



REH4U

Reh4U sp. z o.o.
Ul. Wroclawska 8c/13
55-100 Trzebnica

Trzebnica dn.29.05.2018 roku.

Dotyczy: Opinia dotycząca programu „Wyzwanie 30 dni z Power Board Casada”

Osoba do kontaktu: Reh4U: Anna Imielska: Tel: 601 926 267,
anna.imielska@gmail.com

DOT:

PODSUMOWANIE PROGRAMU: „WYZWANIE 30 DNI Z POWER BOARD CASADA”

Założenia:

Program „Wyzwanie 30 dni z Power Board Casada” skierowany był do kobiet, które pragną poprawić swoją formę i wygląd ciała przed sezonem bikini. Jego założenie: codzienne 15 minutowe stanie na platformie.

Przebieg:

Do projektu „Wyzwanie 30 dni z Power Board Casada” przystąpiło 12 osób. Jedna z nich zrezygnowała z udziału po tygodniu ćwiczeń z powodu bólu w miednicy, druga - nie została dopuszczona do projektu z powodu zbyt wielu wątpliwości i schorzeń, z jakimi się borykała.

Pozostałe Pacjentki korzystały z Power Boarda przez cały miesiąc do końca wyzwania, niektóre z niewielkimi przerwami z powodu choroby.

Większość uczestniczek projektu wykonywała trening bierny, tj. po prostu stała na wibrującej platformie przez 15 minut, zaczynając od niższego programu, a kończąc na najwyższym. Rzadko która z uczestniczek decydowała się na dodawanie ćwiczeń. Uczestniczki twierdziły, że jest to ich wstęp do rozpoczęcia treningu przed wakacjami.

Nadzór nad przebiegiem zajęć:

Monika Krawczyk- Trenerka Cantienica

Podsumowanie:

Wszystkie uczestniczki programu są zachwycone działaniem platformy wibracyjnej Power Board 2.1. Twierdzą, że ich samopoczucie jest dużo lepsze i kondycja fizyczna również znacznie się poprawiła.

Po zakończonym programie większość pań kontynuuje ćwiczenia na Power Boardzie, dodając już zamiennie ćwiczenia, zaprezentowane na materiałach promocyjno - informacyjnych, dołączonych do urządzenia.

Uczestniczki programu zauważyły, że trening na Power Board daje duży nacisk na łożądek i nie każda osoba jest w stanie wytrzymać w jednej pozycji i na tym samym poziomie natężenia wibracji, ze względu na efekty bólowe, czy uczucie odruchów wymiotnych. Wystarczyło jednak zmienić pozycję, by działanie Power Boarda przekładało się bardziej na nogi i pośladki, a dyskomfort mijał.

Ponadto zaobserwowano, że podczas okresu uczestniczki musiały zmienić ćwiczenia na mniej intensywne, nie obciążające macicy, lub całkowicie zrezygnować. Podczas ćwiczeń niektóre z Pań często zgłaszały występowanie kolki.

Pozytywnych spostrzeżeń dotyczących korzystania z Power Boarda jest dużo, dużo więcej. Przede wszystkim sprzęt ten nadaje się nawet dla prawdziwych leniuchów, bo i krótki czas treningu jest tutaj pozytywnym aspektem i to, że na platformie wystarczy tylko stać – nawet bez wykonywania ćwiczeń urządzenie daje oczekiwane efekty.

Zarówno podczas trwania programu, jak i po jego zakończeniu wszystkie uczestniczki zauważyły większe napięcie skóry i znaczną redukcję cellulitu.

Jak widać na załączonych zdjęciach, sylwetka nabiera bardziej wysportowanego, kobiecego wyglądu. Pośladki i biust podnoszą się i ujędrniają, a biodra kobieco zaokrąglają. Łydki – nawet bez szpilek - wyglądają smuklej.

Rewelacyjne jest to, że Power Board daje energię i lepsze samopoczucie. Dzięki temu ma się chęć i motywację do dalszych ćwiczeń i walki z niedoskonałościami.

Większość kobiet biorących udział w projekcie to zapracowane, zmęczone mamy które nie mają czasu na zadbanie o siebie. Te 15 minut dziennie dało im nadzieję, na to, że mogą poczuć się jeszcze piękniejsze... Gołym okiem widać, że po zakończeniu programu wróciły do nas pomalowane, inaczej ubrane i pewniejsze siebie.

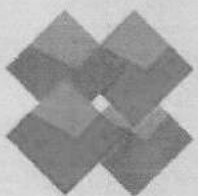
Jesteśmy zadowoleni z Power Boarda, a 11 cm które zgubiła w talii jedna z uczestniczek „Wzywania” powaliło nas na ziemię i sprawiło, że chcemy więcej!

Dzięki temu programowi nawet największe niedowiarki zaczynają stawać na platformę w oczekiwaniu na zasłyszane efekty.

Manager Reh4U


Anna Imielska

REH 4 U Sp. z o.o.
ul. Wrocławska 8C/13, 55-100 Trzebnica
NIP: 9151796237 REGON: 362725582
KRS: 0000580114

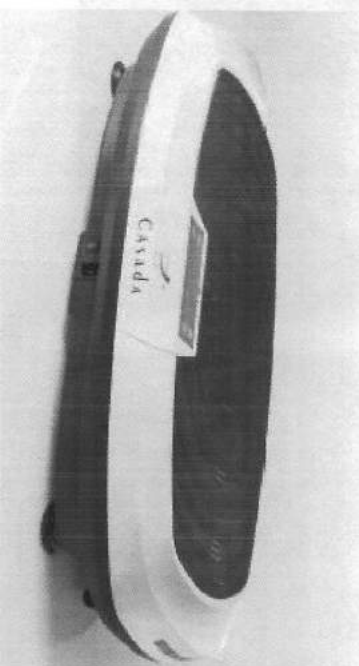


REH4U

nowa jakość rehabilitacji

ambasador marki

POWER  BOARD®



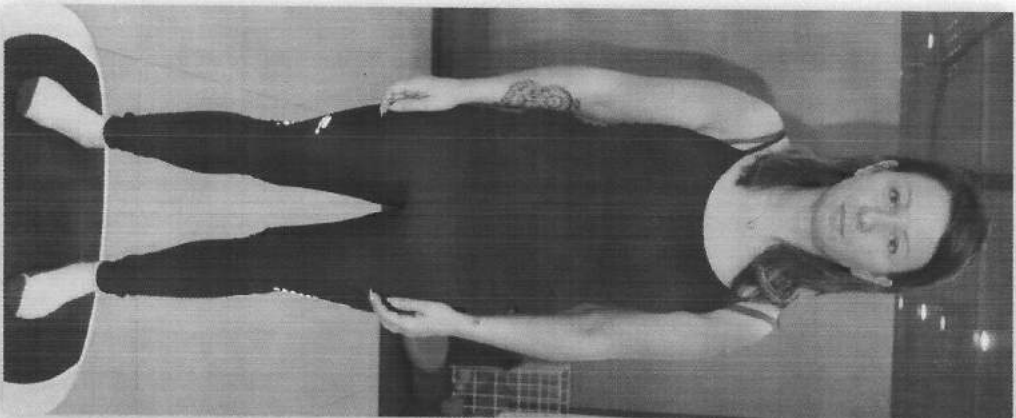
Wyzwanie:

30 dni z POWER  BOARD®

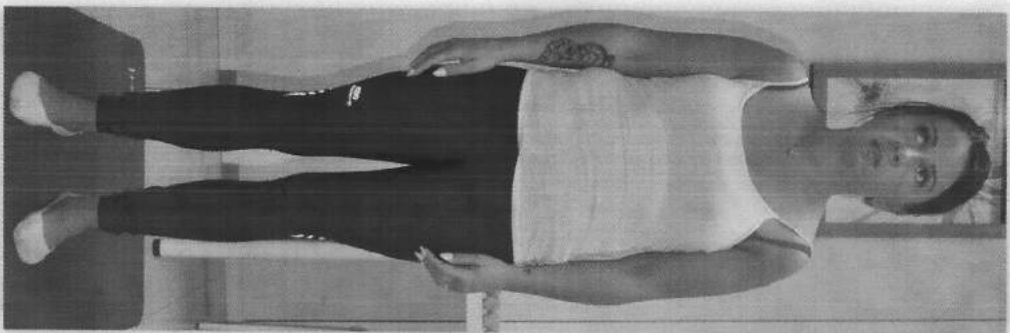
REH 4 U Sp. z o.o.
ul. Wroclawska 8C/13, 55-100 Trzebnica
NIP: 9151796237 REGON: 362725582
KRS: 0000580114



PRZED



PO



POWER® BOARD®

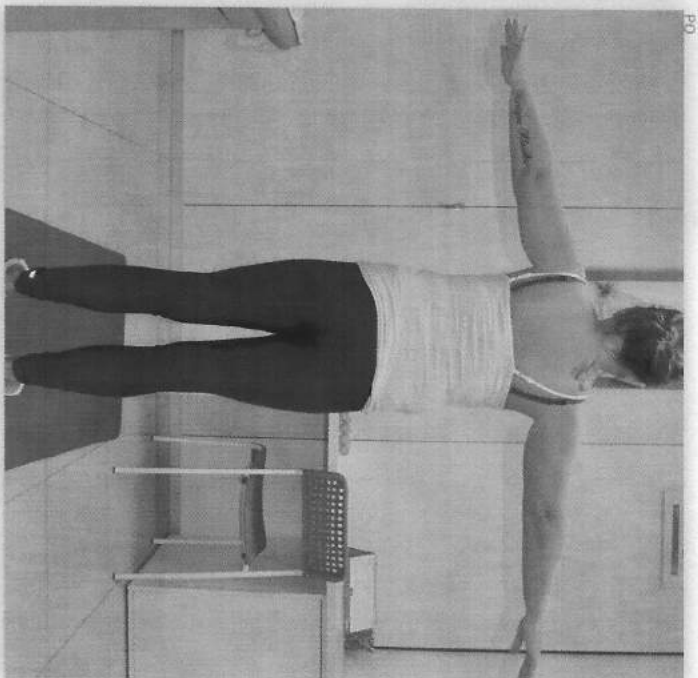
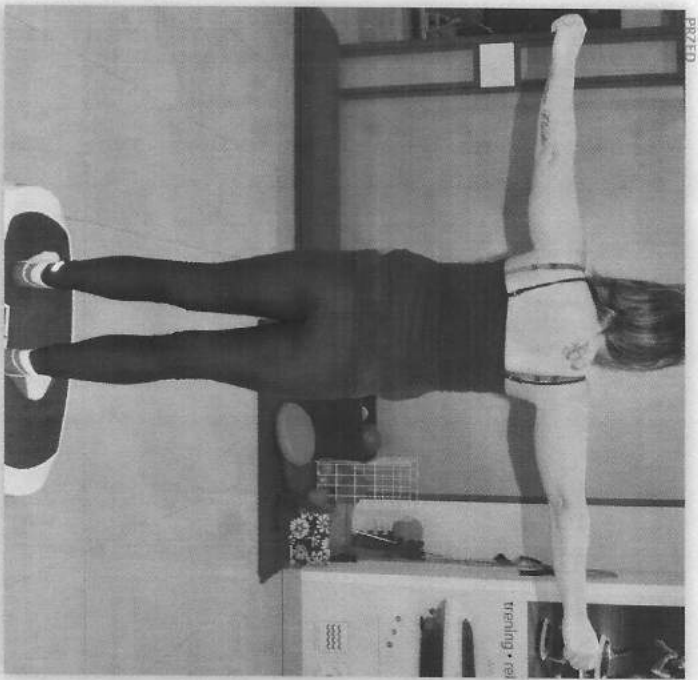
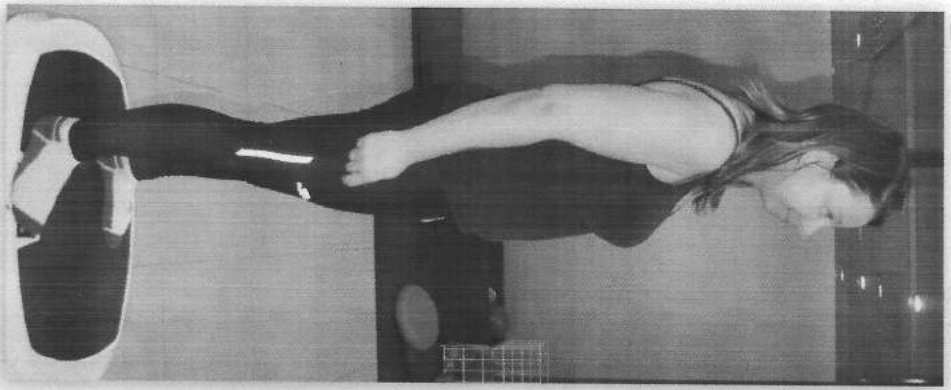
Joanna Rolka

Pacjentka od czasu do czasu biega dodatkowo na bieżni. Podczas użytkowania Power Boarda narzekala na dosyc czeste kolki, jednak ogólnie jest zadowolona z efektów osiągniętych przy użyciu platformy i uważa, że samopoczucie jest dużo lepsze niż przed.

