

# Kangoo Jumps



**Kangoo Jumps**

*Perdi peso e rassoda a ritmo di musica*



**Distributore Esclusivo Nazionale**

Vendita - Noleggio - Logistica

**[www.kangooclub.it](http://www.kangooclub.it)**

# Kangoo Jumps

Have Fun,  
Getting Fit



**Linea prodotti** *Gli ultimi modelli con la tecnologia più avanzata*



## **DE LUCA S.R.L.**

Distributore Esclusivo per l'Italia Kangoo Jumps  
Via Zara n°42 88046 Lamezia Terme (CZ) P. IVA 03520190798  
[www.kangooclub.it](http://www.kangooclub.it) [www.kangoojumpsitalia.com](http://www.kangoojumpsitalia.com)  
Antonio De Luca 340 71 10 100 Giovanni De Luca 389 58 52 741  
e-mail : [kangoojumpsfitnessitalia@gmail.com](mailto:kangoojumpsfitnessitalia@gmail.com)  
Pec : [kangoojumpsitalia@pec.it](mailto:kangoojumpsitalia@pec.it)  
Numero REA CZ-202143



KJ-PowerShoe Titanium/Red



KJ-PowerShoe Silver/Pink



KJ-PowerShoe Silver/Blue



SILVER/PINK 169,00

BLACK/RED 159,00

SILVER/BLUE 159,00



POWER SHOES scarpa per bambino.

Per ragazzi e ragazze, dai 6 anni in su, di peso da (20 Kg) a circa (55kg)

Caratteristiche principali:

- Una elevata qualità di avvio, shell dura, con un comodo traspirante calzino, lavabile che si adatta a 3 dimensioni, per consentire la crescita del piede.

- Versatili Molle a tensione, con 4 Twin Turbo del sistema, che permettono una regolazione personalizzata.

Molle elicoidali in acciaio opzionali KJ Coil Springs (venduto separatamente) può essere adattato per effetti aggiuntivi personalizzati.





MODEL:  
**KJXR3**  
 X - REBOUND



WHITE/PINK 229,00 €



WHITE/BLACK 229,00 €



BLACK/ORANGE 199,00 €



BLACK/YELLOW 199,00 €



BLACK/PINK 215,00 €



BLACK/BLACK 215,00 €



### Caratteristiche delle nuove "XR-3" IPS

Il rivoluzionario Tension-Spring TS6 con:

- 4 TwinTurbos (invece di 2) per un maggiore comfort, rimbalzo e stabilità
- Un doppio sistema di sicurezza (SRS), in combinazione con le shell 6
- 3 serie di fori che vi permetteranno di personalizzare il Kangoo Jumps con l'aggiunta di molle elicoidali in acciaio, per aumentare la resistenza dei vostri IPS e sperimentare una diversa sensazione. Per aggiungere le molle elicoidali è necessario tagliare la fascia centrale del TS6 o le 2 bande esterne, per sostituirle con una o 2 set di molle elicoidali.

Il nuovo KJ Shell 6 è (un componente a forma di arco), che offre:

- Il sistema di sicurezza doppio senso SRS (in combinazione con TS6) con una posizione di bloccaggio per usi estremi.
- Nuovo design che fornisce più rimbalzo e riduce l'usura della T-Spring
- Un aumento della durata di vita del prodotto.

La nuova suola KJ 6: più ammortizzante e silenziosa, leggera, design elegante di colore grigio.

- La KJ è molto confortevole ma all'inizio le shell sono un po' rigide.
- Si adatta a tutte le forme del piede, anche a quelle più larghe.
- Molto resistente, durerà per anni!
- Forti e facile fibbie di chiusura.
- Calzino interno amovibile che può essere lavato in lavatrice.
- Traspirante, suola forata
- Piastra di supporto brevettato per il miglior posizionamento del piede

# KJ PRO 7



# Kangoo Jumps

KJ PRO 7

NEW



KJ PRO 7

NEW



EURO 269,00

Questo è l'ultimo modello della serie PRO. E' ideale per gli atleti forti e gli utenti più pesanti (oltre 90kg). Può restituire fino a 2 volte l'energia della serie XR standard.

Questo modello di serie Pro presenta il nuova TS-Pro7

T-spring con 4 TwinTurbos PLUS. 1 molla separata in acciaio elicoidali può essere aggiunta alla TS-Pro7 per rendere più intenso il molleggiamento (per pesi estremi o utilizzi estremi).





**SIZES CHARTS:**



<b>ITALIA</b>	<b>32-33-34-35</b>	<b>36-37- 38</b>	<b>39 -40- 41</b>	<b>42-43-44</b>	<b>45-46-47-48</b>
<b>KJ XR3</b>	<b>XS</b>	<b>S</b>	<b>M</b>	<b>L</b>	<b>XL</b>



<b>ITALIA</b>	<b>32-33-34-35</b>	<b>36-37-38-39</b>
<b>KJ POWER SHOE</b>	<b>1-3</b>	<b>4-6</b>

KANGOO JUMPS



ORIGINAL  
ACCESSORIES



Gli accessori ufficiali di alta qualità sono  
meglio adattate alle esigenze di Kangoo Jumps KJ BAG

**KJ BAG 29,99 EURO**



**KJ CARRY BELT 10,00 EURO**

**RICAMBI KANGOO JUMPS REBOUND SHOES**

**T-SPRING TS6 XR 23,00 Euro**

**GREY**



**ORANGE**



**YELLOW**



**PINK**

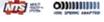


**T-SPRING TS-Pro6 29,00 Euro**

**ORANGE**



**RED**



**GREY**



**YELLOW**



**T-SPRING TS POWERSHOE 19,80 EURO**

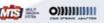
**PINK**



**BLUE**



**RED**



**Coil Spring**  
optional for TS-PRO6/7 or TS6 XR  
20,00 Euro



**Coil Springs PS**  
**POWER SHOES**  
20,00 Euro



Shell 6 Black Light (1 Unità)  
20,00 Euro



Shell 6 Hard Black (1 Unità)  
20,00 Euro



Shell 6 White Light (1 Unità)  
22,00 Euro



Shell 6 White Hard (1 Unit)  
22,00 Euro



Shell 8 S Powershoes (1 Unit)  
17,90 Euro



Sole 8 (pair)  
25,20 Euro



Sole A Powershoes  
20,00 Euro



Clamps (Set 4)  
8,00 Euro



Buckle (2 Units) "Black/Light Gray" "Black/Dark Grey" "White" 8,00 Euro



Buckle Strap (2 Units) "black" "white"  
5,00 Euro



Additional Bolts+Washers(Set4)  
6,00 Euro



Front Nut (2 Units)  
9,00 Euro



Round Nut (2 Units)  
7,50 Euro



P Nuts (2 Units)  
9,00 Euro



Liners WRP MS (Pair) XS S M L XL 39,90 Euro  
Black/White      Black/Pink



White/Pink



Liner Power Shoe (2 Units) 1-3 4-6 36,80 Euro



### Parts & Components of Kangoo Jumps

**Liner**  
Thick inner boot for comfort & protection of the foot and ankle. Machine washable.

**Buckles & Straps**  
Quick release buckles and sturdy straps allow fast, easy on & off.

**Hinge Feature**  
Allows ankle to move freely.

**TwinTurbos**  
Patented rebound boosters

**IPS T-Spring**  
Adjustable / Interchangeable Tension  
Bands to fit your weight or usage.

**Size Marks**

**Batch number**

**Outer Boot**

Made of polyurethane material that won't crack or break.

