

Neu im Bodywerk

Power Plate® pro6 AIR pro-motion



Die neue Ganzkörpertrainingsstation

Die **Power Plate® pro6 AIR pro-motion** mit ihrem speziellen Seilzugsystem ist die Lösung für Kunden, die ganz konzentriert ihren Oberkörper hinsichtlich Kraft und schlaffes Bindegewebe an den Oberarmen trainieren möchten.

Das bewegliche Seilzugsystem ist in der **Power Plate® pro6 AIR pro-motion** integriert. So können während der Power Plate® Anwendung auch zahllose Übungsvariationen dynamisch mit noch intensiveren Ganzkörper Muskelkontraktionen angesteuert werden. Gleichzeitig werden über neue neuronale Schnittstellen, die Koordination für spezifische Bewegungen wie z.B. Tennis, Golf Hockey, Kampfsport, Rennfahren oder Sturzprävention für ältere Leute usw. verbessert. Speziell geeignet ist dieses System auch für die Rehabilitation von oberen Extremitäten bekannt als MTT (Medizinische Trainings-Therapie).

Die Vibrationen der Power Plate® werden während der Anwendung auf die Seilzüge übertragen und sorgen so für Reflexkontraktionen über die zusätzlichen Beschleunigungen zwischen 25 und 40 x pro Sekunde mit zwei verschiedenen Amplituden. Resultat sind intensivere Muskelkontraktionen ohne negative Belastungen auf die Handgelenke. Zusätzlich können über die beiden Seilzüge verschiedene Widerstände eingestellt werden, so dass ein Ungleichgewicht zwischen links und rechts in diesem Bereich individuell optimiert und ausgeglichen werden kann.