOSU® Balance Trainer. Les participants font trois exercices sur ces demi-sphères avec un plateau garni de gobelets à la main, en essayant de garder l'équilibre. Cela leur permet d'améliorer leur condition physique et contribue à la prévention des chutes. Tous les exercices sont présentés sur bpa.ch.

Voici comment faire

Mettez les demi-sphères BOSU® Balance Trainer et les plateaux qui les accompagnent à la disposition du personnel de votre entreprise, par exemple à la cafétéria, dans la salle de détente ou encore dans le couloir. Placardez l'affiche comprise dans le kit afin d'informer vos collaborateurs de l'existence de ce jeu d'équilibre et de les motiver à y participer. Les règles du jeu se trouvent sur le plateau. Imprimez le guide d'exercices et suspendez-le à proximité des demi-sphères BOSU® Balance Trainer ou diffusez la vidéo qui montre ce qu'il faut faire. Mettez en jeu des prix attrayants.

Le kit «The Coffee Cup» contient

- 2 demi-sphères BOSU® Balance Trainer
- 2 plateaux
- Dispositif de montage, crayon à papier et 12 gobelets
- Affiche A3 à placarder dans votre entreprise
- Instructions de montage

Coûts

1 kit complet: CHF 590
(hors TVA et sans instructions).

Vous trouverez de plus amples informations sur entreprises.bpa.ch

