



Power Plate lance sa nouvelle machine "série 7" avec un coach virtuel intégré.

## Testez gratuitement la nouvelle Power Plate série 7

### Un coach virtuel intégré

Power Plate, leader mondial de l'entraînement par accélération, annonce la sortie de la **nouvelle Power Plate Série 7** : cette dernière est dotée dorénavant d'un coach virtuel intégré avec plus de 1 000 exercices en vidéos et de nouveaux câbles dynamiques pour une séance en 3 dimensions sur et autour de la série 7. Ces mouvements en 3 dimensions permettent de reproduire des gestes sportifs (tennis, golf,...). Cette nouvelle Power Plate est idéale pour ceux qui ont besoin d'être motivés par une voix.

Le principe est toujours le même : réaliser des exercices de renforcement, de gainage et de tonification sur une machine d'entraînement qui délivre des **accélérations** stimulant la contraction musculaire. Une machine utile pour ceux qui veulent perdre du poids, se renforcer musculairement ou se sentir mieux physiquement.

Les promesses de la Power Plate ? Perte de poids, réduction de la **cellulite**, puissance musculaire, souplesse, prévention des chutes, sollicitation cardiovasculaire pour améliorer ses capacités d'endurance.

Certains sportifs de haut niveau comme Novak Djokovic ou **Rafael Nadal**, mais aussi des stars, comme Cindy Crawford ou **Cameron Diaz**, sont devenus accros à la Power Plate pour garder la ligne ou se préparer physiquement.

Près de 70 centres agréés Power Plate sont répartis à travers la France (liste disponible sur [powerplate.fr](http://powerplate.fr) rubrique **centres agréés**).

**Découvrez la Power Plate série 7 en téléchargeant votre bon d'essai offert sur le site [Power-plate.fr](http://Power-plate.fr).**

Publié le 25-11-2014 18h48 - Par Lauren Clerc - Photo © Power Plate