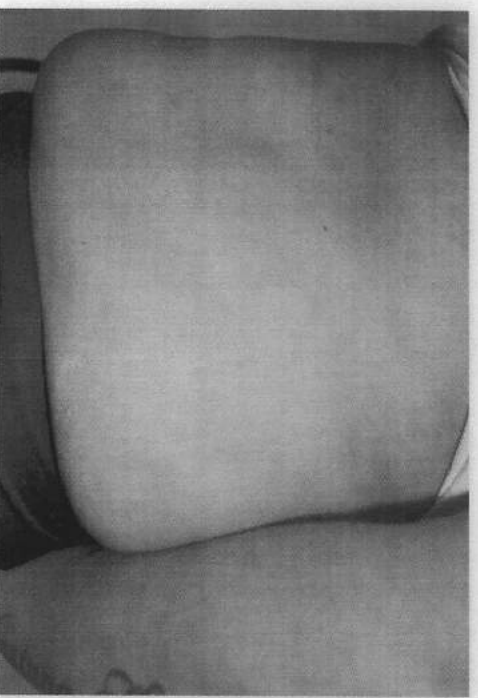
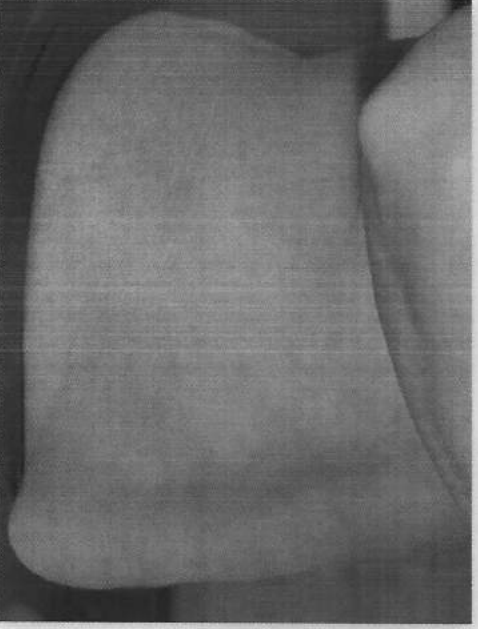
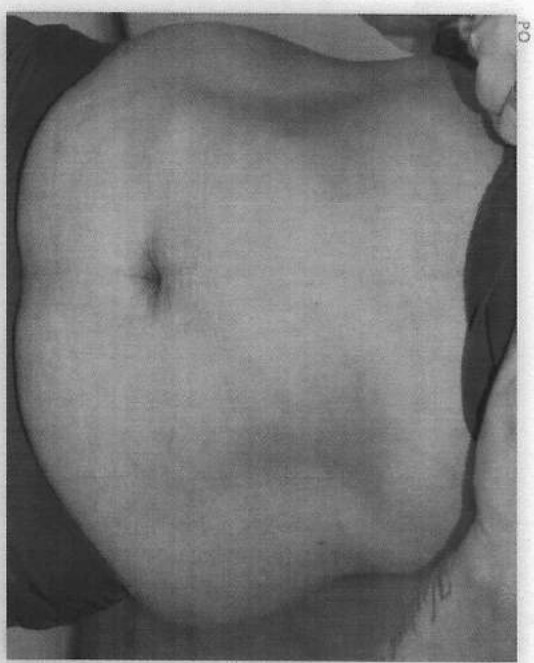
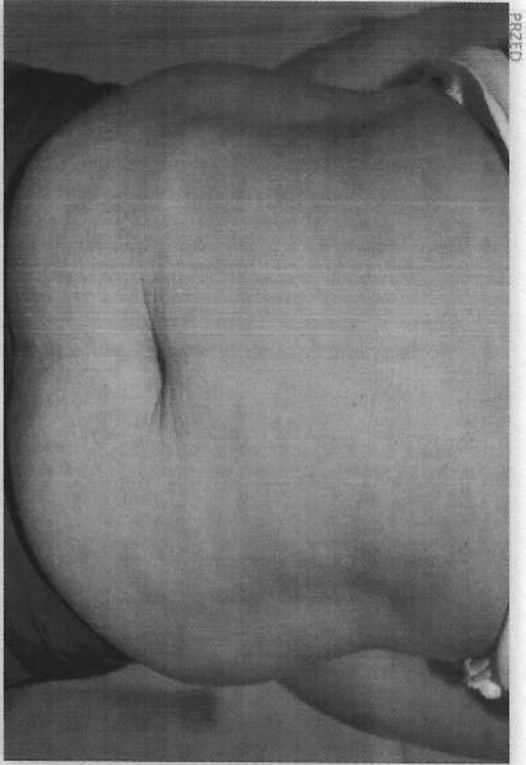
PODSUMOWANIE:

- brzuch napięty, lekko pomniejszony cellulit
- fałdka brzuszna nieco mniejsza
- lepsze napięcie skóry całego ciała
- brzuch uniesiony, napięty
- podniesione, zaokrąglone pośladki
- skóra ramion nie wisi tak jak przed ćwiczeniami

WAGA	BRZUCH	BIODRA	UDA
+0,5 kg	-5 cm	-1 cm	-3 cm



POWER BOARD

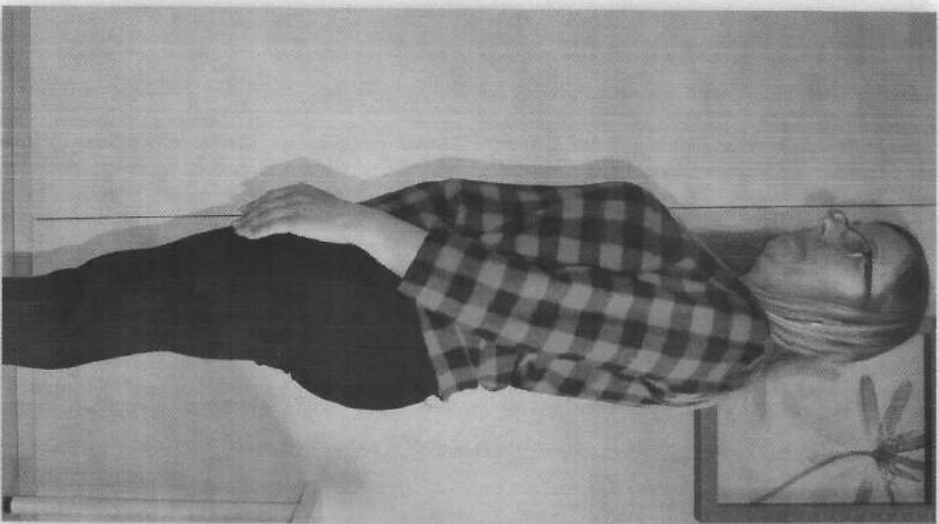
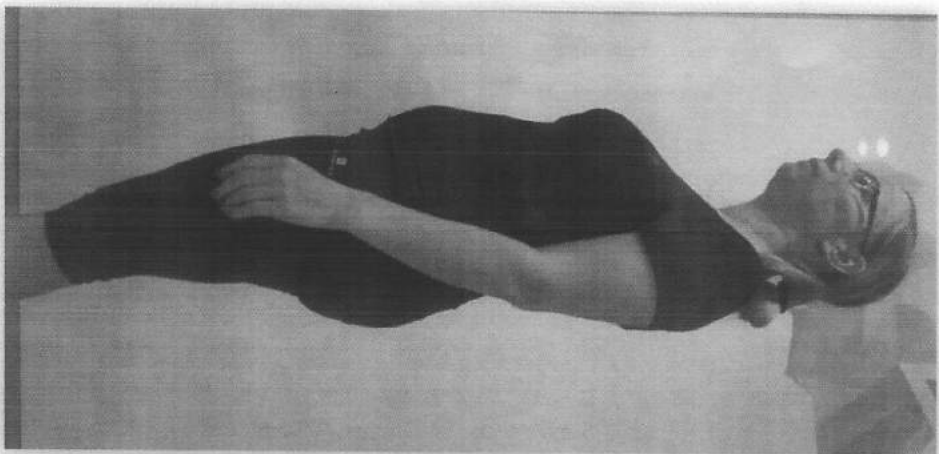


POWER BOARD®

REH4U Sp. z o.o.
ul. Wrocławska 8C/13, 55-100 Trzebnica
NIP: 9151796237 REGON: 362725582
KRS: 0000580114

A. Mew

REH4U



Małgorzata Szostak

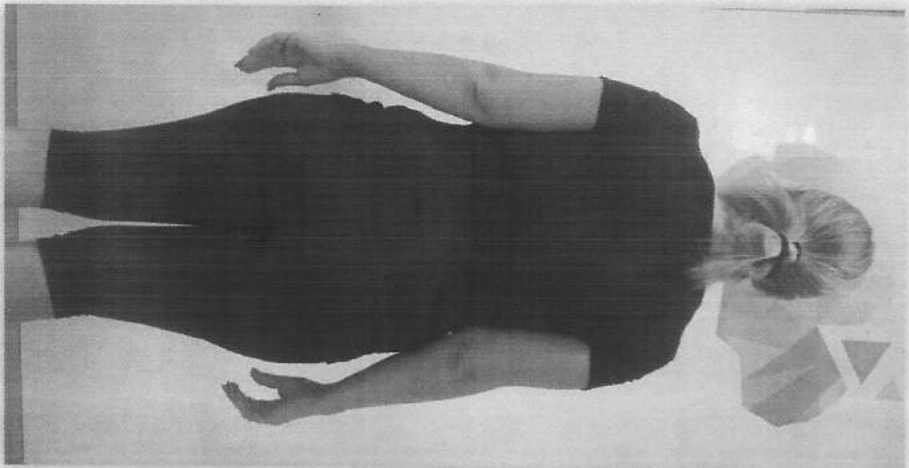
Pacjentka odczuwała bóle żołądka przy większym wyproście, dlatego też dalsze ćwiczenia odbywały się na mocno ugiętych kolanach.

PODSUMOWANIE:

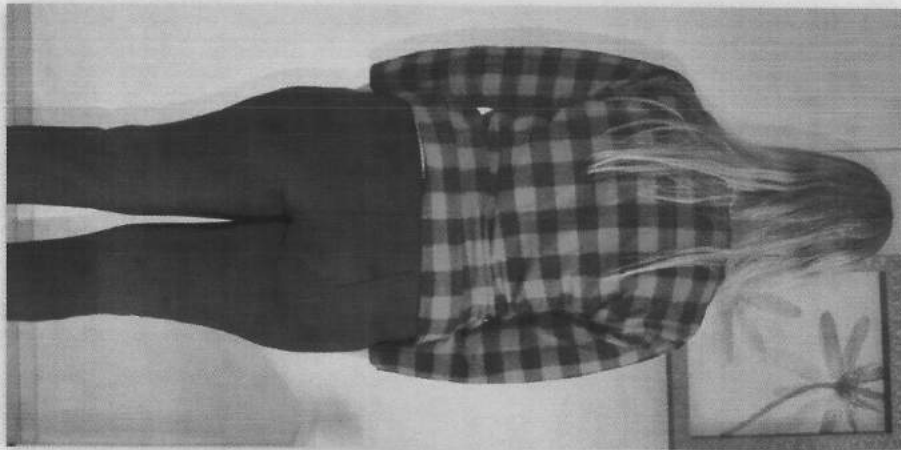
- większe napięcie skóry
- zauważalne zmniejszenie tzw. pajęczków na jednej nodze
- brzuch bez zmian wizualnych, skóra mocno cellulitowa

WAGA	BRZUCH	BIODRA	UDA
+1,2 kg	-2 cm	-3 cm	-

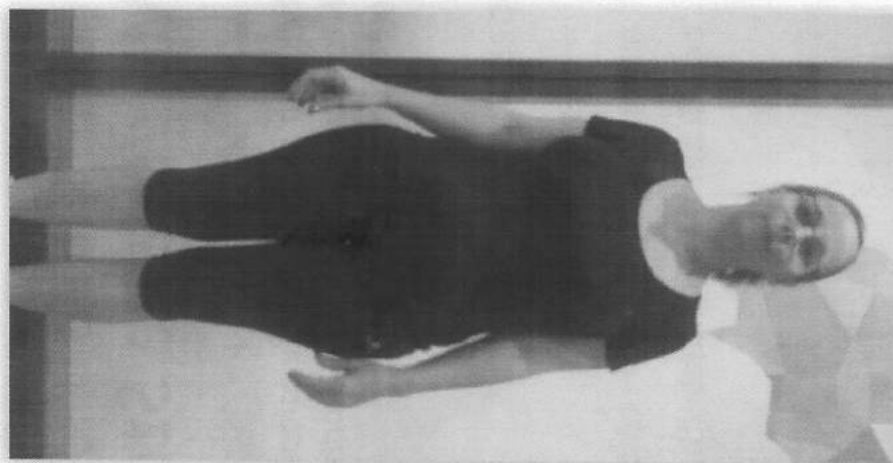
POWER BOARD



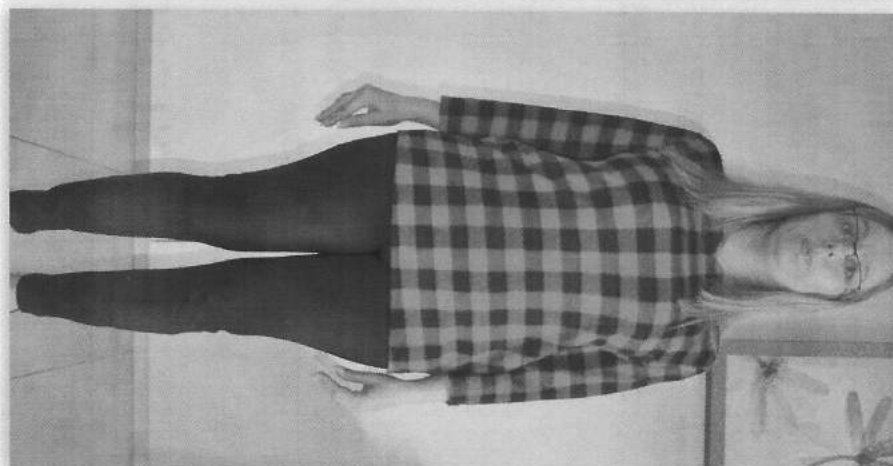
PHOTO



PHOTO



PHOTO



PHOTO

POWER BOARD

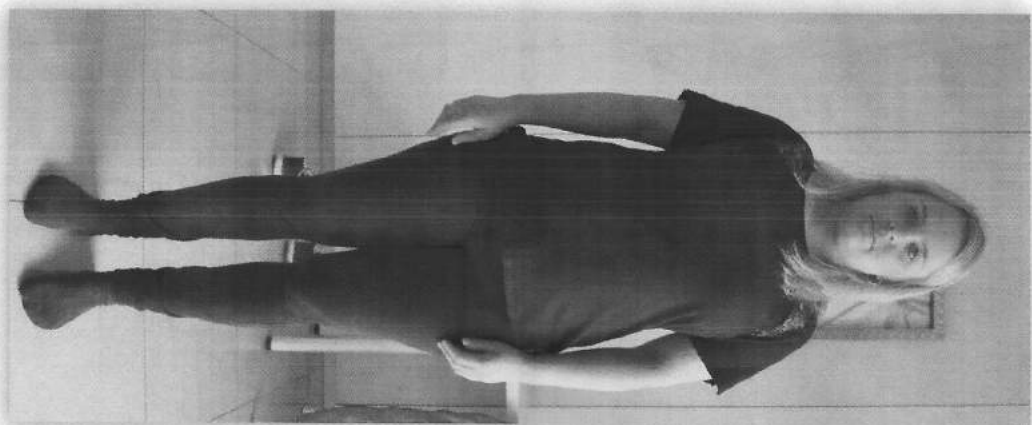


REH 4 U Sp. z o.o.
ul. Wroclawska 8C/13, 55-100 Trzebnice
NIP: 9151796237 REGON: 362725582
KRS: 0000580114

WIECZNA MODA

BIODRY

REH4U



REH4U

Marta Gorzelak

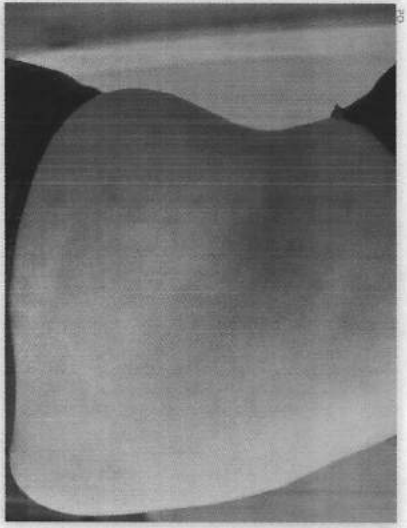
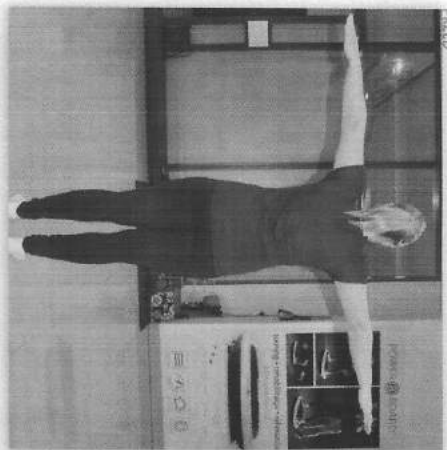
Pacjentka nie uskarżała się na jakiegokolwiek efekty uboczne podczas użytkowania Power Board, wręcz przeciwnie twierdzi, że czuje się dużo lepiej.