**IPS Support Plate**

Improves comfort, stability and increases the rebound effect.

**IPS Shell**

Spring arcs made of "Space Age" plastic material (upper and lower shells are the same).

**IPS Sole**

Rugged non-slip sole for all surfaces, indoors and out. Assembled with 4 clamps.



**Batch number**



Nuts, Bolts & Screws = plate inside the hard shell boot & bolt visible under the upper shell, which hold the boot to the upper shell



Washer



Screw



Front Nut



Round Nut



P Nut



Locknut

**Inner Sole** = removable sole inside the liner.

**Cardboard Sole** = sole made of thick cardboard located under the liner, to cover the nuts.

**Coil Springs** = optional metal coil springs which can be attached to T-Springs.

**Clamps** = elastic rings holding the non-slip Sole to the bottom shell.



IPS : Impact Protection System™ = 2 Shells + T-Springs + Sole + Support Plate

## COSA SONO LE KANGOO JUMPS

### Scopri le Scarpe Kangoo Jumps !

**Le scarpe Kangoo Jumps** sono speciali scarpe per l'allenamento basato sulla tecnica del rimbalzo (rebound). Possono essere utilizzate al posto delle comuni scarpe da ginnastica per le attività di jogging e l'allenamento domestico.

Adatte a tutti, dai più piccoli ai più grandi, dai principianti agli atleti, le scarpe da rimbalzo Kangoo Jumps rappresentano una vera e propria rivoluzione per l'attività fisica: l'Impact Protection System – Sistema di Protezione dell'Impatto  **IPS** Impact Protection System – è stato disegnato appositamente per ridurre dell'80% l'impatto sulle articolazioni durante gli allenamenti. L'uso delle scarpe Kangoo Jumps è quindi ideale anche per chi ha problemi a tendini, spina dorsale e articolazioni ma non vuole rinunciare al piacere di allenarsi e sentirsi bene con sé stesso.

**Studi scientifici della NASA**  hanno dimostrato come l'esercizio effettuato con le scarpe da rimbalzo (Rebound) Kangoo Jumps sia il più efficiente, effettivo e piacevole tra i tantissimi metodi di allenamento che si possano svolgere.

**Le scarpe Kangoo Jumps Rebound Shoes** sono le uniche scarpe da rimbalzo che possono utilizzare i programmi di allenamento Kangoo Jumps Fitness Program™ Come ;Kangoo Dance, Kangoo Power, Kangoo Boot Camp, Kangoo Discovery e Kangoo Kick & Punch.



Facile! Più' facile del semplice camminare! Usarle conviene a tutti: dai più' piccini fino ad età' avanzata! Gli innumerevoli benefici ne fanno un accessorio irrinunciabile e tale da modificare e migliorare le classiche attività' jogging, il camminare, il fitness domestico, i training per perdere peso, la preparazione atletica, le attività' riabilitative e tanto altro ancora. Da oggi cambiano le regole del fitness: da oggi c'è Kangoo Jumps!



*Le kangoo jumps sono delle speciali scarpe che consentono un'efficace allenamento basato sulla tecnica del rebound (rimbalzo).*



*Regalano innumerevoli vantaggi ai fini del benessere psicofisico e sono divertenti da indossare! Adatte a persone di tutte le età, con qualunque struttura fisica, si presentano sin da subito utilizzabili, indipendentemente dal livello di preparazione atletica!*

**I Kangoo Jumps** sono stati inventati con l'unico intento di associare lo sport e il benessere al divertimento, senza sentire il peso della fatica che, oltre a produrre stress fisico ed emotivo, non permette di scaricare le tensioni accumulate durante la giornata!

*Ma come è possibile tutto questo? Che cosa hanno di così speciale e innovativo questi Kangoo Jumps?*

*In fondo all'apparenza non sono altro che degli stivali il cui aspetto è simile ai conosciutissimi rollerblade. A differenza di questi però non hanno le ruote, ma due archi a molla contrapposti (le cosiddette shell) e inoltre sono molto più semplici da utilizzare!*

**L'innovazione** sta proprio in questa peculiare struttura che fornisce "l'effetto Rebound" (rimbalzo) il quale non danneggia e non crea affaticamento grazie all'IPS (Impact Protection System): un sistema brevettato che protegge realmente le articolazioni, riducendo l'impatto sul terreno fino all'80%.

*I dati sostenuti dai numerosi studi scientifici definiscono "l'esercizio del rimbalzo", il più efficace ed efficiente movimento che l'uomo può praticare per la propria salute!*



**I principali benefici** che si ottengono utilizzando Kangoo Jumps sono: [miglior info pagina Benefici](#)

*Il dimagrimento: si brucia il 50% di calorie in più rispetto all'utilizzo di normali scarpe da corsa. Con bilancia alla mano, prima e dopo la corsa, vedrete i risultati immediati già alla fine del primo allenamento e questo non potrà che incentivarvi a continuare a correre quotidianamente!*

*Sono fonte di buon umore e quindi di miglioramento del rapporto con sé stessi e con gli altri perché permettono di alleviare il carico di stress accumulato nella giornata.*

*Riducono l'impatto sulle ginocchia, schiena e articolazioni fino all'80% ed è quindi adatto per la preparazione atletica o per la riabilitazione a seguito di traumi.*

*La struttura della scarpa è stata creata in modo da modellare e tonificare ogni parte del corpo. Anche stando fermi il vostro corpo brucia calorie, poiché non smette mai di ricercare l'equilibrio! Favorisce una corretta postura e rafforza la posizione della colonna vertebrale grazie alla continua contrazione e attività dei muscoli erettori del tronco.*

*Aumento della frequenza cardiaca durante l'esercizio: questo determina la capacità di svolgere un allenamento costante e intenso e quindi un conseguente rafforzamento dell'apparato cardiaco e una maggiore resistenza fisica e aerobica.*



*Le scarpe Kangoo Jumps sono un vero e proprio toccasana anche per lo spirito! I benefici delle scarpe a rimbalzo, infatti, coinvolgono anche il lato emotivo: l'allenamento con queste scarpe da rimbalzo è divertente e coinvolgente, capace di ridurre i livelli di stress grazie ad una maggiore produzione di endorfine. Il miglioramento della forma fisica, che si traduce in un maggiore definizione del tono muscolare e nella tonicità del fisico, è in grado di aumentare l'autostima e favorire il benessere di corpo e mente!*

*Le scarpe Kangoo Jumps sono un accessorio irrinunciabile per chiunque voglia ritrovare il benessere psicofisico senza annoiarsi, provare per credere!*

### **Diffida dalle imitazioni**

Informiamo i nostri clienti di verificare prima di acquistare. Attenzione agli annunci nei vari siti web che offrono in vendita stivali Contraffatti Kangoo Jumps **PREZZI STOCK!!!**

L' utilizzo di questi prodotti causa gravi malattie alle ginocchia e alla colonna vertebrale dato che le Molle e le loro soles non sono coerenti con il modello Kangoo Jumps . La contraffazione non sopporta l' impatto con il suolo e in piu' si distruggono molto rapidamente se si utilizzano programmi progettati per Kangoo Jumps

Le scarpe Kangoo Jumps sono realizzate con uno speciale **MATERIALE** e brevetto che permette di allenarsi in tutta sicurezza e senza ripercussioni sulla salute. Se volete acquistare le scarpe Kangoo Jumps online contattate il distributore ufficiale della vostra regione. Diffidate dai prodotti **contraffatti** che potrebbero causare danni e problemi alle articolazioni e alla Colonna Vertebrale. Per maggiori informazioni sull'acquisto delle Scarpe Kangoo Jumps contattateci compilando il form o inviando una mail; [Kangoojumpsfitnessitalia@gmail.com](mailto:Kangoojumpsfitnessitalia@gmail.com)

nuova contraffazione cinese



Power Jumpers - Ghete contrafacute!



