

VibriX® – Fitnessstraining neu definiert

Anwendungsbereich:

Hocheffizientes Training sämtlicher Muskelgruppen

- auf Reisen, im Hotel
- im Heimstudio
- im Büro

Im Gegensatz zu einer herkömmlichen Vibrationsplatte bietet VibriX® mehr.

Dadurch, dass die trainierende Person bei der Vibrationsplatte auf der Vibrationsplatte steht, kann nur ein Teil der Muskeln trainiert werden. Die trainierende Person kann zum Beispiel an der Vibrationsplatte nicht mit dem Bein "nach oben" ziehen. Somit fallen einige wichtige Muskelgruppen einfach weg.

Nicht so bei VibriX® - DasVibriX® -Trainingsgerät hat 2 Seiten:

An der Oberseite ist ein Seil befestigt, das eine Schlaufe zum Einhängen an einem festen Punkt, zum Beispiel einer Tür-Ecke oder unter der Fußsohle hat. An der Unterseite wird ein Seil über eine Rolle geführt. An jedem Ende dieses Seils ist eine Schlaufe für je eine Hand angebracht. Dadurch können von den Armen, Beinen oder des gesamten Körpers jeweils beide Muskelgruppen (die ziehenden UND die drückenden) optimal trainiert werden. Soll beispielsweise der Oberarm Bizeps trainiert werden, wird die Schlaufe der Oberseite zum Bizeps-Training fest am Boden arretiert – z.B. unter dem Fuß. Die Schlaufen der Unterseite des VibriX® werden in je eine Hand genommen. Die Unterarme sollten parallel zum Boden, rechtwinklig zum Oberarm sein. Nun wird mit der zuvor eingestellten Kraft an den Schlaufen nach oben gezogen.

Der VibriX® beginnt in der eingestellten Intensität zu vibrieren. Diese Vibration geht nun direkt in den zu trainierenden Muskel - den Bizeps. Nun wird erst der linke, dann der rechte Arm weiter angewinkelt – der andere Arm wird jeweils entsprechend nach unten geführt, wobei der Zug gehalten wird. Im Anschluss wird die Übung genau in umgekehrter Reihenfolge durchgeführt. Während sich also die eine Hand nach oben bewegt, bewegt sich die andere Hand nach unten. Der Bizeps wird nun durch den Zug UND durch die Vibrationen angeregt.

Der Gegenmuskel zum Bizeps ist der Trizeps. Dieser wird entsprechend trainiert, nur, dass nun die Schlaufe nicht unten, sondern oben arretiert wird. Dies wird z.B. durch Einhängen an einem Deckenhaken oder durch Einhängen an einer oberen Tür-Ecke realisiert. Auf diese Art und Weise können sämtliche Muskelgruppen optimal und hoch effizient angesprochen werden. Die Effektivität des Vibrationstrainings wurde bereits in einer Vielzahl von Studien dokumentiert, jedoch wird an den bekannten Vibrationsplatten immer nur gegen die Erdanziehung, niemals gegen eine mechanische Kraft trainiert, was die Möglichkeiten bis dato auf ein sehr einseitiges Muskeltraining einschränkte. Auf diese Art und Weise können sämtliche Muskelgruppen optimal und hoch effizient angesprochen werden.

Die Effektivität des Vibrationstrainings wurde bereits in einer Vielzahl von Studien dokumentiert, jedoch wird an den bekannten Geräten immer nur gegen die Erdanziehung, niemals gegen eine mechanische Kraft trainiert, was die Möglichkeiten bis dato auf ein sehr einseitiges Muskeltraining einschränkte.

Technische Punkte

- Das Trainingsgerät wird mit der Oberseite durch eine Schlaufe an einem festen Punkt arretiert (zur Schaffung eines Gegenpunkts z.B. Türe (oben), Fuß (unten), ...)
- An der Unterseite des VibriX® ist eine Rolle befestigt, über welche ein Seil verläuft, das an jedem Ende eine Schlaufe mit 2 Haltegriffen (Länge dimensionierbar) für beide Hände hat
- Die Vibrationsstärke ist von 1-10 einstellbar

- Durch eine Vorauswahl kann die Trainingsart (z.B. Lady / Man) voreingestellt werden. Somit wird die einstellbare Kraft entweder zwischen 1 und 110 kg, bzw. zwischen 10 und 200 kg variiert.
- Die exakte Kraft des zu erzeugenden Zugs wird dann am VibriX® voreingestellt und durch die LED's angezeigt.