PODSUMOWANIE:

- wysmuklona sylwetka
- lepsze napięcie skóry
- podniesione i ujędrnione pośladki
- ładnie odznaczony, podniesiony biust
- na brzuchu widocznie zmniejszony cellulit
- pomniejszona fałdka na plecach

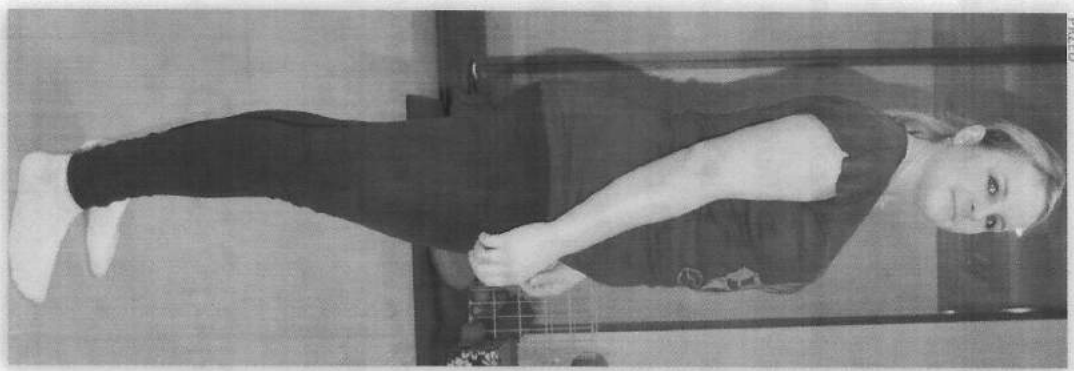
WAGA	BRZUCH	BIODRA	UDA
+1,2 kg	-2 cm	-1,5 cm	-1/-1,5 cm

POWER BOARD

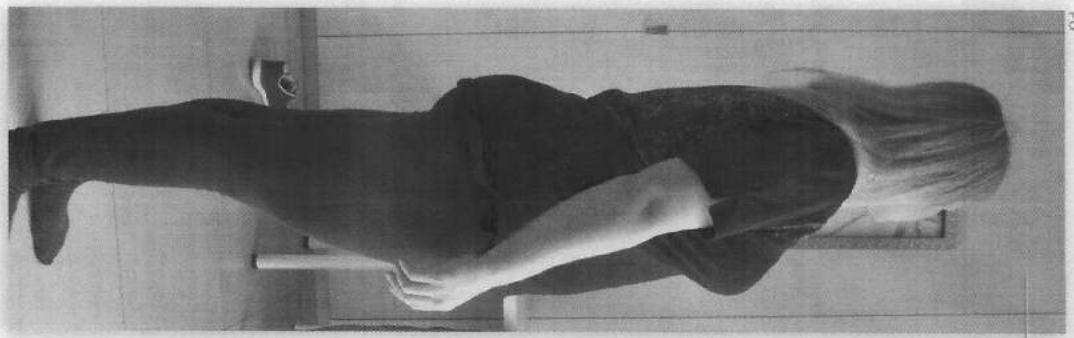


POWER BOARD

PRZED



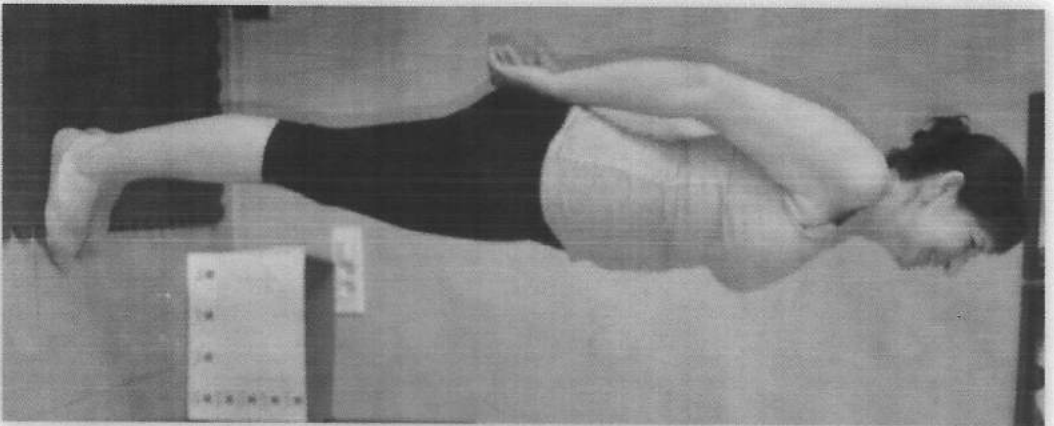
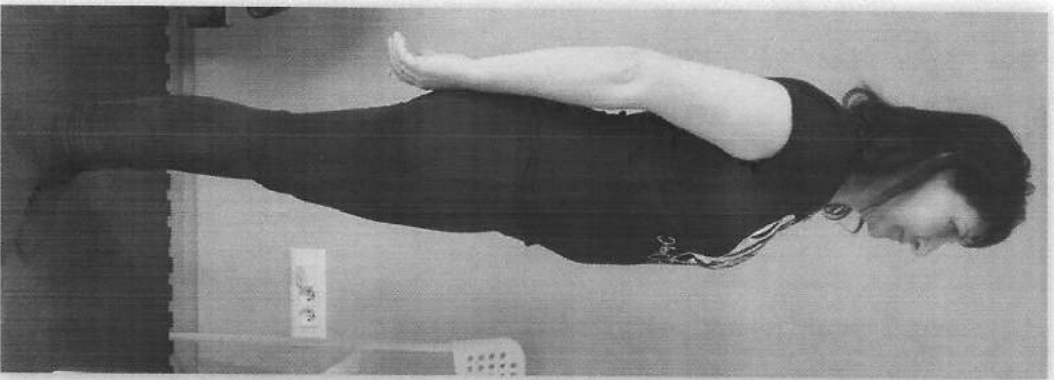
PO



REH4U



REH 4 U Sp. z o.o.
ul. Wrocławska 8C/13, 55-100 Trzebn
NIP: 9151796237 REGON: 3627255
KRS: 0000580114



Jowita Przybylska

Pacjentka czuje się bardziej dotleniona po ćwiczeniach na Power Boardzie, dzięki czemu nie odczuwa takiego zmęczenia jak wcześniej.

PODSUMOWANIE:

- lepsza kondycja
- umięśnione łydki
- zmniejszony cellulit na całym ciele
- większe napięcie skóry
- jędrny, płaski brzuch
- widocznie zmniejszone boczki
- uwidoczniony, podniesiony biust

WAGA	BRZUCH	BIODRA	UDA
niezmienna	-2 cm	-1 cm	-1 cm



REH4U

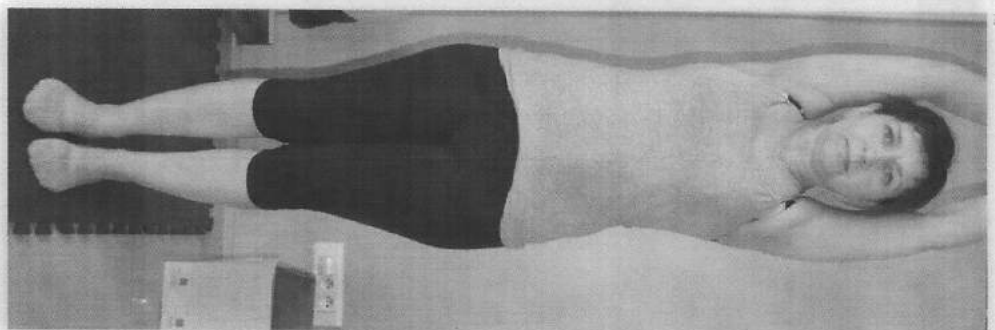
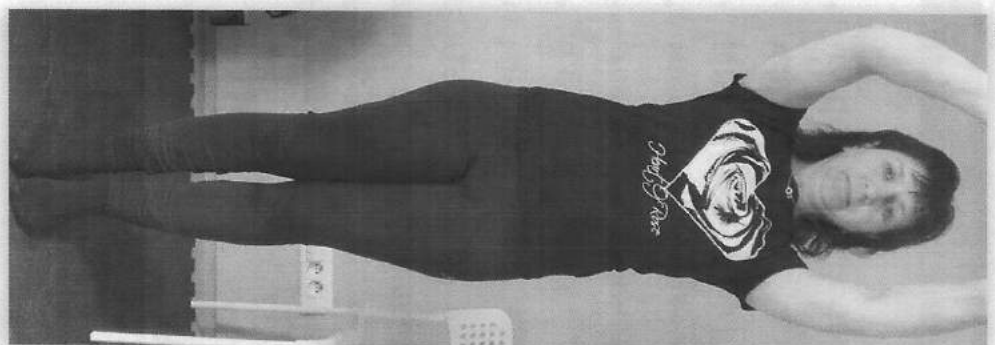
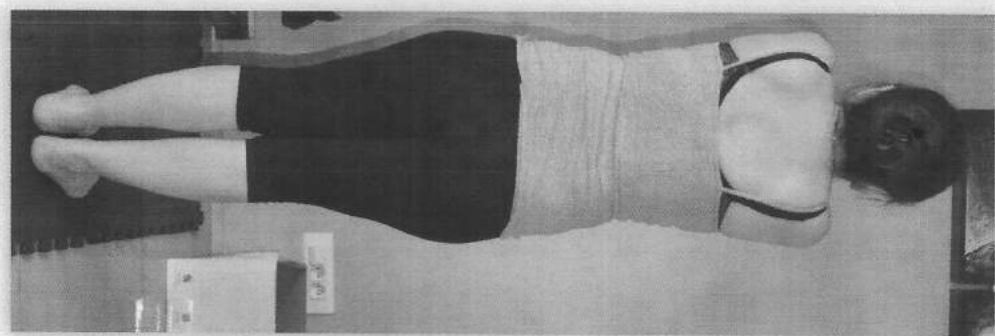
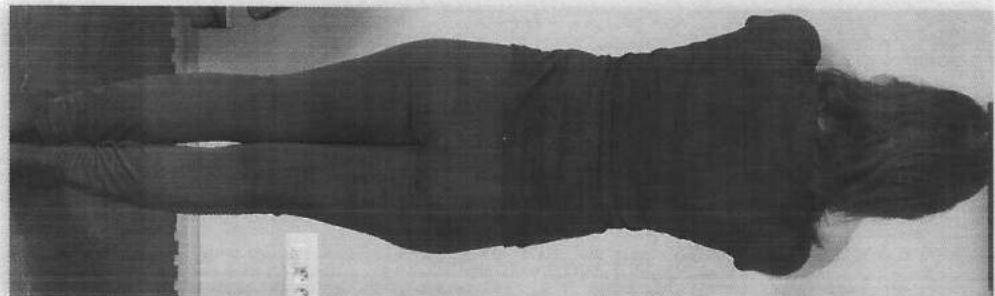
REH 4 U Sp. z o.o.

ul. Wrocławska 8C/13, 55-100 Trzebnica
NIP: 9151796237 REGON: 362725582

KRS: 0000580114

Amiella

POWER BOARD



POWER BOARD



REH4U

REH 4 U Sp. z o.o.
ul. Wroclawska 8C/13, 55-100 Trzebnica
NIP: 9151796237 REGON: 362725582
KRS: 0000580114

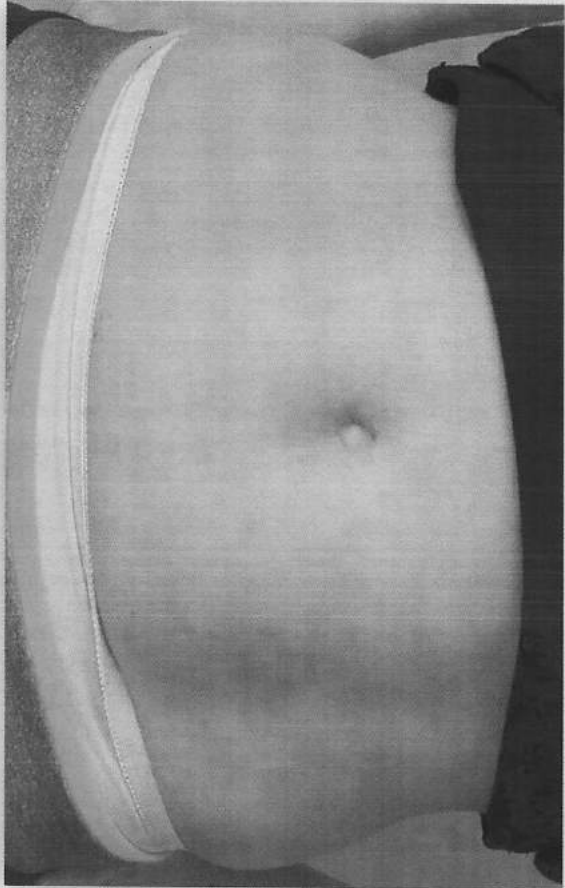
POWER BOARD



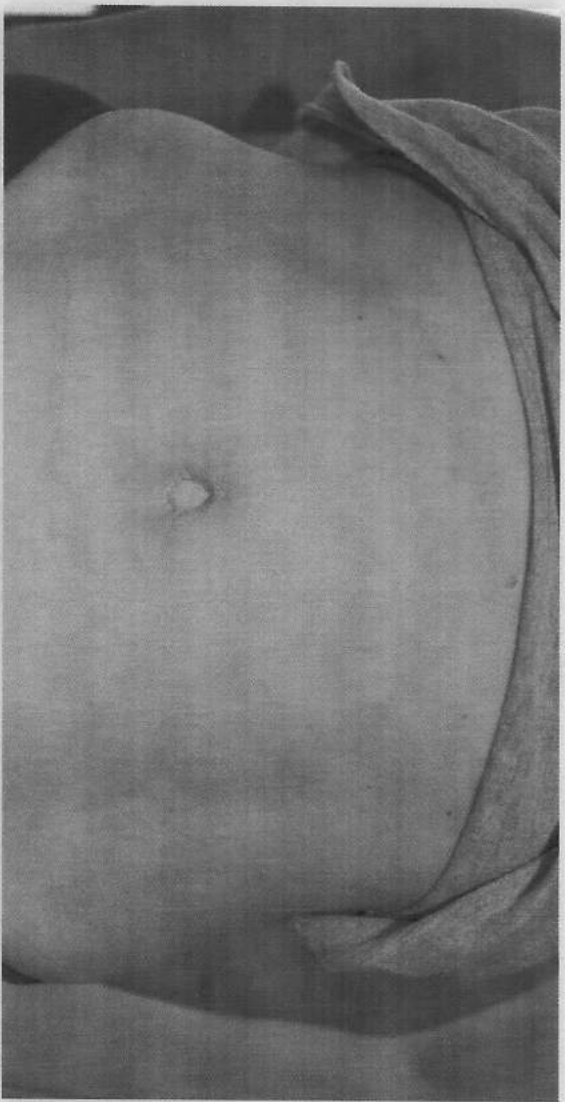
WYGIĘTY BIAŁOCYFISZ BIODRA GU REH4U

- skuteczny w walce z powstaniem cellulitu
- skuteczny w walce z nadciśnieniem krwi
- skuteczny w walce z nadciśnieniem krwi