Kangoo Jumps - Ghete originale!

### **33 BENEFICI DEL KANGOO JUMPS**

*Le Kangoo Jumps offrono numerosi benefici per la salute, dimostrato da studi scientifici condotti durante gli ultimi 10 anni. Inoltre, il Kangoo Jumps offre tutti i vantaggi del movimento di "rimbalzo" profondamente indagato da Albert Carter nel corso degli ultimi 30 anni e le altre autorità come la NASA, affermando che "rimbalzo esercizio rappresentano la forma più efficiente ed efficace di esercizio già scoperto dall' uomo ".*

## **33 Benefici**



**Perdi peso**



**osteoporosi**



**Riduce Lo Stress**



**riduce l'invecchiamento**



**Potenziamento**



**La terapia della tiroide**

### 33 BENEFICI DEL KANGOO JUMPS ( REBOUND )

- 1 Lo sfruttamento della forza G (carico gravitazionale) rafforza il sistema muscolo-scheletrico.
  - 2 Protegge le articolazioni in maniera eccellente.
  - 3 Contribuisce al miglioramento del rapporto muscolo-grassi.
  - 4 Aumenta la capacità di respirazione.
  - 5 Apporta maggiore ossigeno ai tessuti.
  - 6 Garantisce un migliore equilibrio tra l'ossigeno richiesto dai tessuti e l'ossigeno reso disponibile.
  - 7 Aiuta la circolazione linfatica.
  - 8 Riduce la pressione arteriosa.
  - 9 Normalizza la pressione sanguigna.
  - 10 Supporta senza ricorso ad alcun ausilio la riabilitazione di persone affette da problemi cardiaci.
  - 11 Aumenta l'attività funzionale del midollo osseo nella produzione di globuli rossi.
  - 12 Migliora il tasso metabolico a riposo stimolando il corpo, per ore dopo l'esercizio, a bruciare più calorie del dovuto.
  - 13 Induce i muscoli ad eseguire flessioni fluide riducendo il carico sul cuore.
  - 14 Diminuisce il volume di sangue in circolo prevenendo l'edema.
  - 15 Migliora in generale la circolazione sanguigna e fa sì che aumentino il numero di capillari nei muscoli.
  - 16 Rafforza il cuore e altri muscoli del corpo in modo che funzionino in modo più efficiente.
  - 17 Fa sì che a riposo l'attività del cuore risulti normalizzata.
  - 18 Abbassa i livelli di colesterolo e trigliceridi.
  - 19 Riduce il livello di lipoproteina a bassa densità presenti nel sangue tenendo a bada l'incidenza di eventuali malattie coronariche.
  - 20 Promuove la rigenerazione dei tessuti.
  - 21 Aumenta il numero di mitocondri all'interno delle cellule muscolari, essenziale per la resistenza.
  - 22 Rafforza le riserve di sali minerali nel corpo preparandolo in caso di attività che richiedono sforzi prolungati.
  - 23 Migliora il coordinamento ed il sistema nervoso centrale.
  - 24 Migliora la reattività del cervello che è costretto a ricercare di continuo la migliore postura e quindi l'equilibrio.
  - 25 Offre sollievo da dolori al collo e a schiena, riduce il mal di testa e gli acciacchi legati in generale alla mancanza di esercizio fisico.
  - 26 Migliora la digestione aiutando a prevenire la stitichezza.
  - 27 Facilita il sonno normalizzando il ritmo sonno-veglia e riduce lo stress da affaticamento.
  - 28 Offre in genere migliori prestazioni mentali riducendo i tempi legati ai processi di apprendimento.
  - 29 Normalizza il dolore mestruale attenuando i tipici disturbi legati al ciclo.
  - 30 Rafforza l'organismo e migliora le prestazioni dell'apparato immunitario.
  - 31 Riduce i processi di invecchiamento.
  - 32 Offre solide basi per migliorare la propria immagine e la propria autostima
  - 33 E soprattutto è divertente!
- COSA SONO LE KANGOO JUMPS

Le kangoo jumps sono delle speciali scarpe che consentono un'efficace allenamento basato sulla tecnica del rebound (rimbalzo).

Regalano innumerevoli vantaggi ai fini del benessere psicofisico e sono divertenti da indossare!

Adate a persone di tutte le età, con qualunque struttura fisica si presentano sin da subito utilizzabili, indipendentemente dal livello di preparazione atletica!

*Facile! Più facile del semplice camminare! Usarle conviene a tutti: dai più piccini fino ad età avanzata! Gli innumerevoli benefici ne fanno un accessorio irrinunciabile e tale da modificare e migliorare le classiche attività jogging, il camminare, il fitness domestico, i training per perdere peso, la preparazione atletica, le attività riabilitative e tanto altro ancora. Da oggi cambiano le regole del fitness: da oggi c'è Kangoo Jumps!*



#### ZERO GRAVITA'

*Quando rimbalzi contro la gravità lavori quasi due volte il tuo peso del corpo, aumenta l'energia, induce euforia, e promuove una rapida perdita di peso, il tutto proteggendo le tue articolazioni da infortuni! In aggiunta rinforza ogni singola cellula del vostro corpo! Se avete qualsiasi tipo di lesione e non potete correre con le scarpe normali da corsa, potete farlo con queste scarpe...*

*Kangoo Jumps, il fitness con le scarpe che rimbalzano.*

*Chiunque utilizza tale tecnologia manifesta sin da subito un maggiore benessere, risulta più euforico e sorridente, mantenendosi, tra l'altro, in perfetta forma fisica, indipendentemente dal luogo in cui utilizza le Kangoo Jumps.*



**I rebound** inoltre provocano un miglioramento dei disturbi occlusivi a livello vascolare periferico, facilitando la dissoluzione di coaguli di sangue negli arti. Le applicazioni di questo attrezzo, che sono state studiate e approvate, tra gli altri, anche dalla NASA, comprendono l'allenamento aerobico così come la preparazione atletica e la riabilitazione terapeutica. Evita traumi alle articolazioni.

**Le Kangoo Jumps** si possono utilizzare in modi diversi. Possono essere sfruttate per un allenamento dolce, compiendo piccoli salti tranquilli a piedi uniti, oppure per il rafforzamento, compiendo salti più energici. Salti a piedi alternati costituiscono un ottimo allenamento aerobico, così come molti movimenti dei normali esercizi di aerobica.

Generalmente la durata di una lezione di rebound è di circa un'ora. L'intensità dei salti viene modificata per consentire un'efficace allenamento di tutti i muscoli.

Consigliato anche a chi è reduce da infortuni e operazioni

*Stimola la respirazione e ossigena meglio i tessuti poichè coinvolge ogni singola cellula del corpo.*

**FA DIMAGRIRE** perchè mette in movimento tutto l'organismo. Il Rebound è considerato uno degli esercizi aerobici piu' efficienti. Fa bruciare il 68% in più di calorie rispetto al jogging. Gli studi hanno dimostrato che 30 minuti di rebound equivalgono a 5 km di corsa.

