

# FUNCTIONAL SLASHING

## Die SLASHPIPE®

ist ein einzigartiges Trainingsgerät,  
sorgt für ein ganz neues Körpergefühl und  
profitiert vom dem „Chaosprinzip“ Wasser.

Dieses Chaos machen wir für unser Training nutzbar.

Es gilt das Wasser auszubalancieren und dabei die Übungen nach den rhythmischen Klängen der Musik auszuführen. Während sich der Körper bewegt (punctum mobilé), soll die SLASHPIPE Ruhe bewahren (punctum fixum) – d.h. das Wasser soll im Gleichgewicht bleiben.

Jede noch so kleine Bewegung des Körpers wird das Wasser in Bewegung versetzen. Unkontrollierbar! Sowohl reflektorisch, wie auch zeitversetzt willkürlich, steuert der Körper dem entgegen. Ein permanentes Spiel mit dem Wasser. Ein stetiger Trainingsreiz zur Stabilisation des Körpers. Unabhängig davon, ob der Körper eine statische Position einnimmt oder in Bewegung ist, das Trainingsziel ist das Ausbalancieren des Wassers.

Das Training mit der SLASHPIPE ist ein optimales sensomotorisches Training und trainiert Kraft, Ausdauer, Körperhaltung und Koordination – und ist gleichzeitig Freude für die Sinne. Das Auge folgt der Bewegung des Wassers, das Ohr hört das Rauschen und der Körper fühlt das sich ständig ändernde Gewicht.

Alles ist im Fluss - Komm mit auf die neue Gesundheitswelle!

