

# 100% NEMŠKA KAKOVOST 100% obnovljiv material 100% regeneracija

**BLACKROLL®** ponuja kakovostne pripomočke (proizvedene v Nemčiji) različnih trdot, primerne za vse športne ravni, namenjene obravnavi točk napetosti in bolečine. **BLACKROLL®** vam ponuja intenzivno masažo mišic in fascije, s podobnim učinkom kakor športna masaža, ki omogoči takojšnje sproščanje.

Z **BLACKROLL®**-om sami določite kateri del telesa potrebuje (večjo) pozornost in kdaj.

Poškodbe zaradi preobremenitve, vnetja ali celo operativni posegi lahko

privedejo do otrdelosti in brazgotinjenja fascije ter posledično do bolečega in togega občutka. Vse skupaj vodi v slabšo mobilnost in gibljivost telesa. Skozi samo-masažo spodbujamo hidratacijo fascije in tako vplivamo na izboljšanje in obnovitev gibljivosti, na zmanjšanje in preprečevanje mišičnih bolečin ter izboljšanje mišičnega okrevanja. To sčasoma vodi do boljše telesne mobilnosti in gibljivosti ter posledično do boljše (športne) učinkovitosti.

## STROKOVNE OCENE



**Dr. biol. hum. Robert Schleip**

Direktor, Fascia Research Project, Univerza Ulm

»Navdušen sem nad možnostjo različnih aplikacij z **BLACKROLL®**-om. Možnosti ublažitve pritiska z uporabo različnih tehnik sproščanja, nam omogočajo širok izbor terapevtskih metod. Podrobni poskusi s pacienti kažejo odlične rezultate.«

**Dr. med. Gregor Ravnikar**

Spec. kirurg in travmatolog

»Spoznanja o koristi miofascialnega treninga so bila v našem okolju sprejeta pred približno petimi leti. Od takrat v svoji vsakodnevni praksi s športnimi poškodbami, priporočam vaje z valji na različnih delih telesa. Koristi najpogosteje opažam pri težavah z mišicami in fasciami spodnjih udov in stopal. **BLACKROLL®** valj sem preizkusil v praksi in je odličen pripomoček, ki olajša popravo po mnogih težavah in poškodbah.«



**Dipl. fizioterapevt Alen Lilič**

Fizioterapevt številnih vrhunskih športnikov in menedžerjev

»Pri pacientih, ki obiščejo Fizio Center, v večini primerov opažam pomanjkanje fleksibilnosti. To vodi do patoloških težav in bolečin, ki jih posledično zdravimo z raznovrstnimi fizioterapevtskimi tehnikami. Sproščanje mišic, mehkega tkiva in fascialnih linij je izredno učinkovit način preventivne in kurative pred tovrstnimi težavami. Izvajanje vaj s pripomočki **BLACKROLL®** učinkovito pripomore k fleksibilnosti in refleksivnosti človeškega organizma. Naši pacienti **BLACKROLL®** vaje radi izvajajo, v kombinaciji s fizioterapijo tudi veliko hitreje zaključijo zdravljenje.«

**Andreas Beck**

Atletski trener in vodja rehabilitacije – Borussia Dortmund

**BLACKROLL®** izdelki so zelo primerni za uravnavanje tonusa različnih tkiv in za samodejno mobilizacijo. V nogometnem klubu Borussia

Dortmund vedno vključujejo **BLACKROLL®** med pripravo na trening, v času procesa regeneracije in rehabilitacije.«



## BLACKROLL® IZDELKI IN UPORABA

### MEHKO REGENERACIJA TERAPIJA



**BLACKROLL® MED & 45 MED**

- 20% mehkejši od **BLACKROLL® Standard**
- Priporočljivo za začetnike, za terapevtsko uporabo, jogo in Pilates
- V dveh dolžinah: 30 cm in 45 cm



**BLACKROLL® Standard & 45 Standard**

- Povprečna trdota
- Priporočljivo za športno in terapevtsko uporabo
- V dveh dolžinah: 30 cm in 45 cm



### BLACKROLL® GROOVE

- Valovita površina ustvarja naravno vibracijo
- Povprečna trdota
- Povečuje krvni obtok