PRZED



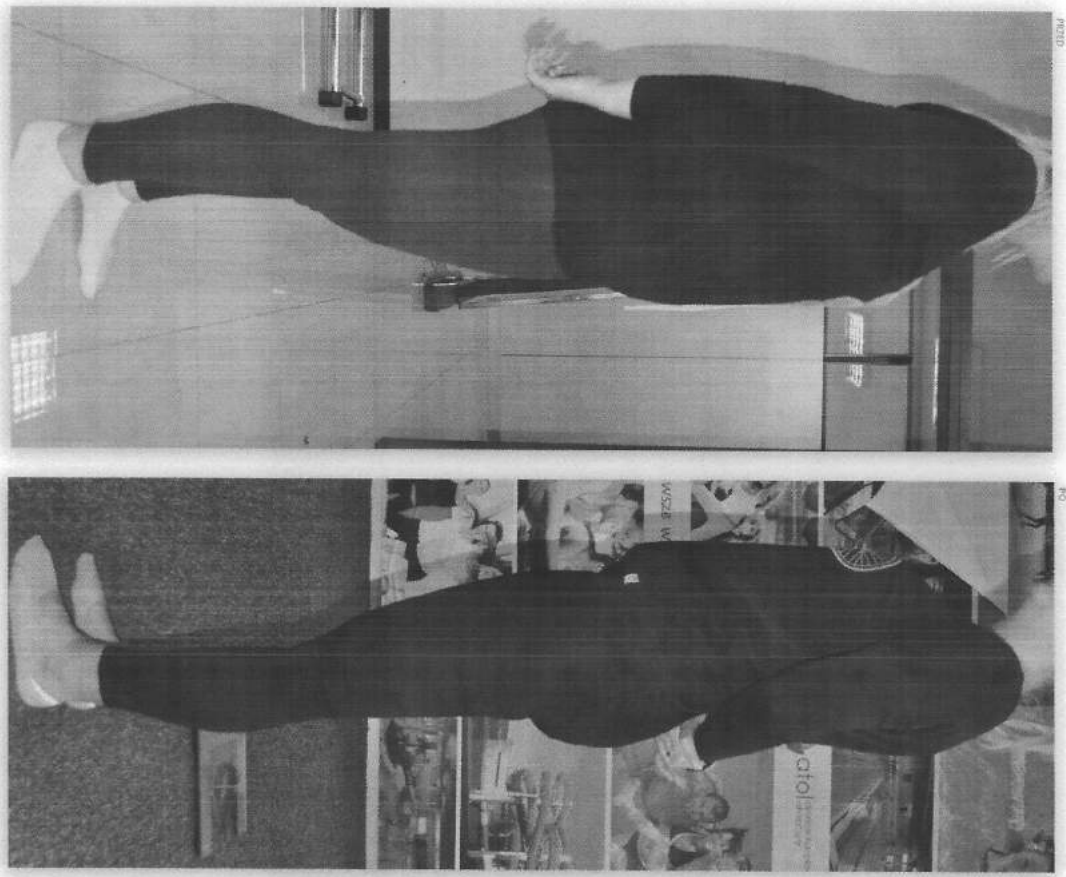
PO



POWER BOARD®

REH 4 U Sp. z o.o.
ul. Wrocławska 8C/13, 55-100 Trzebnica
NIP: 9151796237 REGON: 362725582
KRS: 0000580114

L. P. MIEU



Sylwia Kowalik

Pacjentka narzekająca na ból żołądka przy większym wyproście, dlatego też dalsze ćwiczenia kontynuowała na mocniej ugiętych kolanach.

PODSUMOWANIE:

- lepsze napięcie skóry całego ciała
- zmniejszony cellulit
- pośladki znacznie podniesione
- biodra ładnie podkreślone, zaokrąglone
- brzuch dużo bardziej napięty
- stworzyła się ładna, kobieca sylwetka

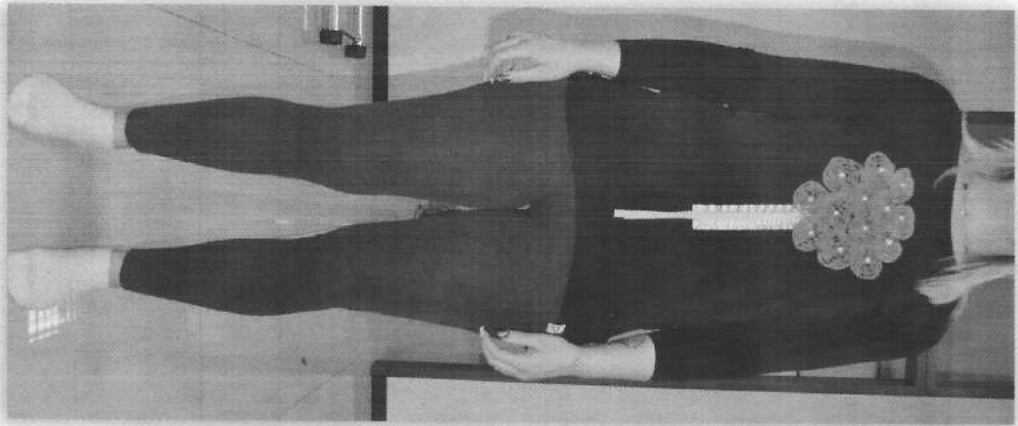
WAGA	BRZUCH	BIODRA	UDA
+0,2 kg	-3 cm	-3 cm	-1/-3 cm



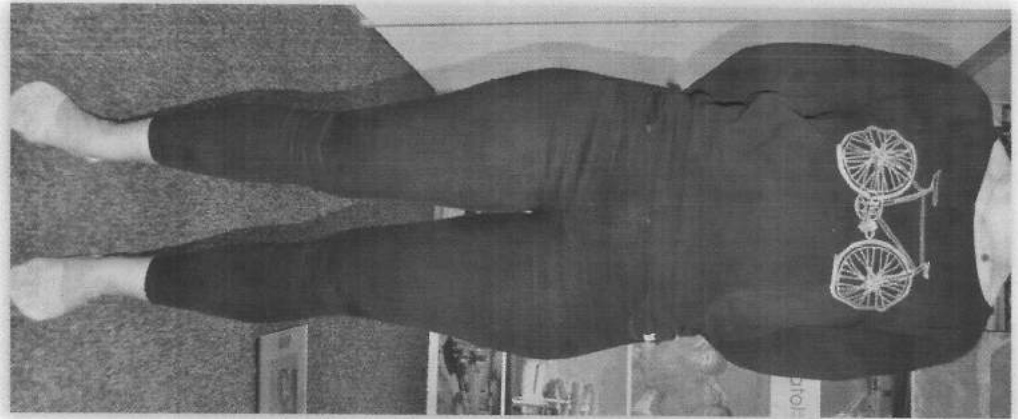
REH4U



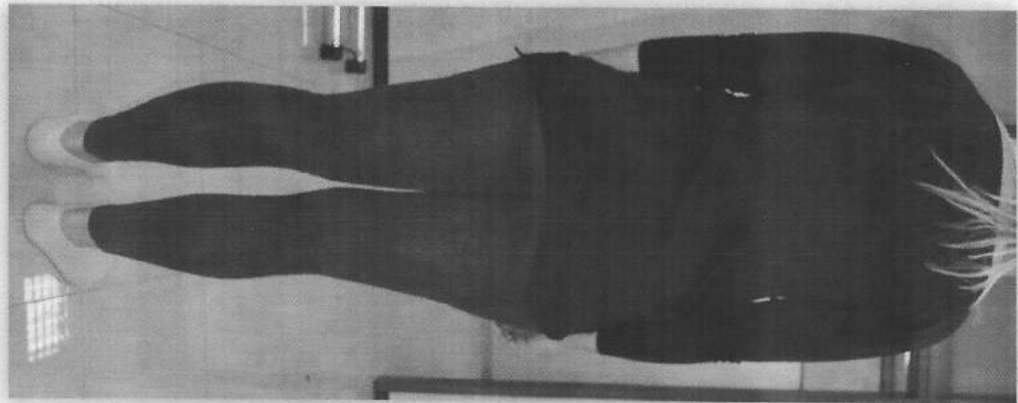
PREZIO



P0



PROSE

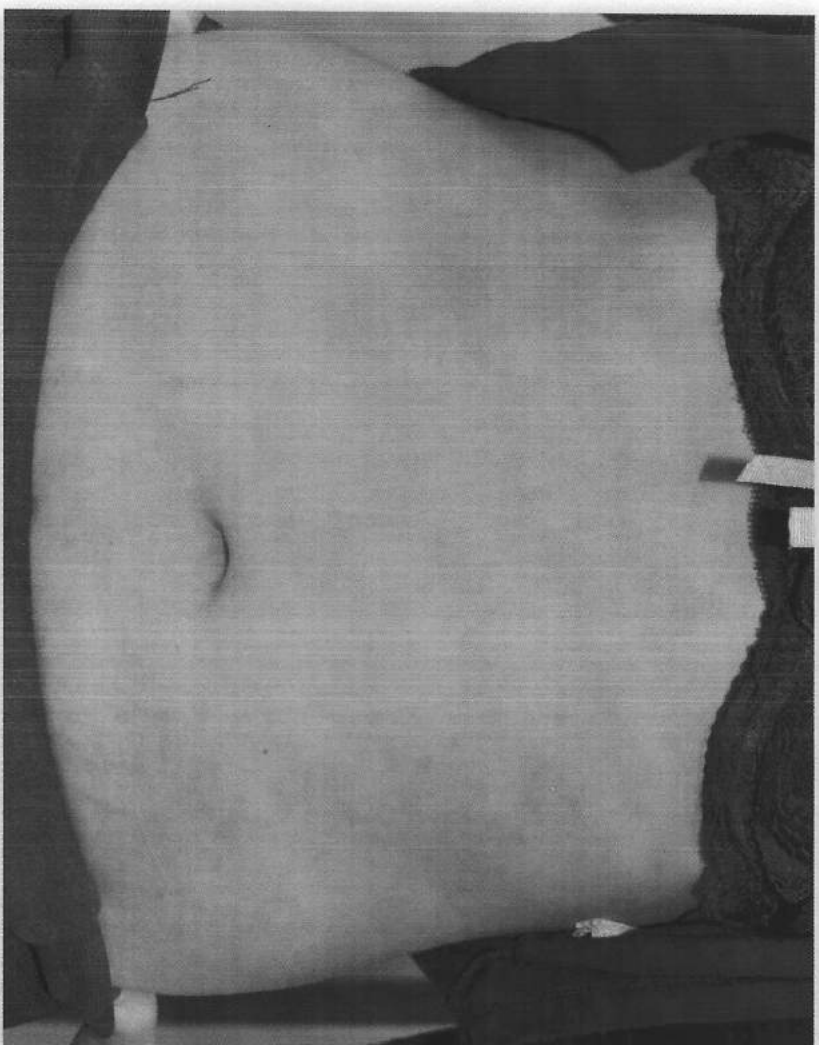


PROSE



POWERBOARD

PRZED

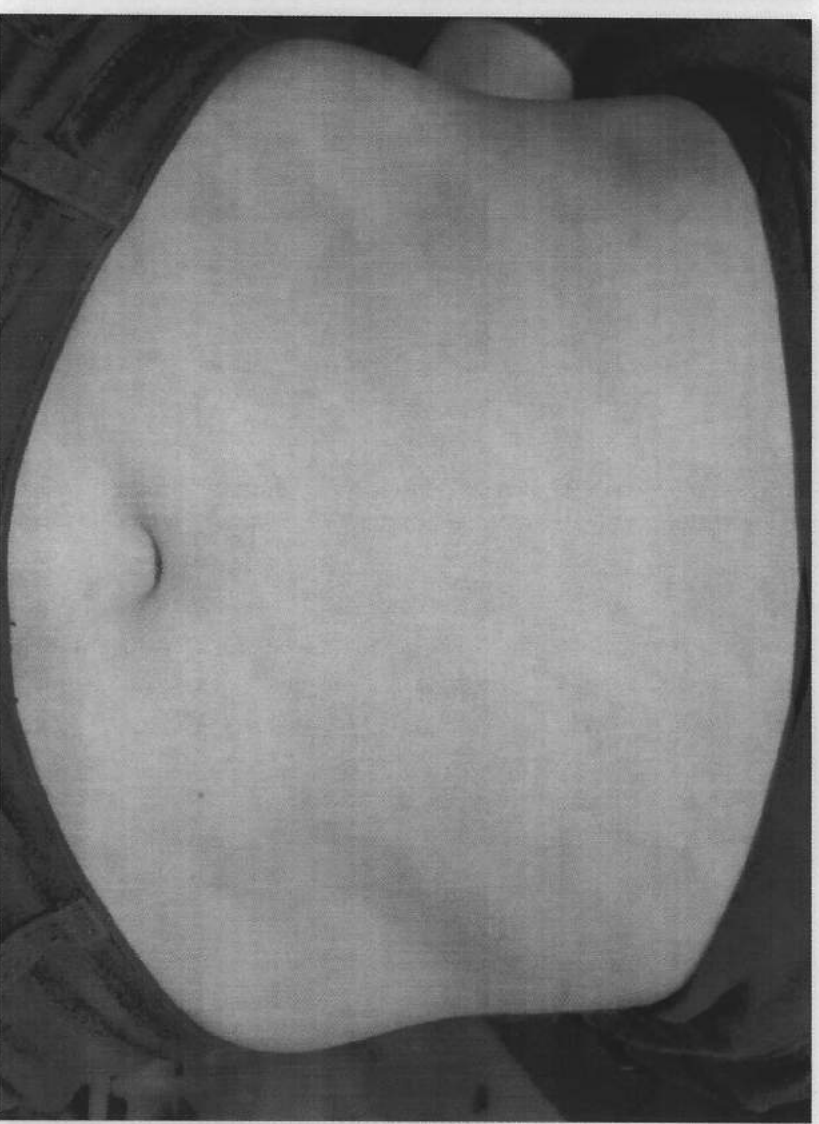


REH 4 U Sp. z o.o.
ul. Wroclawska 8C/13, 55-100 Trzebel
NIP: 9151796237 REGON: 362729
KRS: 0000580114
MKB: 8121100011
WZrost: 170 cm
Waga: 70 kg