*Potrebbero sembrare scomodi e difficili da usare, ma in realtà risultano meno problematici dei pattini a rotelle, ad esempio, e di facile utilizzo persino tra le pareti domestiche. Tonificano polpacci, glutei, bicipiti femorali, adduttori ed addominali favorendo la giusta postura.*

*E allora non vi resta che chiedere un paio di Kangoo jumps e dimenticherete tutti gli altri esercizi finalizzati alla tonificazione muscolare della parte inferiore del corpo.*

*E, se proprio volete allenarvi anche in casa, acquistatene un paio (i prezzi sono accessibili), avendo cura di scegliere una taglia in più rispetto alle scarpe usate normalmente. Indossate poi un paio di calze lunghe abbastanza da superare il bordo dello stivaletto, allacciate tutte le cinghie e poi.....vai con il salto.*

*(kangoo jumps) è un eccellente attrezzo aerobico ad impatto zero. Adatto a tutti, è ideale anche per anziani e persone disabili.*

*Re'ne' e Maggie Gaudette e the Wonders scrivono: " Il protocollo elimina buona parte della cellulite, che di fatto e' un accumulo di tossine all' interno della parte grassa del corpo. Esercitarvi rimbalzando su e giù sul Rebound è un ottimo modo per sciogliere tutta la struttura grassa, così che le tossine possano essere eliminate...".*

*Ogni singola cellula del corpo viene "allenata".*

*La forza di gravità prima tira e poi rilascia ogni cellula, stimolando così le cellule a muovere il loro fluido e ad eliminare il materiale tossico, nonchè ad assorbire i nutrienti.*

#### **STUDI DI SETTORE KANGOO JUMPS**

*Il Dott. James R. White, un fisiologo dell'esercizio presso la University of California di San Diego, le cui ricerche sono citate da Walker, afferma che un programma di esercizi di rebound fornisce i seguenti benefici per la salute a livello cardiovascolare:*

- ° Aumento della forza e del volume del ventricolo sinistro del cuore;
- ° Aumento del diametro del cuore;
- ° Aumento del diametro delle arterie del cuore;
- ° Aumento del numero delle arterie latenti usate per distribuire sangue al cuore e al resto del corpo. Rallentamento del battito cardiaco
- ° Diminuzione della quantità di ossigeno richiesta dal cuore.



*Oltre a rafforzare ogni singola cellula dell' organismo , il rebound svolge altre importanti funzioni. Stimola per esempio la circolazione della linfa ( il liquido che contiene i globuli bianchi e i linfociti che difendono il nostro corpo) rinforzando le difese immunitarie. Irrobustisce i muscoli e lo scheletro senza provocare traumi e lesioni dovuti all'impatto con il*



Le Kangoo Jumps furono create alcuni anni fa con lo scopo di assorbire gli urti dovuti all'impatto sul pavimento durante lo jogging.

Il prodotto è stato sviluppato in Svizzera e in realtà è usato in molti centri fitness. L'Università e l'ospedale ortopedico di Losanna (Svizzera) hanno condotto molte ricerche scientifiche per dimostrare l'efficienza e la sicurezza del Kangoo Jumps. scopriamo i vantaggi della Kangoo Jumps:

**Miglioramento dei sistemi cardiovascolari**

L'uso delle Kangoo può aumentare il consumo di ossigeno dal 13% al 20% (rispetto alla stessa attività fatta senza Kangoo Jumps).

Molti atleti hanno migliorato il loro sistema cardiovascolare con l'uso di quest'ultimo.

**Protezione delle articolazioni, per esempio ginocchia, colonna vertebrale.**

L'uso delle Kangoo Jumps diminuisce l'impatto sul terreno fino al 80%. Può essere considerata un'attività a basso impatto. I terapeuti e i medici raccomandano l'uso del Kangoo Jumps per la riabilitazione dopo un incidente o un intervento chirurgico. Molti atleti usano il Kangoo Jumps durante la sessione di allenamento per prevenire eventuali lesioni a causa di un uso eccessivo delle articolazioni.

**Miglioramento della resistenza muscolare.**

A causa del fatto che durante la formazione i partecipanti devono sollevare più di due chili, con ogni gamba, possiamo dedurre che l'uso del Kangoo Jumps migliora la resistenza delle gambe e dei muscoli, in particolare i quadricipiti, i muscoli posteriori della coscia e dei glutei.

**Miglioramento della composizione corporea**

I partecipanti bruciano più calorie !!! Infatti, in relazione al consumo di ossigeno, è stato dimostrato che l'uso del Kangoo Jumps aumenta la spesa energetica fino al 20%.

**Sviluppo di equilibrio e miglioramento della postura**

L'uso del Kangoo Jumps coinvolge i muscoli più profondi del corpo.

**Miglioramento della pronazione del piede o supinazione (durante l'allenamento)**

La formazione Kangoo crea uno stato di euforia facendo in modo che i partecipanti amino questo nuovo modo di muoversi

**La classe Kangoo comprende:**

- Il warm-up
- L'aerobica segmento
- Il floorwork
- La finale di stretching



## CHIROPRACTICA

Di: David B. Amore, DC

Santa Cruz Chiropractic & Sports Medicine Clinic  
1220 Forty-first Via \* Suite I Capitola, California 95010

Noi, fin dall'inizio della professione chiropratica, siamo stati i leader nella comprensione di come la struttura e la funzione influenzino la salute umana. Inoltre, abbiamo assunto la responsabilità, attraverso servizi professionali, per condividere questa conoscenza e vantaggi che ne derivano con il pubblico in generale.

la colonna vertebrale è l'obiettivo primario della chiropratica, siamo continuamente alla ricerca di vari metodi all'avanguardia e tecniche in grado di fornire la massima riabilitazione e manutenzione funzionale delle strutture vertebrali e, in tal modo, il sistema nervoso. Le persone sono alla ricerca di soluzioni naturali per il restauro della salute e la prevenzione delle malattie. Chiropratica è, e deve essere, la professione che deve aprire la strada nella sanità nazionale del 21° secolo.

L'esercizio spinale è sempre stata la pietra angolare dei programmi di riabilitazione chiropratica-base. All'interno del regime di esercizio, i benefici della riabilitazione dovrebbero includere il rafforzamento della colonna vertebrale, l'ottimale posizionamento posturale delle curve della colonna vertebrale, l'equilibrio, la coordinazione, la flessibilità e la salute disco intervertebrale attraverso pompaggio spinale, o di imbibizione, con la scossa di minimo impatto possibile.

Mentre nessun singolo esercizio fornisce tutti i benefici necessari per mantenere una colonna vertebrale sana, vi è una nuova ed entusiasmante applicazione di un sistema di esercizio che fornisce la maggior parte degli elementi essenziali necessari per sviluppare e mantenere una sana postura della colonna vertebrale? Sì, le Kangoo Jumps.

Le Kangoo sono svizzere, progettate e rese molto popolari all'estero dal loro lancio alla fiera di Parigi Sport nel 1994. Anche se in Europa sono stati principalmente usati per il fitness, una delle intenzioni originali del design del prodotto è stata la riabilitazione. Kangoo Jumps riduce l'impatto d'urto fino al 60% consentendo la formazione di iniziare prima del solito dopo un infortunio. Attualmente, molti giocatori di football NFL stanno utilizzando il modello commerciale per la riabilitazione ed altri li stanno utilizzando per la forza e il condizionamento. Kangoo Jumps può essere usato all'interno o all'aperto, su quasi tutte le superfici, tra cui pavimenti in legno, piastrelle, moquette, strade asfaltate, marciapiedi, sentieri sterrati e in spiaggia.

Per molti anni il concetto di esercizio Rebound (rimbalzo) è stato incorporato nel modello di riabilitazione e mantenimento della salute chiropratica. Migliaia di

chiropratici hanno introdotto il concetto e i benefici dell'esercizio del rebound attraverso il mini-trampolino. I miracoli di codesto esercizio? Albert Carter ha venduto milioni di copie dalla sua prima pubblicazione nel 1974. La professione chiropratica ha abbracciato l'esercizio principale del rimbalzo a causa degli enormi benefici per la colonna vertebrale, il sistema nervoso, così come il sistema linfatico e circolatorio. Infatti, il rimbalzo fornisce un miglioramento incredibile per la salute cellulare generale, e quindi, un aumento della funzione immunitaria.

Fino a poco tempo, l'apparato principale per rimbalzo è stato sia il trampolino cortile o il mini-trampolino, noto come il rimbalzista, che è stato il modello più accettato. Purtroppo, il grande trampolino è stata la fonte di numerose lesioni spinali a causa di un uso improprio. Lo svantaggio principale del mini-trampolino è la limitazione della mobilità. Come la bicicletta stazionaria o dispositivo Stairmaster, il movimento diventa spesso monotono.

Kangoo Jumps fornisce un sistema innovativo, sicuro ed efficace di esercizio rimbalzo, catturando tutti i benefici per la salute associati con il mini-trampolino, ma forniscono anche la versatilità, mobilità, e il fattore divertimento? Avere un programma che è interessante, efficace e divertente è essenziale per l'esercizio a lungo termine seguendo un programma prescritto. Benefici notevoli sono forniti in sessioni relativamente brevi, spesso dieci minuti o meno.

La minimizzazione degli impatti ai piedi, caviglie, stinchi, ginocchia, anche e colonna vertebrale fanno Kangoo Jumps il condizionamento e la riabilitazione dell'esercizio ideale per il recupero di un arto o lesione spinale o semplicemente migliorano la salute complessiva del sistema corpo e muscolo-scheletrico.

In Canada, i giocatori National Hockey League stanno anche godendo i benefici di Kangoo Jumps nel loro regime. Dusan Benický, direttore del programma per Human Performance Center, una clinica di condizionamento e di formazione, ha abbastanza familiarità con il prodotto dal suo lavoro in Europa con la squadra nazionale di hockey slava. Egli incorpora Kangoo Jumps nelle sue sessioni di allenamento con i giocatori NHL attuali. Egli raccomanda, inoltre, di migliorare pliometria necessarie per gli sport come il basket, hockey e calcio, che richiedono reazioni rapide e potenti.

#### VANTAGGI PER IL PAZIENTE CHIROPRACTICA:

1. Impatto congiunto minimo.
2. I vantaggi di forze G positive e negative sui sistemi muscolari e linfatici. La NASA ha condotto uno studio relativo al rafforzamento muscolo-scheletrico.
3. Spinale nutrizione imbibizione / disco.
4. Mechanoreception / propriocezione / equilibrio.
5. L'utilizzo di ossigeno massimo per il condizionamento aerobico.
6. Promozione di una corretta postura.
7. La perdita di peso / mantenere o ottenere una massa corporea magra.
8. Aumento della densità ossea della pressione del peso sulle strutture scheletriche.



Correre è sempre stato considerato il must standard di aerobica. Ci sono molti pazienti che utilizzano chiropratica jogging o in esecuzione come loro primario esercizio aerobico di scelta. Come tutti sappiamo, i limiti fisici di corsa sono molti. Oltre all'evidente danno di impatto comune, che include traumi alle strutture dei piedi e spesso accentua pronazione, supinazione, e un arco caduto, che è la causa più comune di stecche stinco, il martellamento ripetitivo da corsa è anche controindicato per il recupero di distorsioni di inversione, ginocchio e lesioni dell'anca, così come il disco cronico e condizioni spinali degenerative. Jogging può anche provocare cattive abitudini di postura che sono comunemente osservate dai dottori.

Kangoo Jumps, a causa della intrinseca natura della loro progettazione, incoraggiare una postura corretta, al fine di mantenere l'equilibrio e il coordinamento durante l'esecuzione di esercizi aerobici. L'utilizzo delle Kangoo Jumps, è molto sicuro e stimola i meccanicetori articolari della colonna vertebrale e degli arti che sono essenziali per il corretto equilibrio e la capacità propriocettiva. Pronazione e supinazione sono notevolmente ridotti a causa del fatto che il posizionamento del piede è dinamicamente influenzato da equilibrio che costringe il paziente in uno schema del passo consapevole.

Il rimbalzo con le Kangoo Jumps ha un'influenza positiva sulla salute del disco spinale e intervertebrale, fornendo la massima imbibizione spinale. Questo, naturalmente, è essenziale per il corretto trasferimento dei nutrienti nel disco e la rimozione dei prodotti di scarto del metabolismo su disco, mantenendo e ripristinando la salute e la funzione intervertebrale.

A causa del fatto che il rimbalzo produce forze gravitazionali positive e negative sul sistema muscolo-scheletrico, questa forma di esercizio migliora anche il tono muscolare complessivo in entrambe le estremità superiore ed inferiore durante l'esecuzione dei rimbalzi. Il sistema muscolare deve resistere all'aspetto negativo G dell'esercizio, che provoca un aumento delle contrazioni e, di conseguenza, una maggiore tonificazione. Kangoo Jumps massimizza la contrazione muscolare a causa delle forze gravitazionali positive e negative che sono ottimizzate durante l'esecuzione di varie routine di esercizi.

Il Rimbalzo stimola l'osteoblasti nei corpi vertebrali e la pressione del peso sulle strutture ossee del bacino e degli arti inferiori, che è essenziale nella prevenzione dell'osteoporosi, in particolare nelle donne.

Kangoo Jumps fornirà ai vostri pazienti un sistema di condizionamento e di riabilitazione all'avanguardia, completo, sicuro, efficace, facile e divertente da implementare, e supporta il modello chiropratico di salute e benessere. la vostra pratica con le Kangoo sarà certamente luogo di risultati clinici superiori, portando una maggiore esposizione dei propri servizi alla comunità attraverso gli sforzi di pazienti entusiasti che continueranno a generare i rinvii in corso per la vostra pratica.



## PREPARAZIONE ATLETICA

Kangoo Jumps migliora la routine di formazione in diversi modi: 1. Riduce gli impatti fino a 80%, che forniscono una protezione efficace alle caviglie, ginocchia, stinchi, fianchi, parte bassa della schiena e della colonna vertebrale.

2. Si allenano contemporaneamente tutti i muscoli del corpo (rif. Studio della NASA su esercizio di rimbalzo).

3. Essi aumentano la vostra resistenza drasticamente, così come l'equilibrio e l'agilità (stimolano i propriocettori intensamente).

4. Aumentano la vostra motivazione.

"l'allenamento quotidiano può diventare così noioso. Le Kangoo Jumps portano un divertimento incredibile per le sessioni di allenamento. Consentono inoltre di risparmiare un sacco di tempo a causa del aumento di attività aerobica e cardiovascolare.

La creazione di una serie di esercizi che utilizza il Kangoo può far risparmiare quantità di tempo e di allenamento. Il consumo di ossigeno aumenta significativamente mentre i sistemi cardiovascolari e ghiandolari sono ottimizzati. La formazione e cross training può continuare, interni ed esterni, per tutto l'anno. La dinamica dello stivale incoraggia inoltre il corretto allineamento e le prestazioni naturali della struttura scheletrica. Essi sono eccellenti non solo per migliorare le prestazioni dei piedi, ma allo stesso tempo ridurre le forze di terra fino all'80%. In uno studio condotto dal Dr. Jack E. Taunton, FACSM presso il Science Laboratory Esercizio, School of Human Kinetics presso la University of British Columbia, Vancouver, Canada, con le Kangoo Jumps è stato dimostrato che queste ultime sono un mezzo efficace per migliorare la capacità aerobica, per ridurre il tasso di infortuni rispetto alla formazione con normali scarpe da corsa.

Dr. David B. Amore, DC Santa Cruz Chiropratica e medicina sportiva Clinica, Dr. Love riporta: La minimizzazione dell'impatto ai piedi, caviglie, stinchi, ginocchia, anche e colonna vertebrale fanno Kangoo Jumps il condizionamento e la riabilitazione esercizio ideale per il recupero da un arto o lesione spinale di migliorare la salute generale del sistema corpo e muscolo-scheletrico.

Da Trish Scott,  
presidente, Incrediball Enterprises Ltd., Canada  
Certified Personal Trainer 83, ACE, CanFitPro, BCRPA  
scrittore freelance / Autore



**INTRODUZIONE:**Recentemente, uno studio universitario australiano ha concluso che l'uso di Kangoo Jumps durante la corsa, jogging, o di lavoro in una classe di aerobica, ha ridotto il rischio di aggravamento o lesioni articolari e della colonna vertebrale. I ricercatori hanno concluso, le Kangoo Jumps ammorbidiscono l'impatto di ogni passo. Il produttore ha voluto indagare il tasso di calorie bruciate per azione delle Kangoo Jumps rispetto ad un'attività aerobica come jogging. Lo scopo era quello di valutare la corretta intensità di un allenamento ottimizzato rispetto a bruciare calorie e il consumo di ossigeno. Inizialmente, questo prodotto è stato creato per ridurre l'impatto sulle articolazioni e sui tendini delle ginocchia e caviglie mentre si faceva jogging. Da quel momento, è stato ulteriormente modificato e migliorato per l'uso in centri fitness per i corsi di aerobica.

**AIM:**L'obiettivo generale di questo studio è stato quello di misurare la differenza, se nel caso, del consumo calorico e di ossigeno che viene creato utilizzando Kangoo Jumps, invece di scarpe da corsa convenzionali. Le differenze fisiche tra di loro sono evidenti: le Kangoo Jumps hanno un guscio rigido, noto come il caricamento del sistema esterno, che è fissato su due lamelle semi-sferiche, o "conchiglie", che agiscono come un "rimbalzo" primavera. Un test di laboratorio è stato condotto per misurare lo scambio di ossigeno e di calcolare anche la velocità di combustione calorica ad ogni velocità di esercizio.

**Soggetti:** Otto (8) soggetti di prova, quattro (4) maschi e quattro (4) le femmine, hanno partecipato al test. Tutti sono molto in forma e si allenano spesso, partecipando in una o più attività sportive ogni settimana. Tutti avevano già utilizzato Kangoo Jumps un numero di volte ed avevano familiarità con esse prima di questa esperienza.

**Protocollo:** I soggetti hanno partecipato ad un esercizio progressivo che è stato progettato per determinare il tasso di consumo di ossigeno. Il test è stato condotto su un centro fitness treadmill. La selezione della velocità è stata determinata da una consolle di comando, impostata e moderata da metodi scientifici. Gli esercizi sono stati eseguiti su un pendio di zero per cento (0%) e costituivano un'esecuzione a velocità diverse su un tapis roulant, specificamente, otto (8), dieci (10), e dodici (12) chilometri all'ora. Ogni fase con la durata di tre (3) minuti, consente uno stato di equilibrio da raggiungere. Non c'era pausa tra la successione delle fasi. La prima metà del gruppo ha iniziato la sessione con Kangoo Jumps e l'altra metà con scarpe da corsa convenzionali. Forty-five (45) minuti dopo, il test viene ripetuto dopo che i partecipanti hanno scambiato le scarpe. La frequenza cardiaca è stata continuamente misurata dalla cintura di un Baumann (BHL 6000) ed è stata monitorata ed elaborata dal software AncarElite 2.0 (Baumann). La ventilazione è ottenuta integrando la misura del flusso. Il consumo di ossigeno, o la frequenza respiratoria, è stata anche calcolata. Tutti i fattori sono stati calcolati entro una media di trenta (30)

secondi, tenendo anche conto della temperatura e la pressione sanguigna del soggetto.

## RISULTATI

I risultati del tasso calorico bruciati, di ventilazione, frequenza respiratoria, consumo di ossigeno e la frequenza cardiaca per ogni soggetto sono disponibili su richiesta. I ricercatori hanno concluso che la metà dei soggetti ha raggiunto o superato il loro limite anaerobico durante l'utilizzo di Kangoo Jumps a 12 km / h. La velocità di combustione calorica medio ottenuta dagli otto soggetti, a 8, 10 e 12 km / h con le Kangoo Jumps è, rispettivamente 154, 165 e 206 cal / min / kg. Con il valore assoluto o relativo (/ kg), il consumo di ossigeno è significativamente più elevato ( $p < 0,05$ ), con Kangoo Jumps rispetto al jogging durante l'utilizzo di scarpe da corsa convenzionali. Questa differenza è maggiore a velocità inferiori rispetto a velocità più elevate. Infatti, a 8 e 10 km / h, la differenza varia tra venti (20%) e tredici (13%) per cento, rispettivamente, mentre a 12 km / h, la variazione è solo sette (7%) per cento. Questa riduzione è valida per i valori della spesa energetica mediante l'equazione kcal / min anche. diciannove (19%) per cento a 8 chilometri all'ora e sette per cento (7%) a 12 km / h: infatti, i soggetti che utilizzano Kangoo Jumps, avevano ottenuto valori superiori all'uso di scarpe da ginnastica convenzionale.

## DISCUSSIONE

I risultati che sono stati ottenuti confermano l'ipotesi precedente: La spesa energetica è superiore, ad una stessa velocità, utilizzando Kangoo Jumps rispetto all'uso di scarpe da ginnastica convenzionali facendo jogging. Tuttavia, è interessante notare che più la velocità aumenta, più la differenza diminuisce. Ciò può essere dovuto al fatto che molti soggetti, ad una velocità di 12 km / h hanno raggiunto o superato la anaerobica ( $QR > 1$ ), che mostra la fase anaerobica ed i valori di consumo di ossigeno (con o senza Kangoo Jumps) venire fino ad un livello comune. Inoltre, per questi stessi soggetti, la differenza significativa per quanto riguarda la frequenza cardiaca si osserva a 12 km / h, che confermerebbe l'ipotesi che questi soggetti sono molto vicini al loro "limite". fattori bio-meccanici dovrebbero essere presi in considerazione. A bassa velocità, è possibile utilizzare al meglio l'elasticità della Kangoo Jumps. Tuttavia, quanto più la velocità aumenta, tanto più aumenta la frequenza, il tempo di contatto diminuisce, quindi l'uso di elasticità della Kangoo Jumps è molto ridotta o addirittura inesistente. Il movimento del Kangoo Jumps imita sempre più il movimento jogging, che diminuisce la spesa energetica per chilometro e quindi il consumo di ossigeno. Inoltre, con l'aumento della velocità, il soggetto tende a piegarsi in avanti. Infatti, le Kangoo Jumps sono costruiti in modo che l'elasticità massima si ottenga quando il soggetto preme verticalmente sulle scarpe. La ricerca conclude che sarebbe meglio lavorare a bassa velocità oppure a basso tasso. Vale anche la pena notare che con i soggetti che utilizzano Kangoo Jumps su base regolare (soggetti 2,4 e 6), la differenza del loro consumo di ossigeno è di nove (9%) per cento a 8 km / h ed è trascurabile a 12 km / h. Quindi, una parte della differenza ottenuta propone risultati medi che possono essere spiegati con prestazioni inferiori per conto dei soggetti che non sono abituati ad usare Kangoo Jumps.

## CONCLUSIONE

Le Kangoo Jumps, per gli adulti, sono più adatte per coloro che desiderano sperimentare una significativa spesa energetica, riducendo l'impatto negativo sulle articolazioni e della colonna vertebrale. Notiamo che ad una stessa velocità, la spesa energetica con Kangoo Jumps è uguale durante l'esecuzione ad una velocità di due (2) km / h. Le Kangoo Jumps diminuiscono l'impatto dannoso sulle caviglie, ginocchia e colonna vertebrale per due motivi: 1) Il design unico della molla diminuisce il normale effetto martellante del correre, e 2) Il corridore ottiene di più "air time". Infine, l'uso del Kangoo Jumps può essere utile nella riabilitazione di entrambi gli atleti e le persone attive "normali" che stanno recuperando da lesioni in altre attività.

La NASA studi sull'esercizio rimbalzo.

Per simili livelli di frequenza cardiaca e il consumo di ossigeno, l'entità degli stimoli biomeccanici è maggiore con il salto su un trampolino che con corsa, una scoperta che potrebbe aiutare a identificare i parametri di accelerazione necessari per la progettazione di rimedi e le procedure per scongiurare il decondizionamento in persone esposte a gravità.

La dichiarazione di cui sopra è uno dei numerosi scienziati in uno studio scientifico pubblicato sul Journal of Applied Physiology 49 (5): 881-887, 1980 che conferma molte delle affermazioni fatte in precedenza nei miracoli di esercizio rimbalzo. La ricerca è stata effettuata dalla Divisione ricerche biomediche, NASA-Ames Research Center, Moffett Field, in California, in collaborazione con il Laboratorio Wenner-Gren Research, University of Kentucky, Lexington, Kentucky.

I quattro scienziati, A. Bhattacharya, EP McCutcheon, E. Shvartz, e JE Greenleaf, hanno raggruppato otto giovani di età compresa tra 19 e 26 hanno operato in quattro diverse velocità e dimensioni standard a quattro differenti altezze per confrontare la differenza tra le due modalità di esercizio. Sebbene l'esecuzione di tapis roulant è stato studiato molte volte in passato, gli scienziati hanno scoperto che le misurazioni delle variabili necessarie non sono state segnalate in precedenza per il trampolino exercise. The test trampolino è stato condotto almeno una settimana dopo il test tapis roulant. Le sei misure che sono state prese su tutti otto dei soggetti erano: 1. Un impulso prima di esercitare. 2. Un impulso subito dopo l'esercizio. 3. La quantità di ossigeno consumato durante l'attività fisica. 4. La quantità di forza G sperimentato alla caviglia durante l'allenamento. 5. La quantità di forza G sperimentato al-parte bassa della schiena durante l'allenamento. 6. La quantità di forza G sperimentato alla fronte durante l'allenamento. L'impulso è stato ottenuto da una unità elettrocardiografica a batteria attaccata al corpo del soggetto che ha trasmesso i segnali ad un ricevitore progettato su misura che a sua volta registra le informazioni scrivendo elettronicamente su un grafico

## Bambini autistici

Mette Burr, un fisioterapista a Brøndagerskolen in Albertslund, Danimarca - una scuola con circa 60 bambini autistici - spiega: I bambini capiscono subito. Le Kangoo Jumps sono divertenti da indossare, e si impara ad usarle da subito. Un problema critico nel lavoro con i bambini autistici. Un modo divertente di camminare. Nella scuola a Brøndagerskolen, 30 bambini autistici spesso usano le kangoo jumps. A prima vista gli stivali hanno un aspetto pericoloso, ma i bambini si sentono subito sicuri a metterli, sottolinea il fisioterapista Mette Burr.

I bambini con problemi motori usano le Kangoo Jumps con cura allenando il loro equilibrio. Altri, invece, per migliorare la loro condizione fisica durante l'esecuzione. Alcuni dei bambini hanno bisogno di aiuto in un primo momento, ma ottengono il controllo veloce, riuscendo a compiere saltelli e passi divertenti. Non si cade facilmente come si fa sui pattini a rotelle, afferma, Mette Burr. Egli infatti, non ha avuto incidenti con le Kangoo Jumps nei sei mesi che la scuola le ha utilizzate. Come precauzione di sicurezza i bambini non le usarono al di fuori anche se potevano. Le Kangoo Jumps stimolano i bambini a dare loro una esperienza del corpo che li motivi. Ed è una variante perfetta nell'allenamento quotidiano.



## TESTIMONIANZE

perdita di peso

"Io non ero in grado di fare jogging o partecipare a lezioni di aerobica per anni a causa del mio intervento chirurgico al ginocchio e l'eccesso di peso. Ho perso oltre 35 chili negli ultimi cinque mesi e ci si sente veramente migliori per essere in grado di praticare esercizi e di avere così tanto divertimento allo stesso tempo".

Lynn Lawrence - Psicologo

Hi Sue - il Kangoo Jumps mi piace così tanto !! Mi ha davvero cambiato la mia vita.

Finora ho perso 30 chili. Le gambe e lo stomaco si sono tonificate così tanto è incredibile mi hanno fatto cambiare il modo in cui mangio - mi Esercito 6 giorni a settimana.

Laurie USA

Dopo la rottura del mio ginocchio, mi è stato detto che dovevo smettere di correre per sempre. Le Kangoo mi hanno permesso di continuare a correre. Sarei felice di fare qualcosa per aiutare a migliorare il vostro prodotto, sono un must assoluto per me! Come ho detto le Kangoo hanno significato la differenza tra l'essere in grado di continuare un tempo di vita di corsa e mai correre. Sarei onorato se si potesse utilizzare la mia testimonianza. Io sono un city manager. Gestisco la città di Angels Camp, Calaveras County, California. Inoltre, io sono un tenente colonnello dell'esercito Reserve. L'anno scorso ho completato un incarico di due anni come un comandante di battaglione. Le Kangoo mi hanno aiutato ad allenarmi per il test di prontezza fisica dell'esercito in cui ho superato il punteggio massimo e ho ottenuto il record per la mia unità. Credetemi che non era un compito facile per un uomo di 44 anni, e dato il mio infortunio al ginocchio, sarebbe stato impossibile senza il Kangoo Jumps

## Programmi di allenamento Kangoo Jumps



### Kangoo Power Program

Kangoo Power è un programma esplosivo, altamente motivante, specificamente progettato per sfidare tutto il corpo con la costruzione di forza muscolare e la resistenza cardio-respiratorio simultaneamente. Ogni movimento è stato progettato per concentrarsi sulla stabilità di base, assicurando un allenamento equilibrato che sfiderà anche il più forte. Mosse di base sono facili da seguire e possono essere eseguite con crescente complessità e intensità. Questo programma si adatta con una vasta gamma di partecipanti di classe indipendentemente dal livello di forma fisica, E 'grande anche per gli atleti, a causa del suo uso di tecniche di esplosivi pliometrici, utilizzando Kangoo Jumps scarpe rimbalzo per massimizzare lo sforzo, evitando l'impatto dannoso per le articolazioni.