### BLACKROLL® PRO

- 50% trši od **BLACKROLL® Standard**
- Visoka gostota za intenzivnejšo vadbo
- Priporočeno samo za profesionalne športnike



### BLACKROLL® GROOVE PRO

- Valovita površina ustvarja naravno vibracijo
- 50% trši od **BLACKROLL® Standard**
- Povečuje krvni obtok
- Priporočeno samo za profesionalne športnike

### TRDO AKTIVACIJA SPORT



## DODATNI BLACKROLL® IZDELKI



### BLACKROLL® MINI

- Primeren za potovanja, majhen in lahek
- Namenjen masaži stopal, nog in rok
- Za uporabo na mizi, tleh in ob steni



### BLACKROLL® Ball & DuoBall

- Za točkovno aplikacijo
- Za masažo globlje ležečih mišic
- Namenjen masaži vratu, hrbta, prsi, udov in stopal



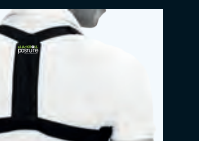
### BLACKROLL® BLOCK

- Pripomoček za miofascialno samo-sproščanje: višji podstavek za točkovno masažo, namenjen doseganju globlje ležečih mišic in tkiv
- Joga podstavek



### BLACKROLL® TWISTER

- Masaža prsnih in ramenskih mišic s pomočjo pritiska in vrtenja
- Primeren za profesionalno terapevtsko uporabo in za miofascialno samo-sproščanje



### BLACKROLL® POSTURE

- Steznik za boljše zaupanje v telo
- Krepitev mišic
- Povečuje vnos kisika



### BLACKROLL® BOOSTER

- Nadgradnja in dodatek za vse **BLACKROLL®** vadbene valje (30 cm, vseh trdot in površin)
- Posledica patentirane Vibra Motion tehnologije je globlji masažni učinek
- Največji frekvenčni razpon od 12 - 56 Hz z natančnim, neprekinjenim intenzivnim nadzorom



**Dobavitelj:**  
EDMAN d.o.o., Stjenkova 7, 6000 Koper  
www.edman.si  
edman@edman.si  
t.05 6271155  
facebook: Blackroll Slovenija

**BLACKROLL AG**  
Hauptstraße 17  
CH-8598 Bottighofen  
www.blackroll.com  
support@blackroll.com

# BLACKROLL<sup>®</sup> is



# BOOSTER

## Nadgradnja



Vibracijsko jedro je zasnovano tako, da se prilega vsem **BLACKROLL®** vadbenim valjem in poveča njihovo učinkovitost. **BLACKROLL® BOOSTER** ima širok spekter ravni vibracij in je enostaven za uporabo, le z dvema gumboma.

Vibra Motion tehnologija BOOSTER nadgradi klasičen **BLACKROLL®**: nadgradnja je namenjena 30 cm vadbenim valjem. Ponuja še večje možnosti masaže; odkriva in sprošča področja napetosti. Stimulira tudi tkiva v njihovi okolici. Z obravnavo

točk in mišično fascialne povezave le teh:

- Nadgradnja in dodatek za vse **BLACKROLL®** vadbene valje (30 cm, vseh trdot in površin)
- Uporaba v športnih terapijah
- Posledica patentirane Vibra Motion tehnologije je globlji masažni učinek
- Največji frekvenčni razpon od 12 - 56 Hz z natančnim, neprekinjenim intenzivnim nadzorom

# TWISTER

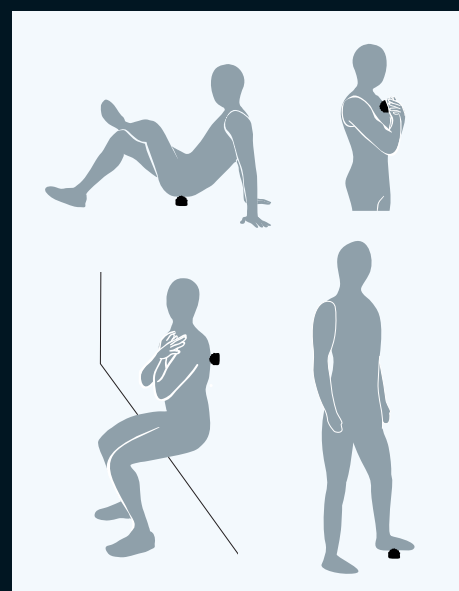
## Skrivno orožje

Posebna izboklinasta površina in ergonomsko zgoščena zaobljenost Twisterja omogoča novo ciljno stimulacijo. Novi Twister ne deluje le z uporabo telesne teže, ampak omogoča tudi kombi-