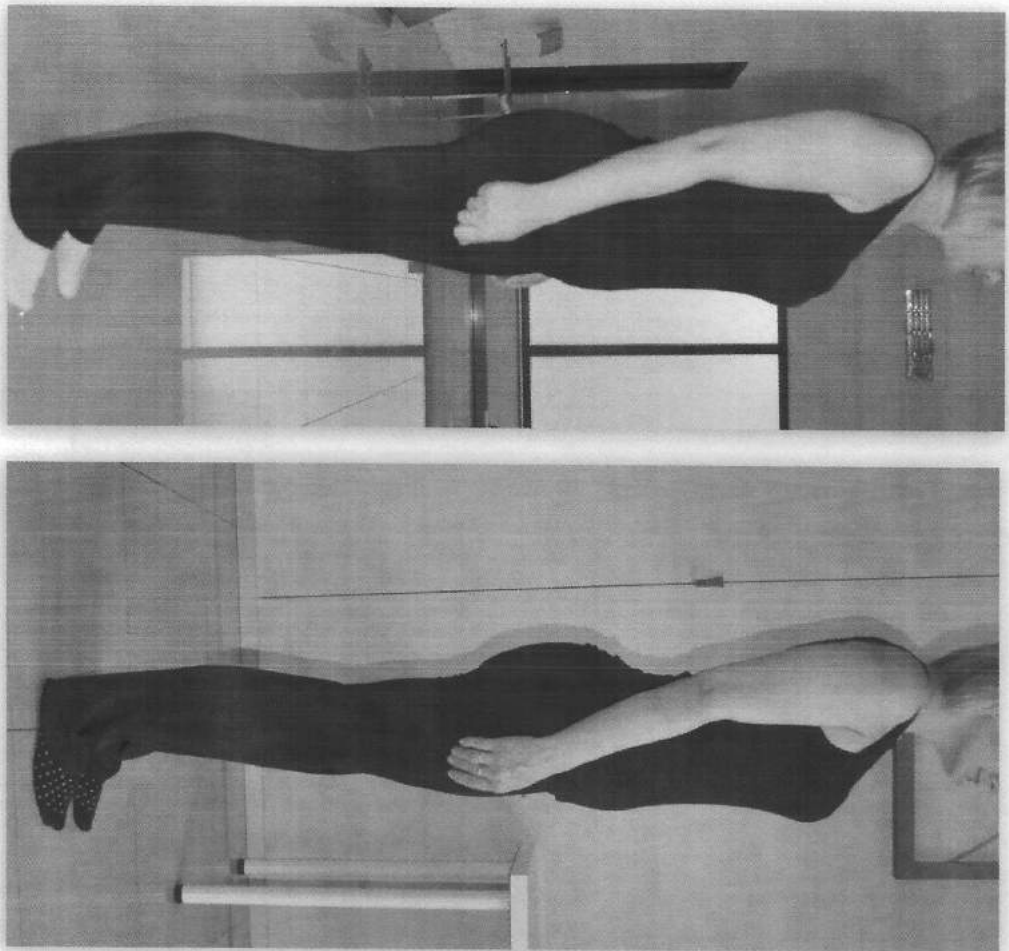


REH4U

PO



POWERBOARD®



Ewa Miedźwiedzka

Pacjentka zauważyła większą jędrność skóry i lepsze samopoczucie ogólne. Ćwiczyła również ręce, dzięki czemu widać efekty w ramionach.

PODSUMOWANIE:

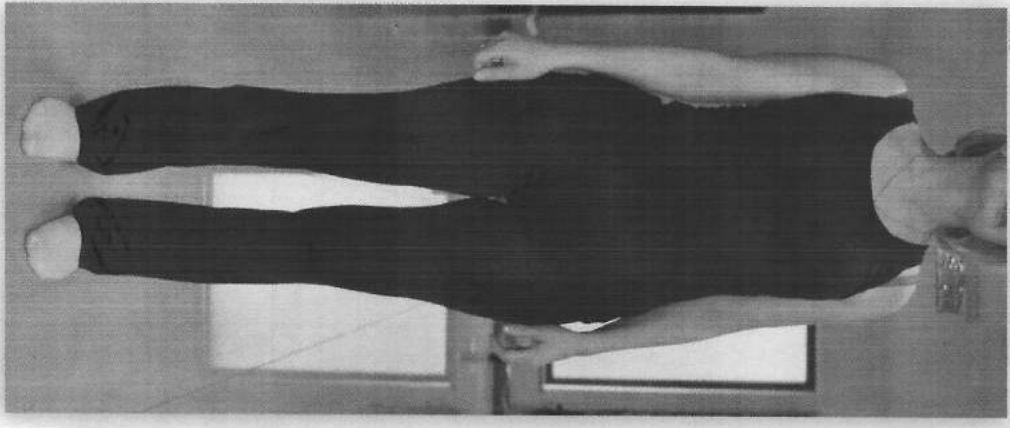
- mniejszy cellulit na całym ciele
- jędrny biust, nieco mniejszy
- podniesione pośladki
- całe ciało dużo bardziej napięte
- ramiona nie są wiotkie, nie wisi skóra
- wysmuklona sylwetka całego ciała

WAGA	BRZUCH	BIODRA	UDA
-1,1kg	-3 cm	-3 cm	-3/-1 cm

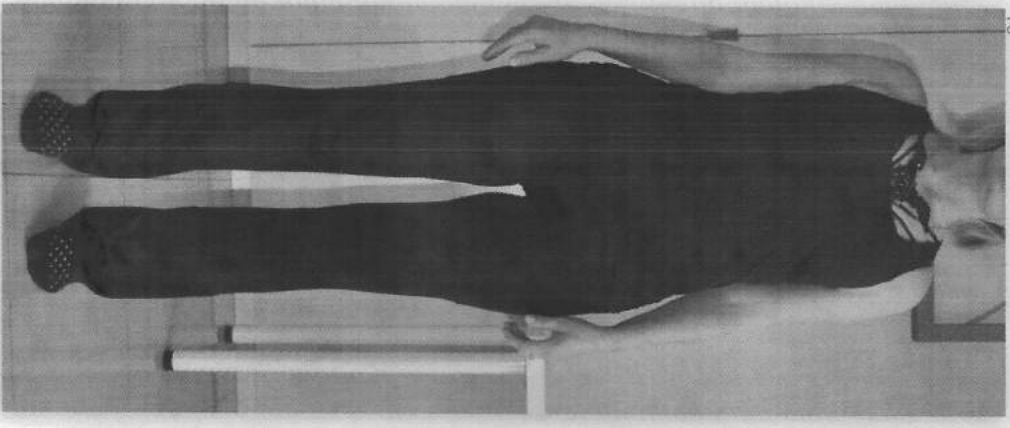


REH4U

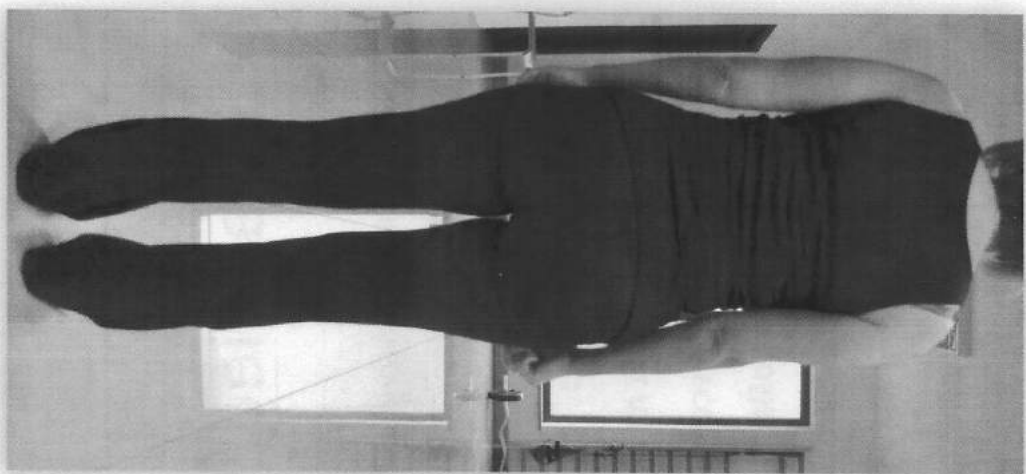
POWER BOARD



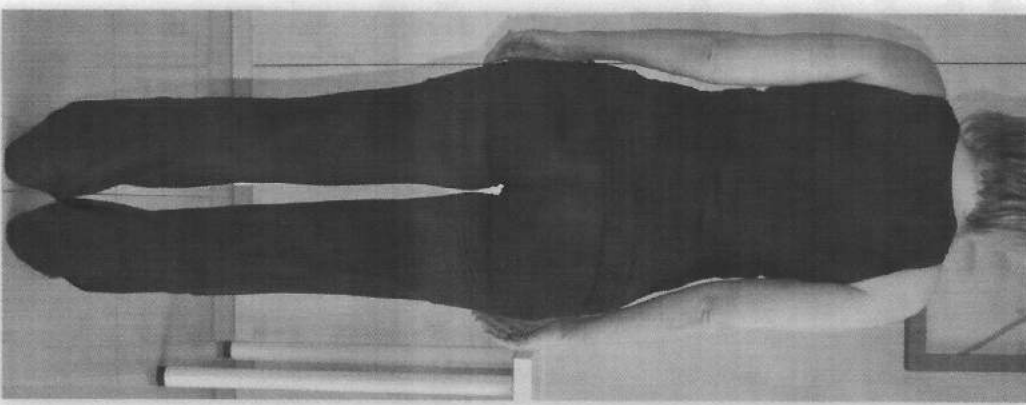
PHOTO



PHOTO



PHOTO



PHOTO

POWER BOARD



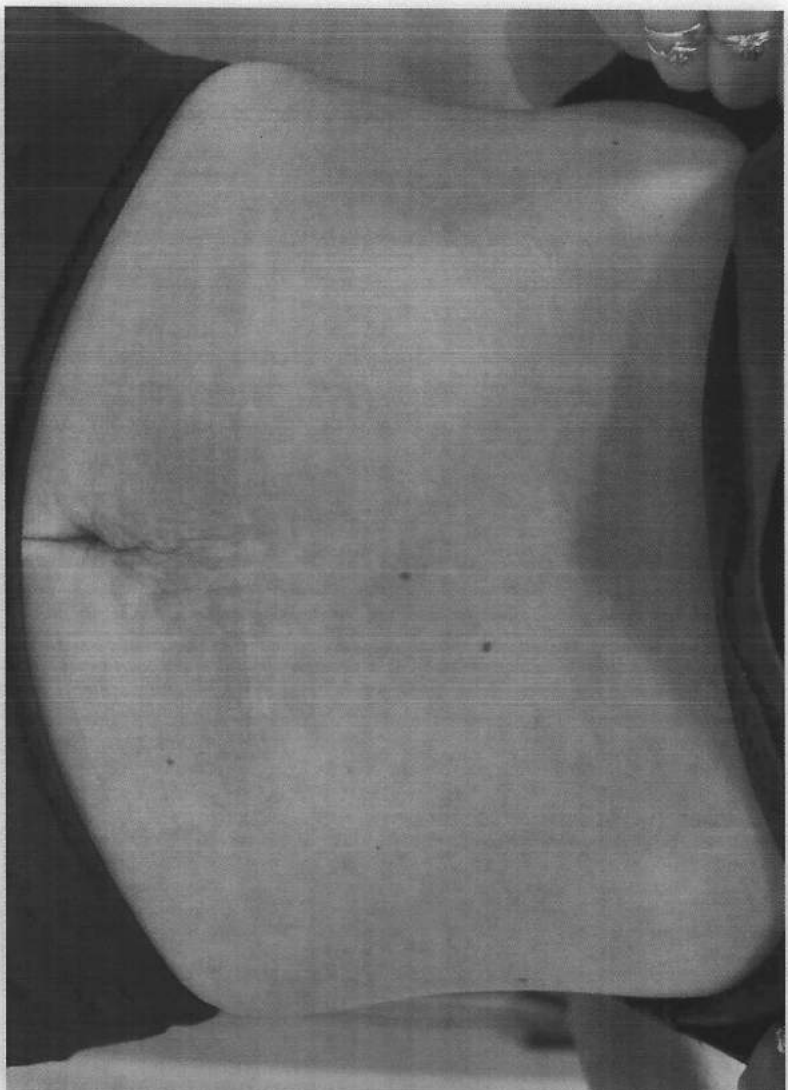
REH4U

IMIEW

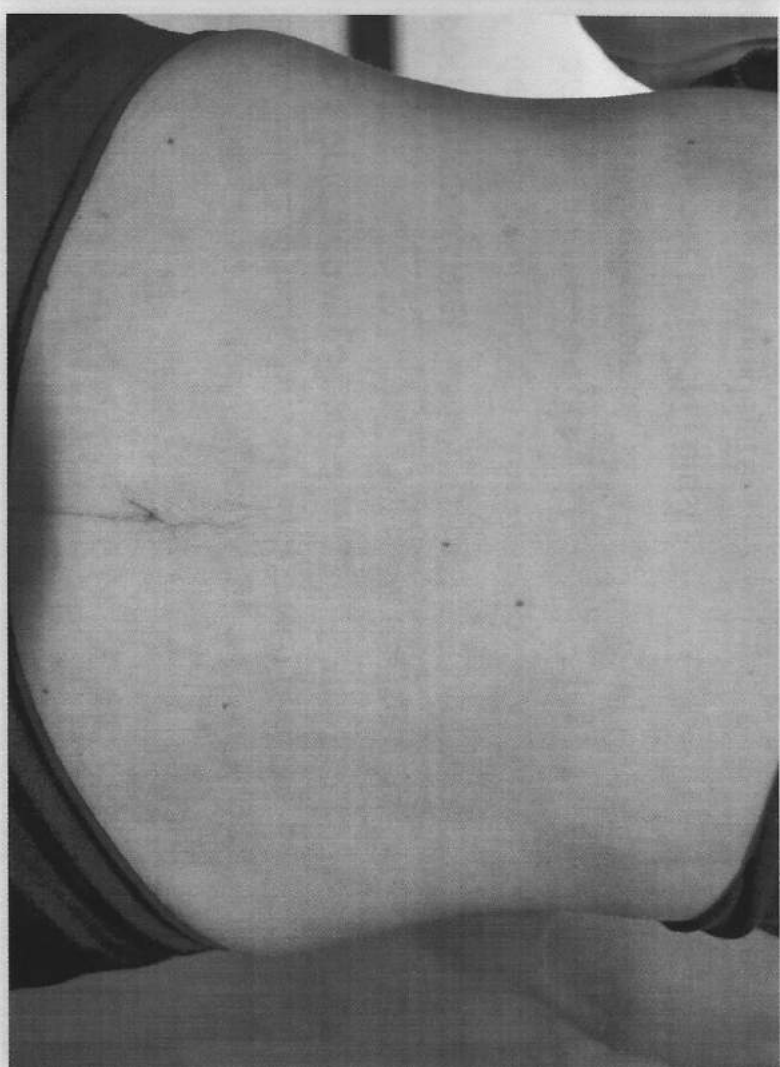
REH 4 U Sp. z o.o.
ul. Wroclawska 8C/13, 55-100 Trzebn
NIP: 9151796237 REGON: 3627285
KRS: 0000580114

