

Block de Yoga O'Live, Grande

Bloque de Yoga O'Live, Grande | Bloque de Foam para Yoga, Pilates, Equilibrio y Estiramientos

Bloque de Yoga O'Live de foam con dureza óptima. Ideal para apoyar y adaptar posturas de yoga, Pilates y estiramientos. Medidas: 30 × 20 × 5 cm. Venta por unidad.

Product description:

El **Bloque de Yoga O'Live de 30 × 20 × 5 cm** es un accesorio diseñado para proporcionar apoyo durante la práctica de **yoga, posturas de equilibrio, ejercicios de movilidad y estiramientos**. Fabricado en **foam de dureza óptima**, permite ampliar las posibilidades de las sesiones y adaptar diferentes ejercicios a las necesidades de cada usuario.

Este **bloque de yoga de foam** resulta especialmente útil como soporte para facilitar la ejecución de determinadas posturas, ofreciendo un punto de apoyo adicional cuando la flexibilidad, la movilidad o la posición corporal requieren una adaptación.

Gracias a su diseño, permite modificar la altura de apoyo y reducir la distancia entre el cuerpo y el suelo en determinados ejercicios, favoreciendo una ejecución más controlada.

Una de sus principales características es su **formato de 30 × 20 × 5 cm**, que proporciona una superficie amplia y un perfil relativamente bajo. Estas dimensiones permiten utilizarlo como apoyo en diferentes posturas y ejercicios

en los que se necesita una elevación moderada.

El bloque está fabricado en **foam de dureza óptima**, un material seleccionado para proporcionar soporte durante la práctica de yoga.

Su utilización permite adaptar las sesiones a distintos niveles de experiencia, facilitando la realización de movimientos que pueden resultar exigentes sin un apoyo adicional.

Es especialmente interesante para **clases de yoga con alumnos de diferentes niveles**, ya que permite introducir variantes de una misma postura según las necesidades individuales.

También puede incorporarse a ejercicios de **movilidad y estiramientos**, utilizando el bloque como punto de apoyo para ajustar determinadas posiciones.

El Bloque de Yoga O'Live es adecuado tanto para personas que se inician en esta disciplina como para usuarios experimentados que buscan ampliar las posibilidades de su práctica.

Su formato compacto facilita guardarlo y transportarlo, convirtiéndolo en una opción práctica para utilizar en casa o en sesiones de yoga.

El **Bloque de Yoga O'Live de 30 × 20 × 5 cm se vende por unidad**, por lo que cada compra incluye un bloque.

Una alternativa versátil para quienes buscan un **ladrillo de yoga de foam con una superficie amplia y una altura de 5 cm**, diseñado para proporcionar soporte y facilitar la adaptación de diferentes posturas.

Beneficios del producto

- Ideal para **yoga, estiramientos y ejercicios de movilidad**.
- Proporciona apoyo adicional durante diferentes posturas.
- Ayuda a adaptar los ejercicios a las necesidades de cada usuario.
- Facilita la ejecución controlada de determinadas posiciones.
- Permite ampliar las posibilidades de las sesiones de yoga.
- Adecuado para clases con alumnos de diferentes niveles.
- Fabricado en **foam de dureza óptima**.
- **Dimensiones de 30 × 20 × 5 cm**.
- Superficie amplia para diferentes posiciones de apoyo.
-

Altura de 5 cm para ejercicios que requieren una elevación moderada.

- Puede utilizarse como soporte en determinados estiramientos.
- Adecuado para principiantes y practicantes experimentados.
- Práctico para sesiones individuales y clases colectivas.
- Fácil de guardar y transportar.
- **Se vende por unidad**.

Materiales y calidad

El **Bloque de Yoga O'Live** está fabricado en **foam de dureza óptima**, diseñado para ofrecer soporte durante la realización de diferentes posturas y ejercicios.

Foam de dureza óptima

El material proporciona una superficie de apoyo adecuada para ejercicios de yoga en los que se necesita adaptar la posición corporal.

La dureza del foam está orientada a ofrecer soporte durante la práctica, sin que el fabricante especifique un valor concreto de densidad.

Superficie amplia de apoyo

Sus dimensiones de **30 cm de largo y 20 cm de ancho** permiten disponer de una superficie amplia para apoyar diferentes partes del cuerpo, según el ejercicio.

Altura de 5 cm

El grosor de **5 cm** proporciona una elevación moderada respecto al suelo.

Esta característica puede resultar útil en posturas que requieren un apoyo de poca altura o una adaptación específica.

Diseño versátil

Su formato permite incorporarlo a diferentes ejercicios y utilizarlo como soporte según las necesidades de cada sesión.

Nota: El fabricante especifica que está fabricado en foam de dureza óptima, pero no indica la composición exacta, la densidad ni el peso del producto.

Especificaciones técnicas

- **Marca:** O'Live.
- **Producto:** Bloque de Yoga.
- **Tipo:** Bloque de apoyo para yoga.
- **Unidad de venta:** Unidad.
-

- **Contenido:** 1 bloque de yoga.
- **Material:** Foam.
- **Dureza:** Óptima para su función como soporte, según el fabricante.
- **Longitud:** 30 cm.
- **Anchura:** 20 cm.
- **Grosor:** 5 cm.
- **Dimensiones totales:** 30 × 20 × 5 cm.
- **Forma:** Bloque rectangular.
- **Función principal:** Soporte y adaptación de posturas.
- **Uso recomendado:** Yoga, movilidad, estiramientos y ejercicios de apoyo.
- **Densidad del material:** No especificada.