nacijo pristiska in vrtnčenja. Rezultat: večji pretok, stimulacija triger pasov in točk ter rehidracija vezivnega tkiva. **BLACKROLL® Twister**.



- Primeren za profesionalno terapevtsko uporabo, kot tudi za miofascialno samo-sproščanje
- Masaža prsnih in ramenskih mišic s pomočjo ročnega pritiska in vrtnčenja
- Masaža rok vzdolž triger pasov s pomočjo ročnega pritiska in vrtnčenja
- Stimulacija in masaža stopal s pomočjo terapevta ali samo-masaže
- Terapevtska stimulacija gornjih slojev kože (Postopoma ob obravnavi globlje ležeče fascije)
- Ciljna aplikacija na različnih površinah za optimalne terapevtske rezultate



# FLOW

## Revolucionarni



Revolucionarno zasnovana površina FLOW, združuje dve filozofiji: na eni strani ponuja mehko samo-sproščanje, na drugi strani pa aktivno stimulacijo.

Pomnoženi učinek: Bolj rehidrirana fascia in povečana cirkulacija.

Obe smeri vrtenja se lahko uporabljata samostojno, lahko pa ju tudi združujemo.

Poleg tega je FLOW predvsem bolj nežen kot **BLACKROLL® GROOVE** in vibrira brez sledu „preskakovanja“.

## 45

## Dodatna dolžina



Sedaj je na voljo **BLACKROLL®** vadbeni valj dolžine 45 cm.

15 cm dolžine smo dodali pri naslednjih **BLACKROLL®** vadbenih valjih: MED (mehke) in Standard (povprečne) trdote. Za to opcijo smo se odločili, ko smo prejeli veliko zahtev terapevtov, ki želijo svojim pacientom ponuditi večjo podporno

površino. Trdota in stabilnost, kot tudi obseg uporabe med športom in terapijo, ostanejo enaki.

Vsekakor bomo v naši kolekciji obdržali 30 cm **BLACKROLL®** vadbeni valj.

# Fascia-ReleaZer®

## Prvi v svojih vrstah

**BLACKROLL®** Fascia-ReleaZer® je patentirani terapevtski pripomoček za namensko obravnavo fascije in mišic.

Če se fascija medsebojno zagosti ali strdi, lahko izboljšate njeno prožnost in elastičnost z izmeničnim izvajanjem pritiska in napetosti.

Z uporabo Fascia-ReleaZer®, kot pripomoček za sam-obravnavo, si lahko pozitivno stimulirate receptorje v vezivnem tkivu (fascije). To bo povečalo in pospešilo regeneracijske sposobnosti tkiva. **BLACKROLL®** Fascia-ReleaZer® odlično združuje prednosti vibracijske tehnologije in klasične masažne tehnike v eni sami napravi.

Naprava je bila razvita s strani terapevta za bolečino Christopherja Gordona.



- Bistveno izboljša obseg gibanja in mobilnosti
- Izboljša gibljivost in moč fascialnega in mišičnega tkiva
- Podpira odpornost in prehrano mišično-fascialnega tkiva
- Bistveno poveča krvni obtok obravnavanega tkiva
- Poveča obnovo celega telesa

# POSTURE

## Trener telesne drže



**BLACKROLL®** POSTURE steznik je zelo učinkovit pripomoček, ki vas podpira pri povečanem zaupanju v telo. Omogoča takojšnji popravek drže in uravnava gornjega dela trupa za postopno krepitev mišičevja. **BLACKROLL®** POSTURE je enostaven za uporabo, lahko ga nosite pod ali nad oblačili, pred računalnikom ali v telovadnici. Dobra drža telesa poveča vnos kisika, ki vam daje več energije.