POWER BOARD

PRZED



PO

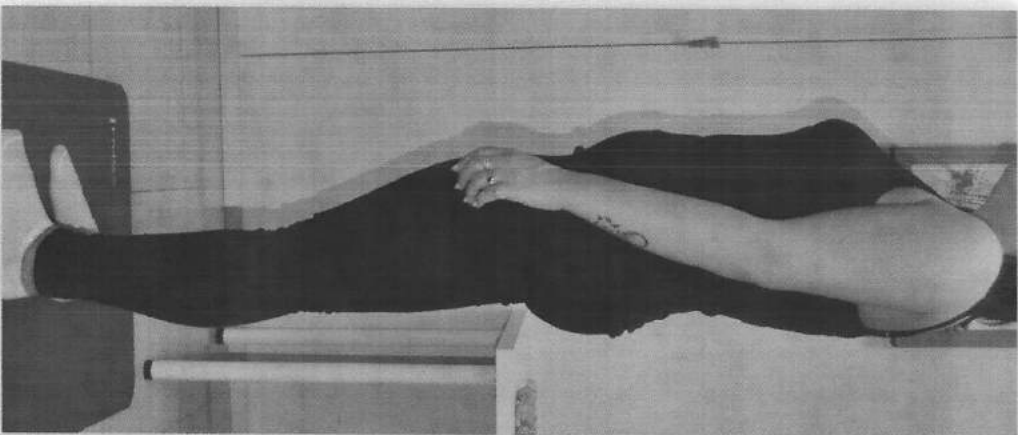
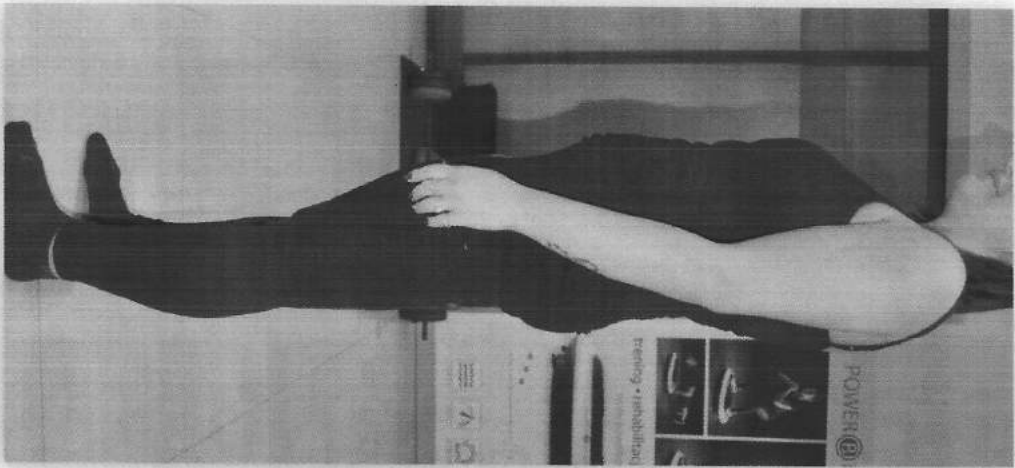


REH4U

POWER  BOARD®

REH 4 U Sp. z o.o.
ul. Włodawska 8C/13, 55-100 Trzebnica
NIP: 9151796237 REGON: 362725582
KRS: 0000580114

W. Włodarski



Natalia Krauze

Pacjentka czasami dodatkowo biega na bieżni. Nie zauważyła żadnych skutków ubocznych podczas korzystania z Power Boarda.

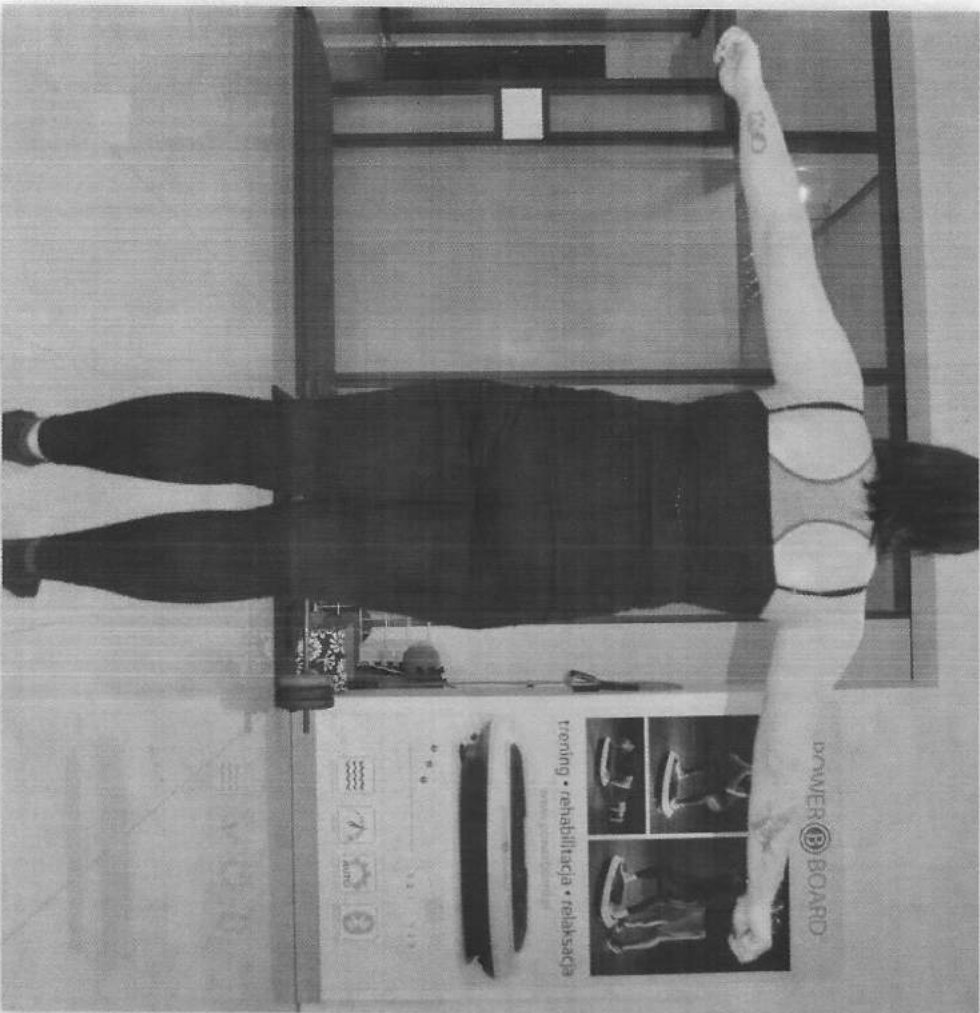
PODSUMOWANIE:

- dużo bardziej napięta skóra całego ciała
- brak cellulitu na brzuchu
- wysmuklona sylwetka
- podniesione pośladki i biust
- ramiona dużo smuklejsze

WAGA	BRZUCH	BIODRA	UDA
+0,4 kg	0	-1 cm	-3/-1 cm

POWER BOARD

PRZED

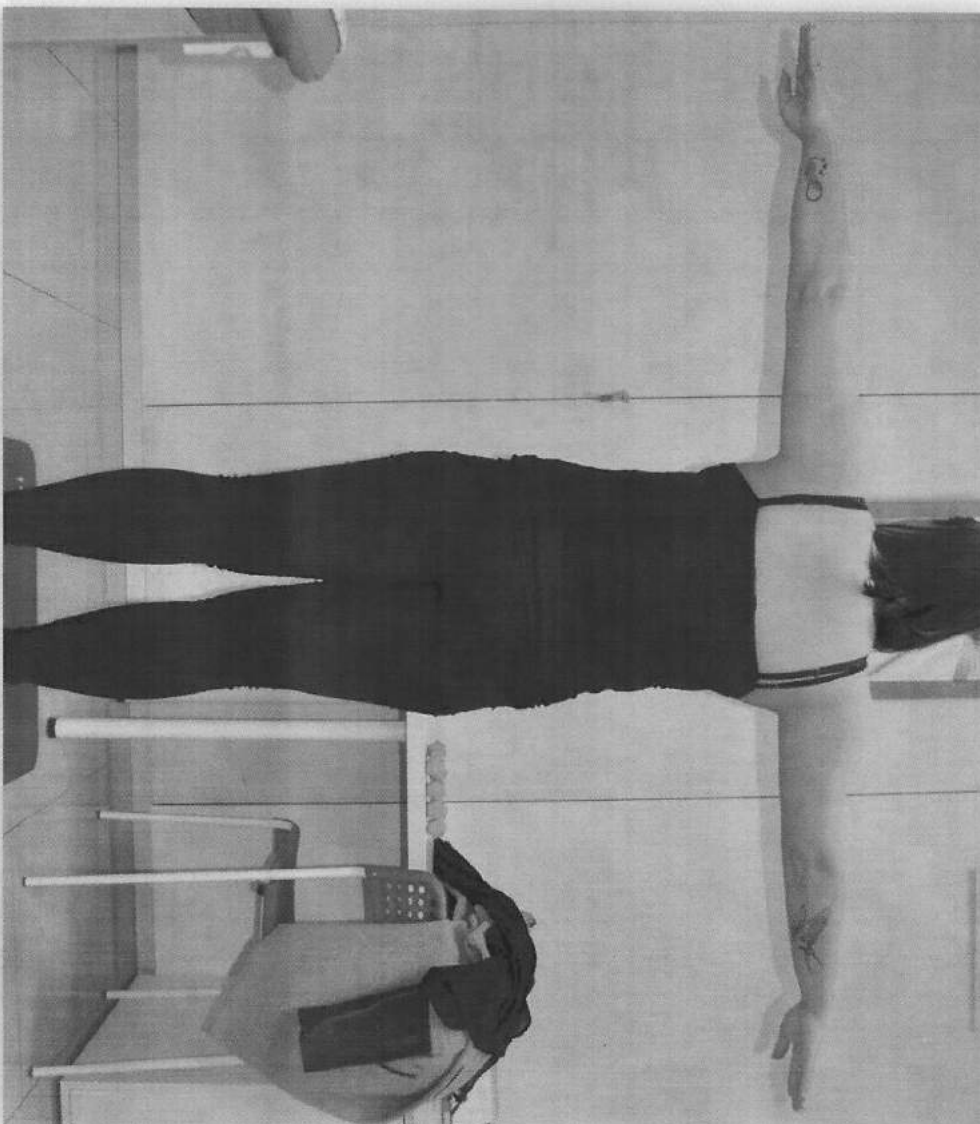


FOVLEL DOPANU



REH4U

PO



REH4U Sp. z o.o.
ul. Włodawska 80/13, 55-100 Třebonice
NIP: 9151796237 REGON: 362725582
KRS: 0000580114

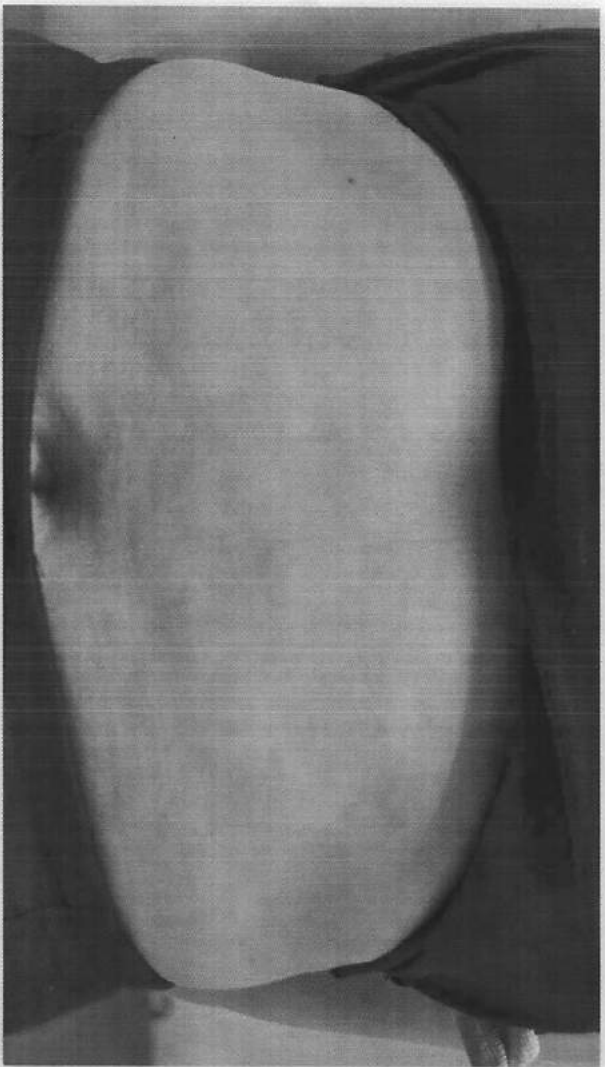
Power

REH 4 U Sp. z o.o.
ul. Włodawska 8C/13, 55-100 Trzebnica
NIP: 9151796237 REGON: 362725562
KRS: 0000580134