- **Peso del producto:** No especificado.
- **Color:** No especificado.

Tabla de dimensiones Característica Medida **Longitud** 30 cm **Anchura** 20 cm **Grosor** 5 cm **Dimensiones totales** 30 × 20 × 5 cm **Material** Foam **Unidad de venta** 1 bloque Aplicaciones principales Aplicación Función del bloque **Posturas de yoga** Proporcionar apoyo adicional **Estiramientos** Facilitar adaptaciones de determinadas posiciones **Movilidad** Ofrecer un punto de apoyo **Clases colectivas** Adaptar ejercicios a diferentes alumnos **Práctica individual** Ampliar las posibilidades de las sesiones ¿Para quién es este producto?

El Bloque de Yoga O'Live es ideal para:

- Personas que practican **yoga de forma habitual**.
- Usuarios que se inician en esta disciplina.
- Practicantes que buscan adaptar determinadas posturas.
- Personas que necesitan un punto de apoyo adicional.
-

Usuarios que realizan ejercicios de movilidad.

- Quienes incorporan estiramientos a sus rutinas.
- Personas que buscan un bloque de yoga de poca altura.
- Usuarios que prefieren una superficie de apoyo amplia.
- Quienes desean ampliar las posibilidades de sus sesiones.
- Personas que realizan yoga en casa.
- Alumnos de clases colectivas con diferentes niveles de experiencia.
- Quienes buscan un **bloque de foam de 30 × 20 × 5 cm**.

Preguntas Frecuentes (FAQs)¿Para qué sirve el Bloque de Yoga O'Live?

Sirve como **soporte para realizar posturas y ejercicios de yoga**, ayudando a adaptar determinados movimientos a las necesidades del usuario.

También puede utilizarse como apoyo en ejercicios de movilidad y estiramientos.

¿Qué medidas tiene?

El bloque mide **30 cm de largo, 20 cm de ancho y 5 cm de grosor**.

¿De qué material está fabricado?

Está fabricado en **foam de dureza óptima**, según las especificaciones del fabricante.

¿Qué significa que tenga una dureza óptima?

Significa que el fabricante ha seleccionado una dureza adecuada para su función como soporte durante la práctica de yoga.

No se proporciona un valor técnico concreto de densidad o firmeza.

¿Es adecuado para principiantes?

Sí. Puede ayudar a adaptar determinadas posturas cuando se necesita un punto de apoyo adicional.

¿Pueden utilizarlo personas con experiencia en yoga?

Sí. También permite introducir variantes y ampliar las posibilidades de diferentes ejercicios.

¿Se puede utilizar para estiramientos?

Sí. Puede emplearse como soporte para adaptar determinadas posiciones durante los ejercicios de estiramiento.

¿Sirve para ejercicios de movilidad?

Sí. Puede proporcionar un punto de apoyo adicional durante diferentes movimientos de

movilidad.

¿Qué ventajas tiene su tamaño de 30 × 20 cm?

Su superficie amplia permite disponer de diferentes zonas de apoyo, dependiendo de la postura o del ejercicio.

¿Para qué sirve su grosor de 5 cm?

Proporciona una elevación moderada respecto al suelo, adecuada para ejercicios que requieren un apoyo de poca altura.

¿Es adecuado para clases colectivas de yoga?

Sí. Permite adaptar determinadas posturas a las necesidades de alumnos con distintos niveles de experiencia.

¿Se puede utilizar para practicar yoga en casa?

Sí. Su formato compacto facilita incorporarlo a sesiones individuales y guardarlo después del entrenamiento.

¿El bloque se vende por unidad o por pares?

El **Bloque de Yoga O'Live se vende por unidad**. Cada compra incluye un bloque.

¿Cuál es la diferencia respecto a un bloque de yoga más grueso?

La principal diferencia es la altura de apoyo.

Este modelo tiene **5 cm de grosor**, por lo que proporciona una elevación menor que otros bloques de mayor altura.

La elección dependerá del ejercicio y del apoyo necesario.

¿Cómo debo conservarlo?

Es recomendable guardarlo en un lugar seco, evitar el contacto con objetos cortantes y seguir las indicaciones de limpieza y mantenimiento del fabricante.

¿Por qué elegir este producto?

El **Bloque de Yoga O'Live de 30 × 20 × 5 cm** es un accesorio práctico para ampliar las posibilidades de las sesiones de **yoga, movilidad y estiramientos**.

Su principal función es proporcionar **apoyo adicional durante diferentes posturas**, permitiendo adaptar los ejercicios a las necesidades de cada usuario.

Está fabricado en **foam de dureza óptima**, un material seleccionado para ofrecer soporte durante la práctica.

Sus **dimensiones de 30 × 20 cm** proporcionan una superficie amplia, mientras que su **grosor de 5 cm** permite trabajar con una elevación moderada.

Estas características lo convierten en una opción interesante tanto para principiantes como para practicantes experimentados que buscan introducir adaptaciones en sus rutinas.

Además, resulta especialmente útil en clases colectivas, donde es habitual trabajar con alumnos de diferentes niveles de experiencia.

Una alternativa versátil para quienes buscan un **bloque de yoga O'Live de foam, con superficie amplia y perfil bajo**, diseñado para facilitar la ejecución de posturas y ampliar las posibilidades del entrenamiento.

Se vende por unidad.

Medidas: 30 x 20 x 5 cm

Reference: PI13600.01
EAN13: 8436554048823
UPC: -