

Auf die Nudel, fertig, los!

Mit der chillisy® Super Maccheroni zur super Bikini-Figur

Landeck, Tirol. Von wegen nur etwas für rüstige Senioren! Diesen Sommer verwandelt chillisy® den Pool zum Aqua-Gym. Für alle, die ihre Muskeln gegen den Widerstand des Wassers spielen lassen möchten, hat der Poolkissen-Hersteller ein nudeliges Ganzkörper-Workout konzipiert. Trainingspartner: die chillisy® Super Maccheroni, welche mit 20 Zentimetern Durchmesser die dickste Nudel unter den Schwimmrollen ist.

Sport im Pool zählt zum effektivsten Training überhaupt: Der Widerstand des Wassers beansprucht die Muskeln mehr, als sie es von Bewegungsmustern auf dem Land gewohnt sind. Darüber hinaus kurbeln erfrischende Wassertemperaturen von plus/minus 30 Grad den Stoffwechsel zusätzlich an, da der Körper die innere Heizung aufdreht, um nicht auszukühlen. „Diese Eigenschaften machen wir uns zunutze und haben ein kleines Pool-Workout zusammengestellt, bei dem Badenixen den ganzen Körper trainieren und unsere chillisy® Super Maccheroni von ihrer sportlichen Seite kennenlernen können“, sagt Isa Schütze, Gründerin und Inhaberin von chillisy®. Ein Plus: „Obwohl man die Anstrengung im Wasser kaum merkt, wird man am nächsten Tag den Trainingserfolg definitiv in den Muskeln spüren“, verspricht Isa Schütze.

Der chillisy® Balance-Akt

Diese Übung beansprucht den ganzen Körper. Einen besonderen Fokus schenkt sie der Bauchmuskulatur. Um den Balance-Akt zu vollziehen, legt man sich über die chillisy® Super Maccheroni, das Gesicht gen Himmel gerichtet. Die textile Schwimmnudel kreuzt den Rücken auf Hüfthöhe, die Arme sind im 90-Grad-Winkel vom Körper gestreckt. Nun hebt sich der Oberkörper ein wenig, der komplette Körper nimmt Spannung auf – vom großen Zeh bis hinter die Ohren – und balanciert in dieser Haltung auf der Super Maccheroni 10 Sekunden lang. Empfohlene Anzahl der Wiederholungen für diesen Balance-Akt: 5 bis 8 Mal.

Der chillisy® Segelflieger

Für einen starken Rücken legt man sich über die Super Maccheroni und blickt ins Wasser. Die Arme sind im 90-Grad-Winkel vom Körper gestreckt – wie ein Segelflieger. Nun hebt sich der Oberkörper ein wenig an und hält diese Position in kompletter Streckung 10 Sekunden lang. Dabei sollte man unbedingt darauf achten, weiter zu atmen. Empfohlene Anzahl der Wiederholungen für dieses schwebende Erlebnis: 5 bis 8 Mal.

Die chillisy® Wasserbrücke

Für die chillisy® Wasserbrücke nimmt man sich eine zweite Super Maccheroni zur Hand. Während der Oberkörper auf der einen liegt, werden die Beine auf der anderen Luxus-Schwimmnudel abgelegt. Nun spannt man den Po an und stemmt die Hüften aus dem Wasser heraus, hält die Brücke einen Augenblick und löst sie wieder. Diese Bewegung wird 15 Mal wiederholt und trainiert Bauch, Beine und Po. Empfohlene Anzahl an Sätzen: 3 Stück.

Die chillisy® Super Maccheroni unterscheidet sich in Material und Design von ihren Konkurrentinnen: Während die meisten Schwimmnudeln auf Schaumstoff und geschlossene Poren setzen, sorgt bei der chillisy® Super Maccheroni ein wasserabweisendes und voluminöses Innenleben aus tausend kleinen Styroporkügelchen für Auftrieb. Ihre textile Premium-Hülle ist atmungsaktiv, wasserabweisend und farbbeständig. So verträgt die chillisy® Super Maccheroni Sonne satt und hält jeder Sporteinheit in Chlor- und Meerwasser stand. Weitere Informationen zur chillisy® Super Maccheroni gibt es online unter www.chillisy-shop.eu/de/poolkissen/super-maccheroni/.

chillisy® - THE LUXURY LIFESTYLE

Sich in der Sonne räkeln, bis die Hitze den kompletten Körper durchflutet hat und sich anschließend im wohltuenden Wasser abkühlen – wer liebt das nicht? Noch mehr Freude kommt auf mit den schwimmenden Begleitern von chillisy®.

chillisy® ist ein junges Label, das für hochwertige Poolkissen sowie schwimmende Accessoires steht. Neben Design und Langlebigkeit setzt die Marke auf höchste Qualität und nachhaltige Produktion: Die verwendeten Stoffe stammen ausnahmslos aus der EU, sind atmungsaktiv, schadstofffrei und nach Oeko-Tex-Standard 100 zertifiziert. Alle Produkte werden in Deutschland genäht und sind in über 40 Farben erhältlich, die den Sommer noch bunter machen.

Ein Sommer ohne chillisy® ist wie ein Sommer ohne Sonne!

www.chillisy.eu

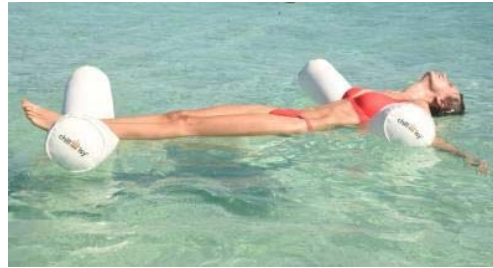
chillisy® Bildmaterial



3 nudelige Übungen für eine top Bikini-Figur: Für das chillisy® Aqua-Workout ging Model Franziska Scheffter mit der Super Maccheroni ins Wasser.

Download in HighRes unter:

<https://static.webshopapp.com/shops/076210/files/133094123/chillisy-super-maccheroni-bikini-red.jpg>



Links: Was entspannt aussieht, beansprucht den ganzen Körper: der chillisy® Balance-Akt. Einen besonderen Fokus schenkt diese Übung der Bauchmuskulatur.

Download in HighRes unter: <https://static.webshopapp.com/shops/076210/files/133096268/chillisy-super-maccheroni-uebung-bbp-balance-act-b.jpg>

Rechts: Mit zwei chillisy® Super Maccheroni im Einsatz entsteht die Wasserbrücke. Das trainiert Bauch, Beine und Po.

Download in HighRes unter: <https://static.webshopapp.com/shops/076210/files/130935071/chillisy-super-maccheroni-uebung-bbp-wasserbruecke.jpg>



Das kräftigt den Rücken: der chillisy® Segelflieger.

Download in HighRes unter: <https://static.webshopapp.com/shops/076210/files/130934636/chillisy-super-maccheroni-uebung-bbp-segelflieger.jpg> und <https://static.webshopapp.com/shops/076210/files/130928288/chillisy-super-maccheroni-uebung-bbp-segelflieger.jpg>

Weitere Bilder gibt es unter <http://www.chillisy.eu/chillisy-sitzkissen-presse-bildmaterial.html>.

chillisy® Pressekontakt

Isa Schütze, Inhaberin von chillisy®
+43 664 380 77 07

Sonja Koesling, PR-Referentin für chillisy®
+49 176 1373779

presse@chillisy.eu

chillisy®, Lochbödele 23, 6500 Landeck, Tirol / Österreich