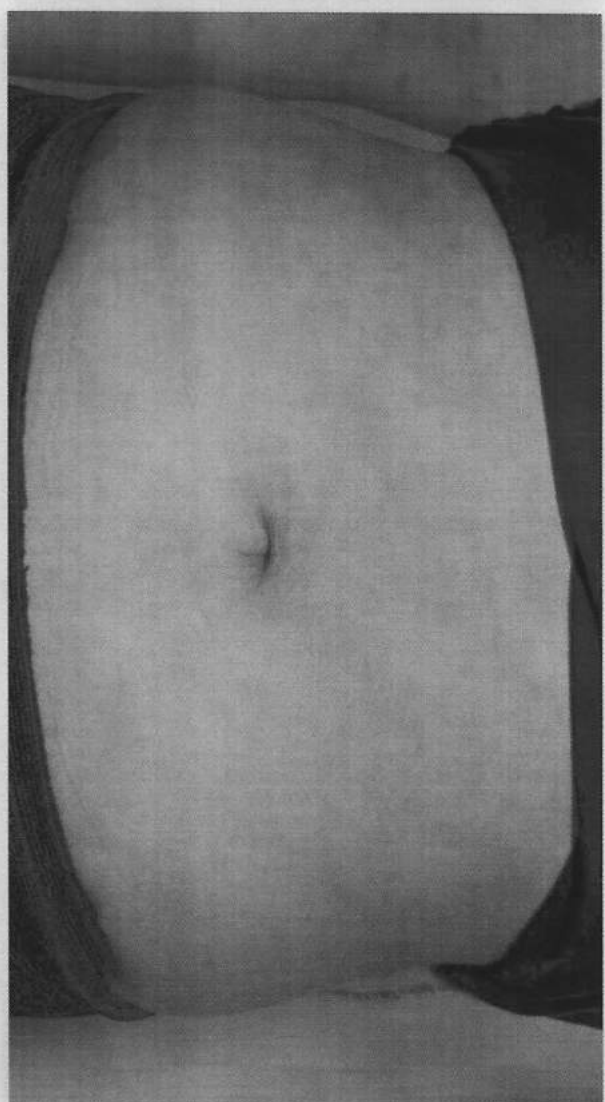


REH4U

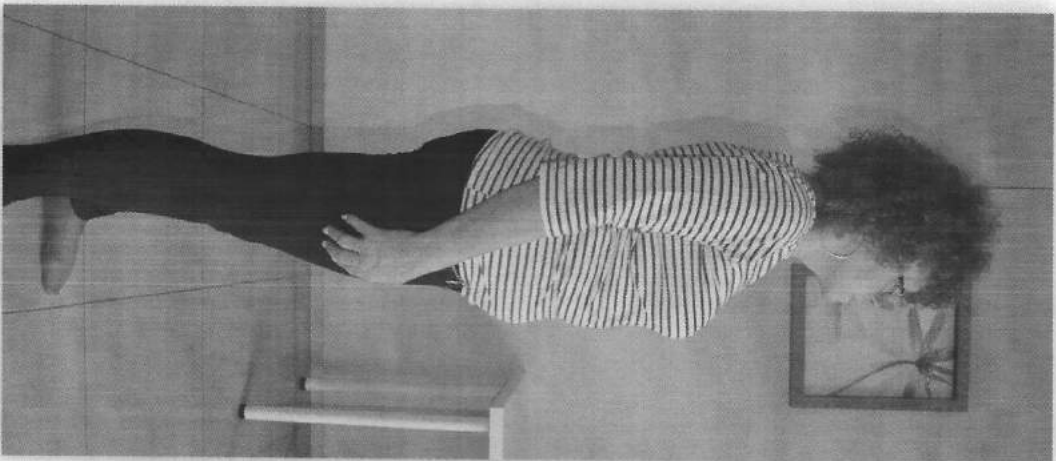
PRZED



PO



POWER  BOARD®



Jadwiga Musiał

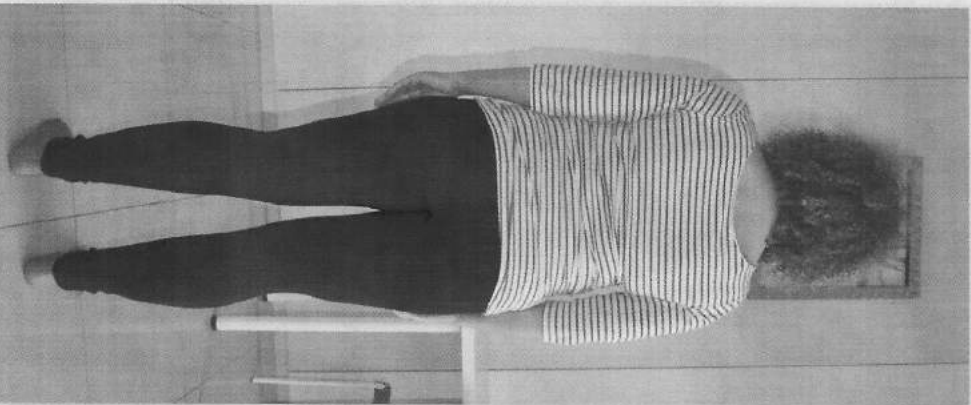
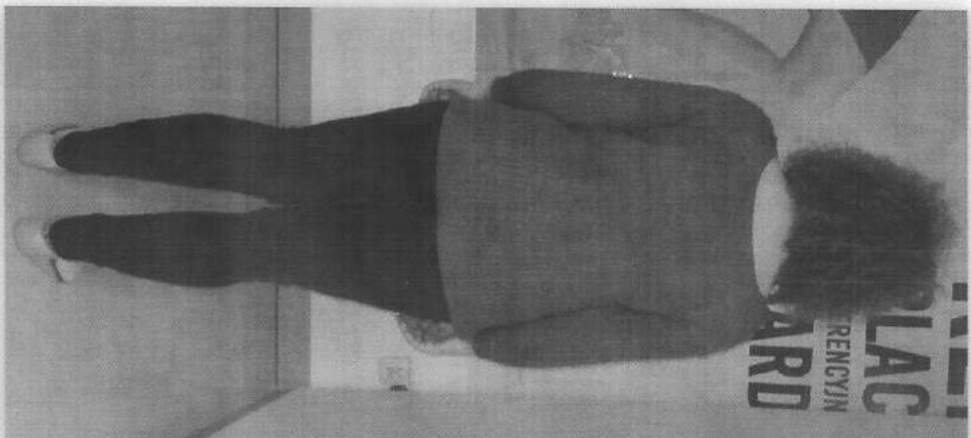
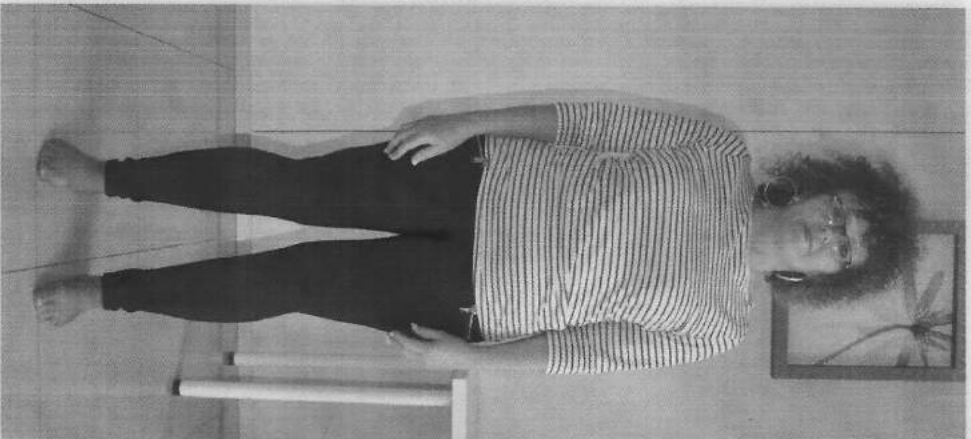
Pacjentka dotoczyła do projektu 2 dni później, zachwycona Power Boardem po przypadkowym wypróbowaniu platformy.

PODSUMOWANIE:

- napięta skóra całego ciała
- mniejszy cellulit na nogach
- lekko zmniejszona oponka brzuszna
- większa energia
- wysmukłone nogi
- podniesiony biust i pośladki

WAGA	BRZUCH	BIODRA	UDA
+0,1 kg	0 cm	-2 cm	0 cm

POWER BOARD



POWER BOARD



REH4U

REH 4 U Sp. z o.o.
ul. Wroclawska 8C/13, 55-100 Trzebnica
NIP: 9151796237 REGON: 362725582
KRS: 0000580114

11 pm 2011



POWER BOARD



REH4U

REH4U BUDOWA

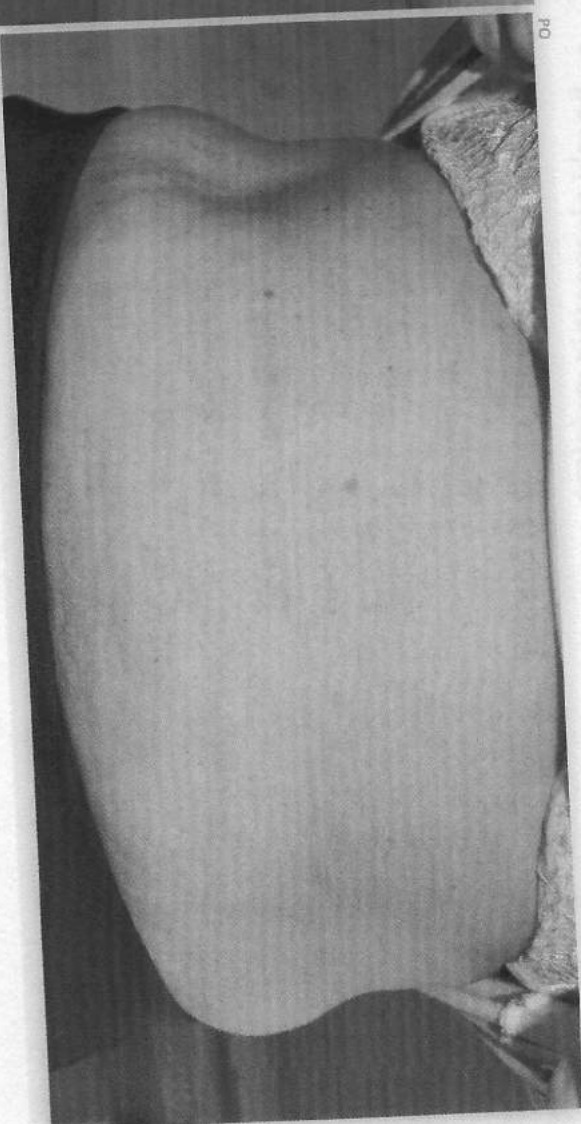
rehab products

procesy rehabilitacji ortopedycznej

PO



PRZED



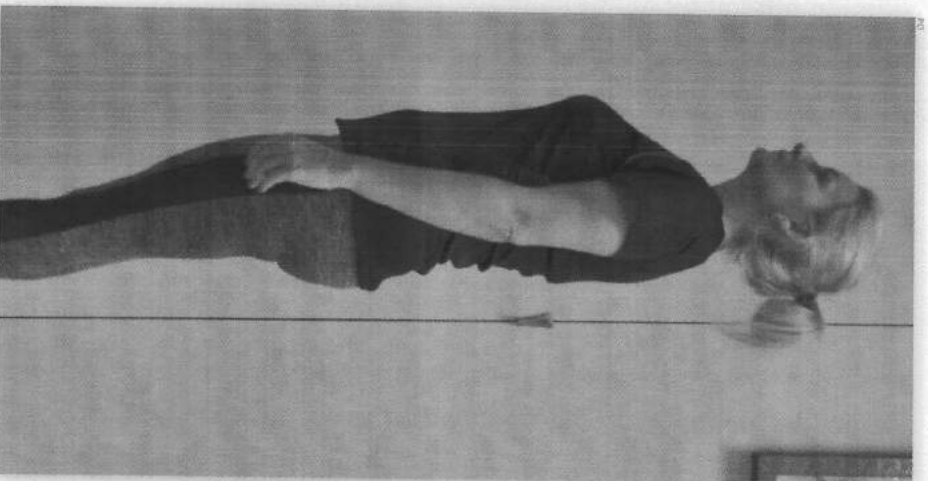
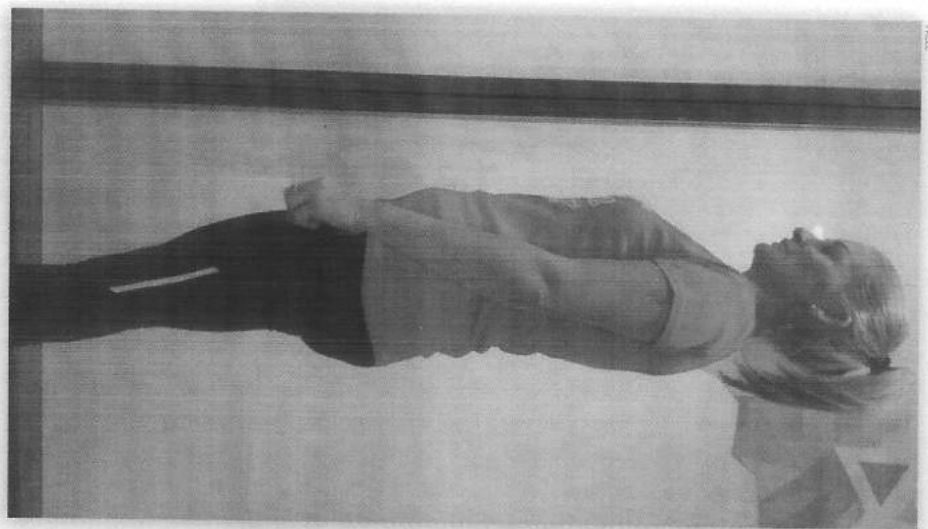
Ewelina Choleba

REH4U

POWER BOARD®

REH 4 U Sp. z o.o.
ul. Wroclawska 8C/13, 55-100 Trzebnica
NIP: 9151796237 REGON: 362725582
KRS: 0000580114

Nowa



Ewelina Chorzępa

Pacjentka jest naszym numerem jeden ze względu na zgubione centymetry na brzuchu, bo aż 11!

