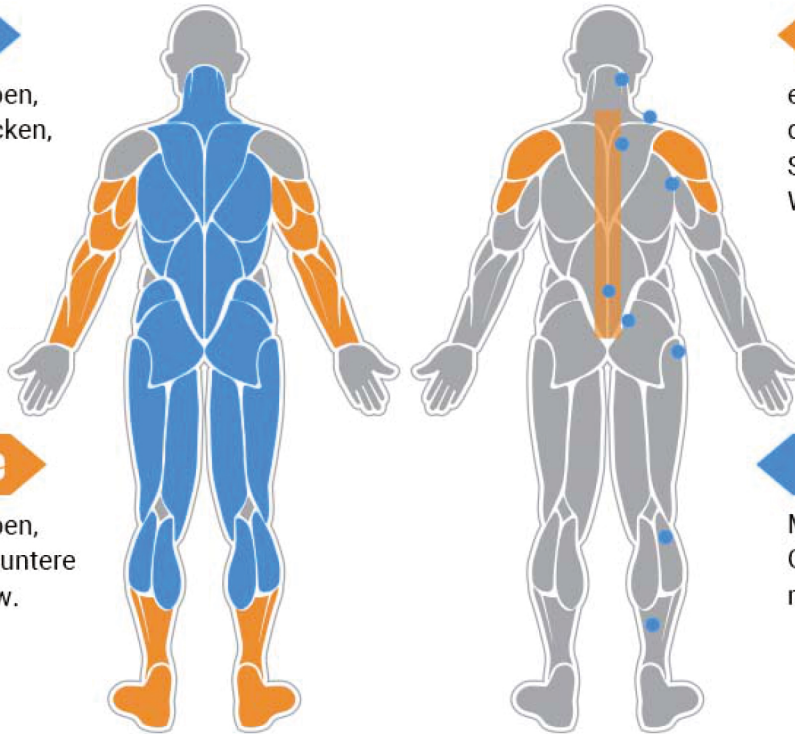
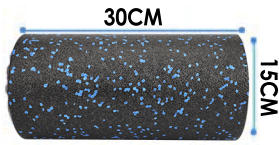


# Fascial Training Methods for Muscle Connective Tissue, and Metabolism

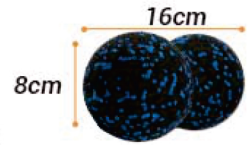
## Faszienrolle

für große Muskelgruppen, oberer und unterer Rücken, Gesäß, Oberschenkel, Waden usw



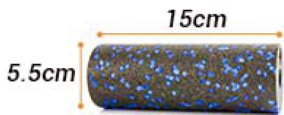
## Duoball

entlang der Wirbelsäule, des Nackens, der Schultern, der Waden usw.



## Mini-faszienrolle

für kleine Muskelgruppen, Oberarme, Unterarme, untere Waden, Fußsohlen, usw.



## Massageball

Massageball, Ganzkörper-Triggerpunkt-massage