Das Einzigartige:

VibriX® kombiniert 2 bereits bestehende Trainingsvarianten auf eine bisher nicht bekannten Art und Weise:

Vibrationstrainingsgerät: Es gibt heute bereits eine Vielzahl an Vibrationstrainingsgeräten. (Der Effekt ist ursprünglich bei der Weltraumforschung entdeckt und entwickelt worden)

Trainingsgerät auf Basis von Seilzügen: Ebenso gibt es eine Vielzahl an Geräten mit Seilzügen.

Die Kombination – egal, ob in einem stationären, festen Gerät oder in einem mobilen, wie dem VibriX® ist gänzlich neu und verspricht eine Vielzahl neuer, interessanter Trainingsgeräte und – Möglichkeiten.

Produkt-Highlights:

- Hochleistungsmotor für die Vibration
- Beste Verarbeitung, Verwendung edelster Materialien
- Luxuriöses Design
- Patentierte Technik für ein gelenkschonendes und benutzerfreundliches Vibrationstraining!
- Mechanische Entkopplung: Sobald Sie den VibriX® unter Spannung setzen, werden angenehme Schwingungen erzeugt, welche die angesprochenen Muskeln hoch effizient anregen. Beim Entspannen oder Nachlassen des Zugs stoppen die Schwingungen automatisch.
- Hohe Wirksamkeit bei relativ kurzer Trainingsdauer!
- Vibrationstraining aktiviert deutlich mehr Muskelfasern als herkömmliche Trainingsmethoden.
- Ideales Anti-Aging und Fitness-Gerät.
- Das Training mit dem VibriX® verbindet die Vorteile aus klassischem Trainings mit den positiven Effekten des Vibrationstrainings:
 - Verbesserung der Kraftfähigkeit
 - Förderung des Muskelaufbaus
 - Erhöhung der Knochendichte
 - Verbesserung des Koordinationsvermögens
 - Intensivierung der Durchblutung
 - Positiver Einfluss auf das Lymphsystem und damit auf das Bindegewebe
 - Verbesserung des allgemeinen Hautbildes
- Das VibriX®-Training kann im Gegensatz zum Training an oder auf Maschinen überall ausgeführt werden.
- Mit dem VibriX® Training können nahezu alle Muskelgruppen optimal trainiert werden
- Amplitude: 1-3mm
- Frequenzbereich: 5-50 Hz.
- Integrierte akustische Signale An-/ Aus- und Warnzeiten für Akkuladestand

- Elektronische Schutzschaltung mit Signaltönen (Akkutiefenentladung, Stand-by, Akkutiefstand)
- Ladezeit: 30-50 Min.
- NiMh-Akku mit 2 Std. Betriebszeit
- Im Lieferumfang enthalten: umfangreiche Trainings-DVD, Übungsposter, Ladegerät

Einführungspreis: nur 199,- €

...Wenn Sie nur die durchschnittlichen Fitness-Studio-Beiträge dagegen rechnen (Durchschnittlich 50,- € im Monat) – hat sich das VibriX®-Trainingsgerät bereits nach 4 Monaten amortisiert.

VibriX®

Fitnessstraining neu definiert

Alu-Gehäuse mit:

- Hochleistungs-Akku
- Vibrations-Motor
- Zugmessgerät

Einstellmöglichkeit der Vibrationsstärke 1-10



Seil mit einer Schlaufe zur Arretierung an einem festen Punkt (Türe / Fuß)

Programmauswahl Männlich / Weiblich / Start / Power

Anzeige der eingestellten Gegenkraft (Muss im Training erreicht werden, damit das Gerät aktiviert wird)

Ein / Ausschalter

Durch die Umlenkrolle ist ein Seil geführt, das an beiden Enden eine Griffschleife für die Hände hat.

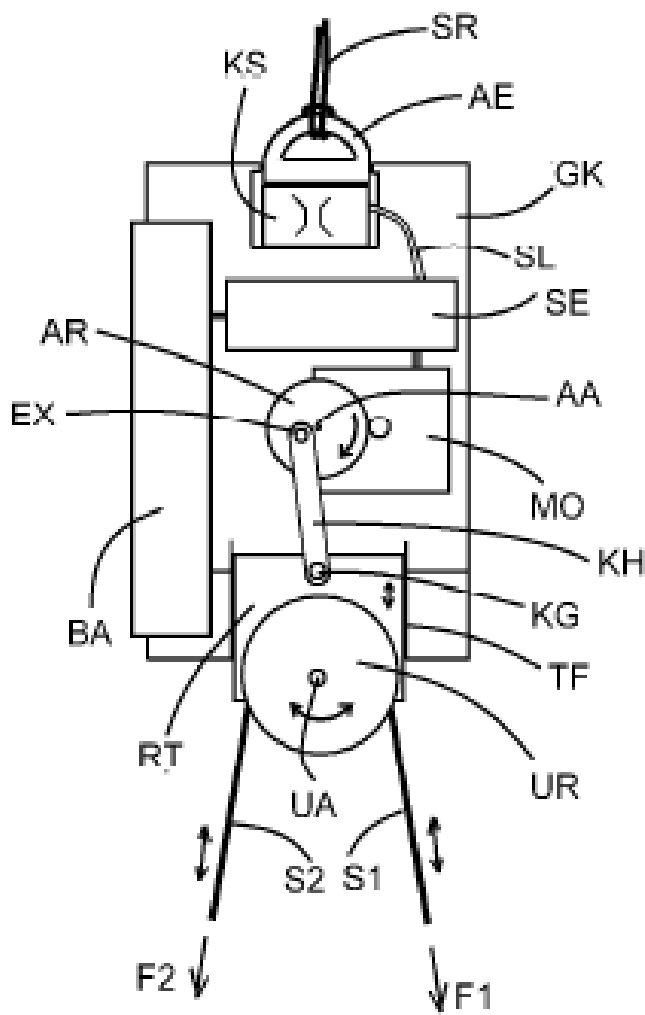


Fig. 1

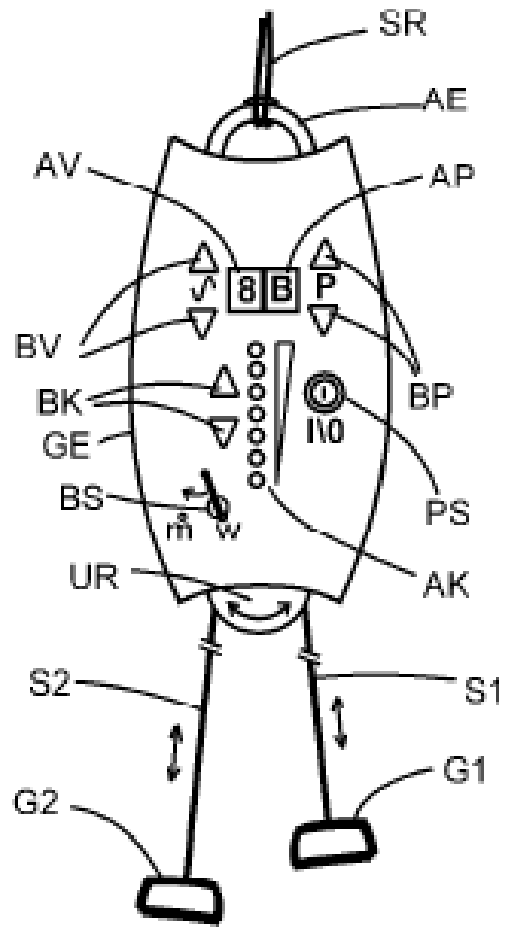


Fig. 2

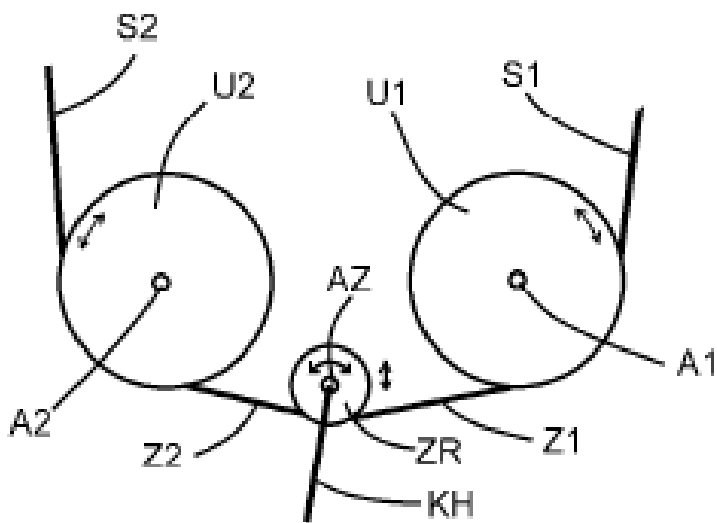


Fig. 3

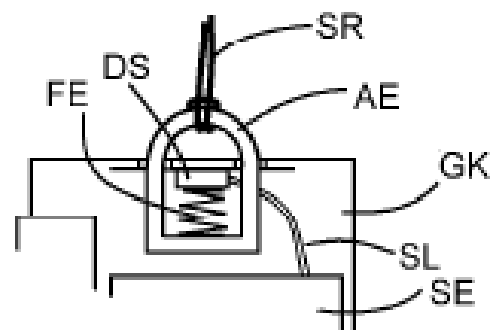


Fig. 4