

Was wäre, wenn eine Maschine ...

... die Wirkung Ihres Trainings verstärkt.



Wirkung schon bei wenigen Minuten

1x pro Woche

auf

- Aussehen
- Leistung
- Gesundheit

Schnellster Kraft- und Muskelaufbau, verbessert Blut- und Fettwerte sowie Stoffwechseleffekte.

- Exzentrisches, hoch-intensives Intervall-Training (H-I-I-T) durch motorangetriebene, rotierende, federgelagerte G-Kraft-Plattform, um mit weniger Anstrengung, eine höhere Wirkung zu erzielen.
- Exzentrisches, wiederholtes Belasten des Bewegungsapparates
- Herz- und gelenkschonend
- 1 Minute fühlt sich hinterher an wie Stunden – testen Sie selber!



www.reacttrainer.eu

Macht Frauen knackig, Sportler schnell und Senioren vital.



Exzentrische G-Kräfte durch
 Zweiachsen-Rotationsplattform

Exzentrisches Bein-, Po- und Rumpfttraining

Exzentrische Übungen basieren auf dem Verständnis, dass der Mensch viel höhere Kräfte abbremsen als konzentrisch produzieren kann. Dies gilt als eine der besten Trainingsformen. Der Beweis: Beim bergab Laufen schwitzt man nicht, erhält aber einen Muskelkater und verbrennt danach mehr Fett.



Totales
 Oberkörpertraining

Funktionelles, koordinatives Hypertrophie-Training

- Schneller Aufbau der Muskelmasse, Kraft und Leistung
- Durch Studien bewiesene Verbesserung von Insulinresistenz, Blut- und Cholesterinwerte
- Hoher Kalorienverbrauch und Fettabbau-Effekt (Grundumsatz)
- Ideale Reha für Bänder und Sehnen ohne Schläge auf Gelenke und Bandscheiben
- Verbesserung der Rücken- und Rumpfmuskulatur
- Geeignet für alle Alters- und Trainingsgruppen
- Verbesserte Balance, Stabilität, Koordination und kinästhetische Wahrnehmung
- Osteoporose- und Sturzprävention
- Diverse Oberkörper- und Bauchübungen möglich
- Verstärkung und Intensivierung durch verschiedene passive und aktive Plattform-Auflagen oder einen EMS-Anzug
- Glücksgefühle durch Rotations-Schaukeleffekt
- Intuitive Bedienung
- **kurze, intensive Trainings-einheiten: schneller, stärker, effizienter – dank maschineller Unterstützung**



Hochwirksames Potraining



Ideales Seniorentaining

Ihr reACT Studio: