

Sedmimílové boty už nejsou sen!



Skákání posiluje srdce a spaluje spoustu kalorií.



Legrácky ve vzduchu připomínají skupinový seskok parašutistů.

Český Těšín – Chcete shodit pár kilo, skákat jako klokan a ještě se u toho nasmát? Zkuste skákací boty. Tento nový hit pocházející z Ameriky začíná pronikat i k nám.

„Je to super trávení volného času. Každý průměrně talentovaný člověk se naučí na těchto botách skákat do pěti minut. Samozřejmě je nutné používat chrániče na rukách

i nohách,“ vysvětluje způsob používání adrenalinové novinky David Wardas z Českého Těšína.

Skákání posiluje kardiovaskulární systém a zlepšuje výkonnost srdce, a pokud skáčete 30 minut, spálíte více kalorií než třeba běháním.

„Je to bezvadné třeba v kempu, hodně se u skákání pobavíme a vždy to vzbudí velký rozruch,“ do-

dal ještě David Wardas. „K tomu posilujete hýžďové a stehenní svaly, formujete svou figuru a zároveň bojujete proti celulitidě.“

„Skákala jsem 14 dnů a shodila 6 kilo,“ pochlubila se Šípů Miriam Sarganková, která tuhle sportovní novinku vyzkoušela. „Ze začátku jsem se cítila trochu nejistě, ale za chvíli to šlo,“ dodala. (šva)



Pokud chcete zažít stoprocentní adrenalin, stojí za to vyzkoušet novou sportovní pomůcku.