AyudasDinámicas®
Productos para una mayor independencia

# Bolas de ejercicio para manos

ref: H98

https://www.ayudasdinamicas.com/index.php/p/ejercicio-y-terapia/bolas-de-ejercicio-para-manos




THERABAND es el líder mundial de productos de entrenamiento con resistencia variable. Sus bolas para ejercitar manos, dedos y antebrazo ayudan a mejorar la fuerza de agarre, aumentan las habilidades motrices básicas, mejoran la movilidad de las manos y reducen el estrés. Se recomiendan en casos de artritis, contracturas, estrés, debilidad muscular, etc.







**Fortalecer y hacer ejercicio**
Los ejercitadores de manos THERABAND están diseñados para fortalecer las manos, las muñecas y los antebrazos. Estos vienen en cinco niveles de progresión que se pueden estirar, apretar y pellizcar mientras se mantiene la forma para fortalecer el agarre, aumentar la destreza y mejorar la movilidad.

**Beneficios**
El entrenamiento con los ejercitadores de manos THERABAND es beneficioso para quienes sufren de artritis, lesiones por uso excesivo o realizan actividades que requieren un uso intensivo de las manos, las muñecas y los antebrazos. Se recomiendan para la artritis, las lesiones por estrés repetitivo, la reducción del estrés, la recuperación de accidentes cerebrovasculares y el fortalecimiento general.

**Terapia de frío y calor**
Microondas por intervalos de 3 segundos, por no más de 10 segundos en total o congelar los ejercitadores manuales no tóxicos para terapia de frío o calor. Este método es más útil para las personas que sufren de artritis o lesiones por uso excesivo.

## Tabla de medidas y modelos

| Modelo | Color | Dureza |
|---|---|---|
| H9800 | Amarillo | Super blanda |
| H9801 | Rojo | Blanda |
| H9802 | Verde | Media |
| H9803 | Azul | Dura |