

# LES BENEFICES DE LA PLATEFORME OSCILLANTE

## La Peau :

- Facilite le drainage au niveau des vaisseaux capillaires et lymphatiques en améliorant la circulation sanguine
- Réduction réelle et significative de la cellulite
- Renforcement de l'élasticité de la peau et de la production de collagène (anti vieillissement)

## La Circulation sanguine :

- Favorise la circulation sanguine
- Renforcement du métabolisme
- Réduction des blocages musculaires (crampes)

## Les Muscles :

- Tonification de 100% des muscles !
- Étirement des muscles
- Favorise l'élasticité et la flexibilité des muscles
- Améliore le tonus musculaire et la résistance
- Les Articulations, tendons et tissus musculaires :
- Favorise la flexibilité des articulations
- Renforcement des articulations

## Les os :

- Prévention des différents risques de lésions osseuses
- Renforcement du cartilage osseux et de la structure osseuse
- Le Système nerveux : Accroît la mobilité et l'influx nerveux