## **Kangoo DaNce** Program

Kangoo Dance è un programma aerobico sicuro, energetico, divertente e motivante insegnato alla musica, per tutte le età e livelli di fitness. Il programma è funzionale ed insegna ai partecipanti efficaci tecniche di salto per migliori prestazioni evitando lesioni a causa dello stress bio-meccanico. Offre più vantaggi rispetto a qualsiasi altro programma di fitness di gruppo popolare perché le Kangoo Jumps scarpe rimbalzanti agiscono come un ammortizzatore per ridurre l'impatto, se confrontato con le attività tradizionali aerobiche svolte in calzature convenzionali. Le scarpe rimbalzo generano una sensazione trampolino-come di leggerezza che non solo aumenta la Fun-effetto, ma diminuisce ancora più importante sforzo congiunto. Dimenticate le altre forme di aerobica, con mosse ad alto impatto che possono danneggiare e vaso le articolazioni, tutto in nome del fitness. Fare tutti i passi di danza preferiti con Kangoo Jumps scarpe rimbalzo, e scoprire le meraviglie di rimbalzo!

## **Kangoo Boot Camp** Program

Kangoo Boot Camp è uno stile militare, programma di formazione basato sulle attività per istruttori di fitness di gruppo e personal trainer. Può essere organizzato per ospitare una, due o venti persone. Le lezioni possono essere tenute dentro o fuori e sono in grado di ospitare tutti i livelli di fitness.

Intervallo di funzionamento e / o attività aerobica stile trapano intervallati da esercizi di condizionamento costituiscono la base di questo allenamento. Questo formato migliora la forza muscolare e la resistenza in quanto migliora cardio-respiratorio fitness. Può essere un valido strumento di formazione trasversale che migliora livello di forma fisica in quanto riduce il tasso di infortuni e migliora esercitare l'aderenza riducendo la noia.

A seconda del livello di fitness, le sfide del terreno e / o attività di condizionamento pliometrico possono essere aggiunti come una sfida ulteriore. Poiché questo programma di fitness di solito si svolge all'aperto, cambiamenti ambientali come il tempo e la temperatura variano con ogni sessione. Queste variazioni possono essere utilizzate a vantaggio dell'istruttore per aggiungere varietà ad ogni classe.

A differenza di Kangoo Power e Kangoo Dance, Kangoo Boot Camp non richiede le competenze di coordinamento per l'esercizio della musica e non ha bisogno di spazio in una palestra come le classi vanno prevalentemente all'aperto. Inoltre, Kangoo Boot Camp è un grande strumento di pubblicità.



## **Kangoo Discovery** Program

Kangoo Discovery program è stato sviluppato appositamente per i giovani, di tutte le età superiore a 5 anni. I corsi sono progettati per favorire il coordinamento, la resistenza, una buona postura del corpo, e l'immagine di sé. Essi contribuiscono a prevenire l'obesità infantile e l'aiuto nella lotta contro le sollecitazioni che i bambini di oggi fanno. Con Kangoo Jumps scarpe rimbalzo, i bambini trasformano l'energia negativa in positiva, in modo divertente e piacevole un allenamento che sfiderà il corpo e il cervello nelle più interattive, modalità innovative.

Kangoo Discovery è un programma facile, base per le scuole e le organizzazioni di fitness che sfida la creatività dei bambini, includendo divertenti giochi ed esercizi che mantengono la classe altamente motivante dall'inizio alla fine. Il programma è adatto per istruttori di fitness, insegnanti di educazione fisica e chiunque sia coinvolto in attività sportive per i bambini.

Kangoo Discovery, soprattutto nelle organizzazioni di fitness, può essere adattato con coreografie semplici, che aiuteranno i giovani adulti con il passaggio di lezioni di fitness di gruppo per adulti.

## **Kangoo Kick & Punch** Program

KJ Calcio & Punch è un allenamento stile di arti marziali, utilizzando blocchi, calci e pugni da vari stili di auto-difesa, tra cui Kick Boxing e Karate.

Questo grande programma sfida tutto il corpo con un non-contatto, allenamento non aggressivo con Kangoo Jumps scarpe rimbalzo, riducendo l'impatto per il vostro corpo più basso utilizzando l'esclusiva IPS, la protezione da impatto dannoso congiunta.

## DIPLOMA INTERNAZIONALE



## DIPLOMA NAZIONALE



**Settore Nazionale**

e-mail: [kangooclubformazioneitalia@gmail.com](mailto:kangooclubformazioneitalia@gmail.com)



## Chi Siamo

Nel 2011 nasce la ditta De Luca Antonio e fonda il marchio KangooClubFitnessItalia distributore esclusivo per la Calabria Kangoo Jumps, sede a Lamezia Terme ed eroga i suoi servizi di distribuzione commerciale e di assistenza tecnica sull'intero territorio nazionale con la professionalità e l'affidabilità che contraddistingue l'intero staff.

Nel 2013 la KangooClubFitnessItalia diventa esclusiva per il Sud Italia. La posizione centrale e l'esperienza nel settore fanno della KangooClubFitnessItalia un partner qualificato che ha al suo attivo una vasta gamma di prodotti, soluzioni complete per il fitness, accessori e ricambi facenti capo al ben più vasto e qualificato mondo Kangoo Jumps.

I prodotti distribuiti dalla KangooClubFitnessItalia sono eccellenti dal punto di vista qualitativo ed a tale aspetto va sommandosi l'orientamento alla customer delight e la ricerca continua della perfezione in materia distributiva e logistica!

La vera missione dell'intero staff è quella di avere ottimi rapporti con i clienti, inoltre l'azienda, grazie alla nutrita schiera di partnership attivate sul territorio, è in grado di organizzare corsi di formazione, master class.

Nel'agosto 2016 la ditta De Luca Antonio si conferisce in società DE LUCA S.R.L. di Antonio e Giovanni De Luca diventando distributore Esclusivo per l'Italia con l'unica missione di far spopolare il programma di allenamento Kangoo Jumps in Italia, una delle attività fitness più amate delle Star.



LOGO NAZIONALE Esclusivo

**BRAND KANGOO CLUB FITNESS ITALIA**

MARCHIO REGISTRATTO (R)

Kangoo Jumps Trade Division

N° Registrazione Marchio 0001516530

Data 31.01.2012



KangooClubfitness Italia



KangooJumpsItalia



Kangoo Jumps Italia

[www.kangooclub.it](http://www.kangooclub.it)



Kangoo Club Fitness Italia

[www.kangoojumpsitalia.com](http://www.kangoojumpsitalia.com)

# RiminiWellness®



L'EVOLUZIONE DEL FITNESS  
È ARRIVATA...  
E SALTA SULLE MOLLE DELLE  
**KANGOO JUMPS  
REBOUND SHOES!!!**



**PRESENTER  
Team Italia**

**RIMINIWELLNESS 2016**  
FITNESS BENESSERE SPORT ON STAGE

**Palco CSENFIT B5**



# Kangoo Jumps

Have Fun,  
Getting Fit



 **SWISS  
ENGINEERED**



*kangooclub.it*