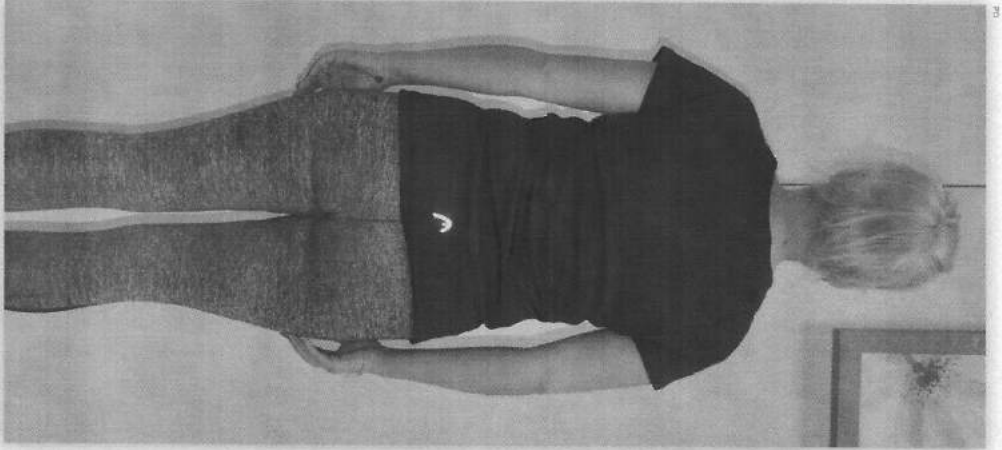
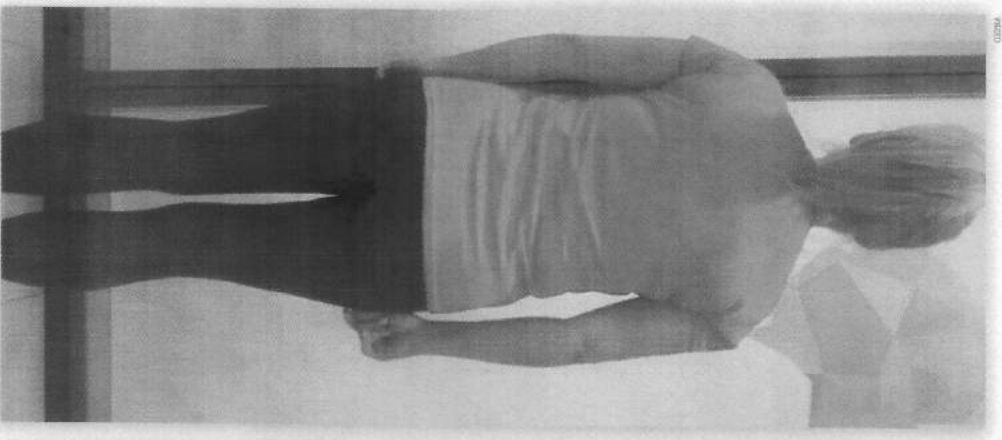
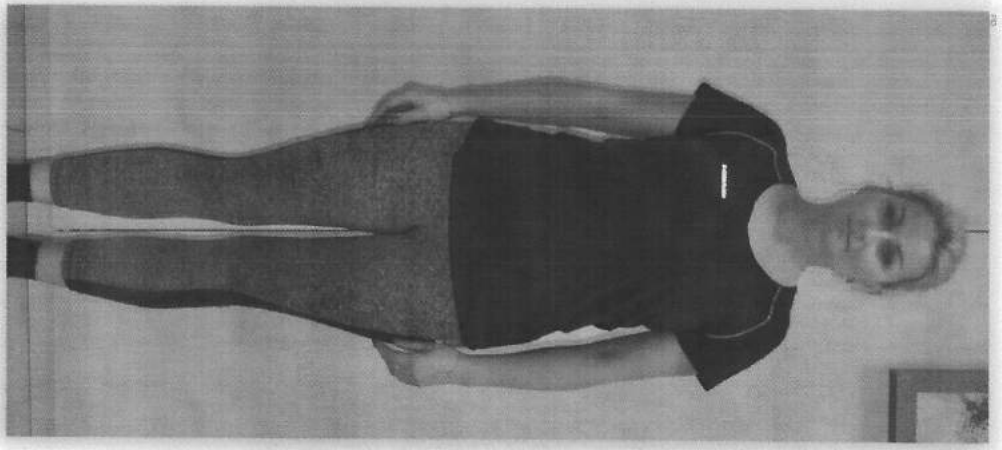
Z niedowierzaniem słuchaliśmy, że nic poza treningiem na Power Boardzie dodatkowo nie robiła!

PODSUMOWANIE:

- dużo mniejszy cellulit
- podniesione pośladki i biust
- brzuch mniejszy, dużo bardziej napięty
- boczki nieznacznie mniejsze
- lepsza kondycja

WAGA	BRZUCH	BIODRA	UDA
+0,1 kg	-11 cm	-7 cm	-

POWER BOARD



POWER BOARD

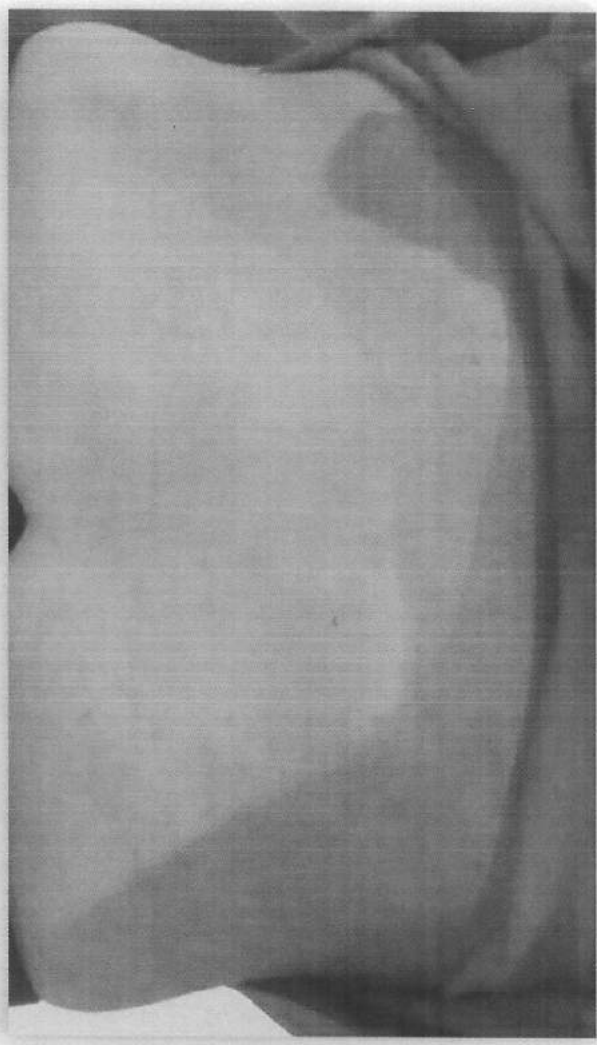


REH4U

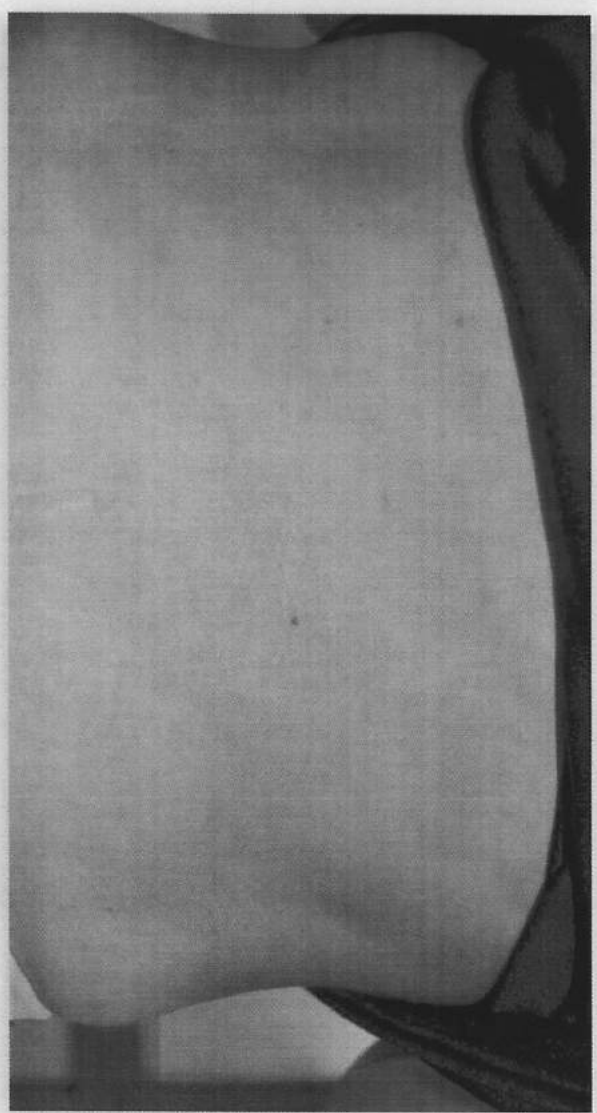
REH 4 U Sp. z o.o.
ul. Wroclawska 8C/13, 55-100 Trzebnice
NIP: 9151796237 REGON: 36272558
KRS: 0000380114

POWERBOARD

PRZED



PO



POWER  BOARD®

REH4U Sp. z o.o.
ul. Wrocławska 8C/13, 55-100 Třebnica
NIP: 9151796237 REGON: 362725582
KRS: 0000580114

L. Mielon

REH4U



REH4U

Elwira Bajewska

Pacjentka chwali sobie ćwiczenia na Power Boardzie w połączeniu z zajęciami tanecznymi Latino Dance. Twierdzi, że nie potrzebuje żadnego dodatkowego sportu. Czuje się dużo lepiej, niż wcześniej.

PODSUMOWANIE:

- mniejszy cellulit na nogach
- większe napięcie skóry całego ciała
- sylwetka Pacjentki nabrała sportowego charakteru
- brzuch bardziej napięty
- delikatnie pomniejszone boczki

WAGA	BRZUCH	BIODRA	UDA
-1,2 kg	-1 cm	-1 cm	0/-4 cm

POWER  BOARD®

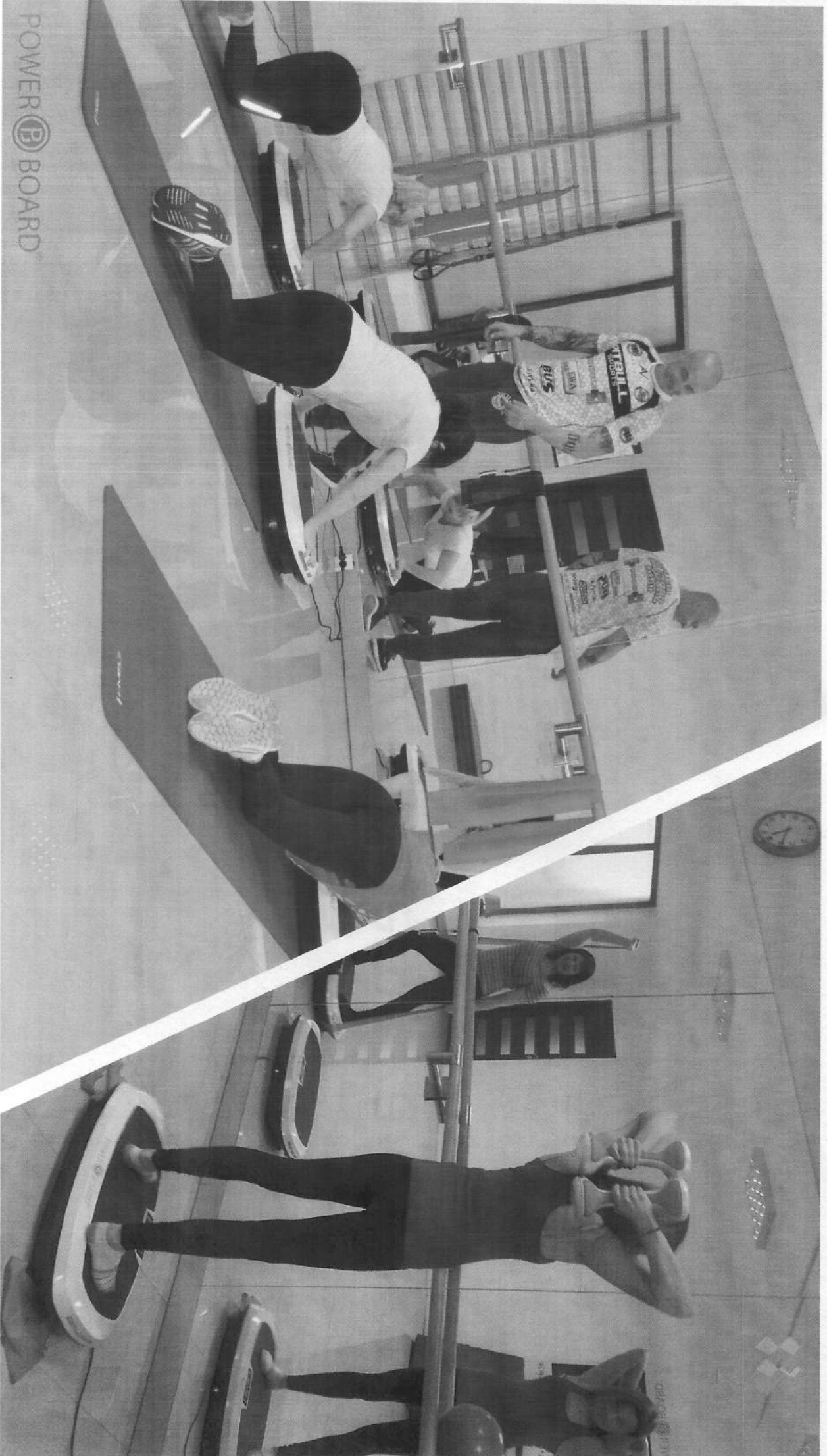
REH 4 U Sp. z o.o.
ul. Wrocławska 8C/13, 55-100 Trzebnica
NIP: 9151796237 REGON: 362725582
KRS: 0000580114

Wrocław



REH 4 U Sp. z o.o.
ul. Wroclawska 8C/13, 55-100 Trzebnica
NIP: 9151796237 REGON: 362725582
KRS: 0900580114

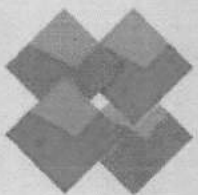
11/2023
KONTO



POWER BOARD

REH 4 U Sp. z o.o.
ul. Włodawska 8C/13, 55-100 Třebnitz
NIP: 9151796237 REGON: 362725582
KRS: 0000580114

11mew

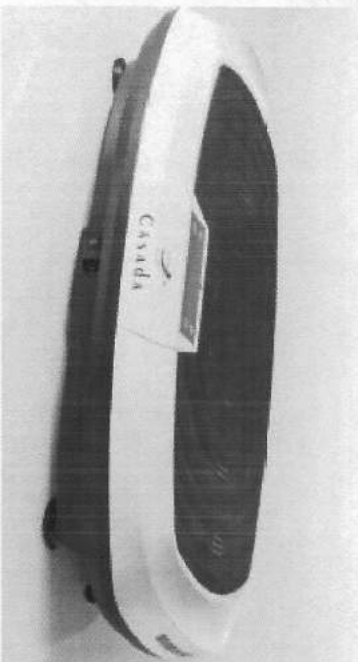


REH4U

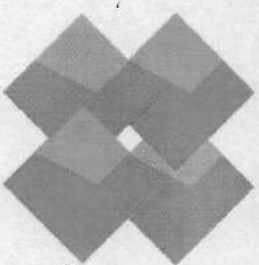
nowa jakość rehabilitacji

ambasador marki

POWER  BOARD[®]



Dziękujemy za uwagę!



REH4U