

Beckenboden-Workout leicht gemacht: Mit den neuen SMARTBALLS von FUN FACTORY!

Dass Muskeln trainiert werden müssen, wissen wir alle. Aber es gibt einen, der gerne vergessen wird: der Beckenboden. Dabei lässt gerade er sich mit den verbesserten Vaginalkugeln SMARTBALL UNO und SMARTBALLS DUO jetzt noch leichter und wirksamer trainieren – und das immer und überall!

Bremen, Juni 2013 – Ganz klar: Ein straffer Po, durchtrainierte Beine und ein Waschbrettbauch sind echte Hingucker. Und das nicht nur am Strand oder im Schwimmbad. Was aber ist mit all den Muskeln hinter den Kulissen, die unser Wohlergehen maßgeblich mitbestimmen? Gerade die Beckenbodenmuskulatur wird im täglichen Fitnessprogramm häufig vernachlässigt. Und das, obwohl ein starker Beckenboden nicht nur aktiv vor körperlichen Beschwerden wie Inkontinenz oder einer Absenkung des Uterus schützt, sondern dazu noch für mehr Spaß beim Sex sorgt.

Als ideale Trainingshilfe empfehlen Hebammen und Gynäkologen den Einsatz von SMARTBALLS, die den Beckenboden spielend leicht in Schwung bringen. Ganz besonders jetzt, da FUN FACTORY seine Vaginalkugeln gleich 4-fach verbessert hat: Durch konisch zulaufende Kugeln sind die mobilen Fitnessgeräte jetzt noch leichter einzuführen, der Trainingseffekt wurde durch ein verbessertes Rollverhalten der inneren Kugeln weiter optimiert, ein verkürztes Rückholbändchen macht das Tragen noch angenehmer und die geglättete Oberfläche aus samtig-weichem Silikon lässt die Reinigung zum reinsten Kinderspiel werden!

Zahlreiche Frauen leiden insbesondere nach Geburten oder durch körperliche Belastungen unter einer geschwächten Beckenbodenmuskulatur. Oft mit unangenehmen Folgen, wie Dr. Verena Breitenbach, Gynäkologin aus Echingen, erklärt: „Der Beckenboden ist die Schwachstelle der meisten Frauen. Leider wird er im Gegensatz zu anderen Muskeln fast nie trainiert. Die meisten Frauen wissen gar nicht, wo er ist und können ihn nicht bewusst anspannen. Ist der Beckenboden zu schwach, kann es zu Harninkontinenz, Stuhlinkontinenz, Unterbauchschmerzen und zu einem Gebärmuttervorfall kommen.“ Abhilfe schafft ein gezieltes Beckenbodentraining, das mit den verbesserten SMARTBALLS von FUN FACTORY auf völlig unkomplizierte, spielerische Art und Weise erfolgt. „Mit den SMARTBALLS können Frauen genauso



einfach wie effektiv den Beckenboden stärken und zusätzlich ihre Sexualität verbessern“, so Dr. Verena Breitenbach.



Kleine Kugeln, große Wirkung: SMARTBALLS jetzt noch besser!

Für ein noch effektiveres und komfortableres Training der Beckenbodenmuskulatur hat FUN FACTORY seine SMARTBALLS jetzt gleich 4-fach verbessert – von neuen, konisch zulaufenden Kugeln für das mühelose Einführen der Vaginalkugeln bis zum optimierten Rollverhalten der inneren Kugeln für den größtmöglichen Trainingserfolg. „Wir haben unsere Bestseller, die SMARTBALLS, rundum optimiert, weil uns die Gesundheit, das Wohlergehen und der Spaß der Frauen am Herzen liegen. Eine trainierte Beckenbodenmuskulatur hält schließlich nicht nur gesund, sie hilft auch dabei, das Liebesleben noch schöner zu machen“, erklärt Dirk Bauer, Gründer und Geschäftsführer von FUN FACTORY, und bringt damit neben ihrer medizinischen Wirkung einen weiteren positiven Effekt der SMARTBALLS auf den Punkt. Ein trainierter Beckenboden kann nicht zuletzt auch das Lustempfinden deutlich intensivieren und die sexuelle Erlebnissfähigkeit entscheidend erhöhen. Bereits nach wenigen Trainingseinheiten spüren viele Frauen den Unterschied!

Power für den Beckenboden: So geht´s!

Die verbessersten SMARTBALLS ermöglichen ein besonders sanftes und spielerisches Training des Beckenbodens. Hierzu werden die Kugeln – vergleichbar mit einem Tampon – in die Vagina eingeführt. „Die Schwingung der inneren Kugel löst im Beckenboden das Gefühl aus, etwas zu verlieren. Die Muskulatur reagiert darauf reflexartig mit Kontraktionen. Das Workout erfolgt auf diese Weise ganz automatisch“, erklärt Dirk Bauer einen Trainingseffekt, ohne Hilfsmittel nur schwer zu erreichen ist. Um die innere Kugel in Rotation zu versetzen, reichen alltägliche Bewegungsabläufe aus – beim Gehen oder Treppensteigen werden die SMARTBALLS in sanfte bis intensive Schwingungen gebracht. Um einen optimalen Muskelaufbau zu erreichen, sollten die Kugeln allerdings regelmäßig getragen werden. Anfangs ist eine kurze Tragezeit von ungefähr 15 bis 20 Minuten zwei Mal pro Woche zu empfehlen. Denn: Wer zu engagiert ins Training einsteigt, muss mit Muskelkater rechnen. Besser ist es, die Tragedauer nach und nach zu erhöhen. Bei akuter Beckenbodenschwäche sollte eine tägliche Tragezeit von ca. 30 bis 45 Minuten ausreichen. Der SMARTBALL UNO eignen sich mit einer Kugel besonders für Einsteigerinnen. Wer schon über einen guten und kräftigen Beckenboden verfügt, kann das Training mit dem doppelten Gewicht der SMARTBALLS DUO weiter steigern.

Abdruck honorarfrei. Um Beleg wird gebeten.

Hochauflösendes Bildmaterial können Sie einfach unter folgendem Link herunterladen: www.funfactory.de/presse/

Über die FUN FACTORY GmbH:

Die FUN FACTORY, Europas größter und erfolgreichster Hersteller von ästhetischen und stilvollen Lovetoys, hat ihren Firmensitz in Bremen direkt an der Weser. Von der ersten Zeichnung, über das Design und die technische Umsetzung bis zur Fertigung der Toys – die Trends und Neuheiten der Branche sind und bleiben „Made in Germany“ und kommen direkt aus der Hansestadt. Hier wurde 1996 die FUN FACTORY GmbH von Dirk Bauer und Michael Pahl gegründet. 2003 entstand das erste Tochterunternehmen der FUN FACTORY in den USA. Heute verfügt das Unternehmen über 120 Mitarbeiter und beglückt mit seinen Produkten Kunden auf der ganzen Welt.

Weite Infos zum Unternehmen finden Sie unter: www.funfactory.com

Ansprechpartner Presse:

Kristy Stahlberg
Head of Corporate Communications
FUN FACTORY GmbH
Am Hohentorshafen 17-19
28197 Bremen

Tel. +49 (0) 421 / 52076 - 119
Fax +49 (0) 421 / 52076 - 290
Kristy.stahlberg@funfactory.com

Nadine Otto
Public Relations
Faktor 3 AG
Kattunbleiche 35
22041 Hamburg

Tel. + 49 (0) 40 / 67 94 46 - 37
Fax + 49 (0) 40 / 67 94 46 - 11
funfactory@faktor3.de