



The health & fitness cube

SENIOR CITIZENS / THERAPY

With the shape of the cube, you improve your sense of balance and promote the composition of the deep musculature.

Thus you can prevent the age-related muscle weakness and keep the general movement apparatus stable.

Stay active even in old age and enjoy your life to the fullest - without complaints.

Training - Therapy – Movement

- Strengthens the muscles
- Improves balance
- Stabilizes the entire movement unit
- Keeps you mentally fit
- Suitable for therapy after accidents and illnesses
- Effectively prevents injuries

FitW protects against:

- Incidents with the intervertebral discs
- Shifts of the vertebra
- Spinal curvature
- Joint problems
- Muscle strains
- Ligament injuries



The health & fitness cube

SENIOREN / THERAPIE

Mit der Form des Würfels verbessern Sie Ihren Gleichgewichtssinn und fördern den Aufbau der Tiefenmuskulatur.

Somit können Sie der altersbedingten Muskelschwäche vorbeugen und den allgemeinen Bewegungsapparat stabil halten.

Bleiben Sie auch im Alter in Bewegung und genießen Sie Ihr Leben in vollen Zügen – aber ohne Beschwerden.

Training – Therapie - Bewegung

- Stärkt die Muskulatur
- Verbessert die Balance
- Stabilisiert den gesamten Bewegungsapparat
- Hält Sie geistig topfit
- Eignet sich zur Therapie nach Unfällen und Erkrankungen
- Beugt Verletzungen effektiv vor

FitW schützt vor:

- Bandscheibenvorfällen
- Wirbelverschiebung
- Wirbelsäulenverkrümmung
- Gelenksproblemen
- Muskelzerrungen
- Bänderverletzungen