



## A Császárvonál haladó has- és hegkezelés programjának eszközigénye (példák)



Egy szimpla SMR-labda

a Recovery Rounds készletből



Egy dupla SMR-labda

RAD Roller



Egy felfújó SMR-labda

Centre

Az általunk ajánlott eszközöket a <https://wimoov.shop/> webáruházában a "**CSASZARVONAL**" kóddal **10% kedvezmény**el tudod megvásárolni, akár csomagként is (Haladó #hegtudatosság csomag). Az eszközök közül a Centre labdát érdemes mindenképpen beszerezni, a többi helyettesíthető olcsóbb alternatívákkal.



## A Császár vonal haladó has- és hegkezelés programjának eszközigénye (példák)



Egy száraz testkefe  
(csak sörték legyenek rajta)



Egy cellulitkefe  
(csak "pöckök" legyenek rajta)



Növényi olaj  
(fokozhatod a gyógyhatást levendulavízzel,  
olasz szalmagypár vagy muskotályzsálya  
aromavízzel)

A fentieket a Tellus Manufaktúrában tudod beszerezni a 10% kedvezménnyel a **CSV-TELLUS-10** kóddal.