



ABILITY GROUP



SMALL GROUP TRAINING
New



SMALL GROUP TRAINING *New*

AGX1 UN PROGRAMMA APERTO A PERSONE DI TUTTI I LIVELLI DI FITNESS, FORNISCE UN'ESPERIENZA DI ESERCIZIO DI GRUPPO UNICA CHE ATTRAIE, COINVOLGE E APPASSIONA GLI AMANTI DEL FITNESS.

AGX1 coinvolge un piccolo gruppo che, grazie anche ad attrezzi altamente performanti abbinati ad allenamenti eccitanti, è motivato a migliorare la propria capacità cardio, la potenza, la forza, la resistenza, la reattività e l'equilibrio in un ambiente coinvolgente e permeato da un sentimento di amichevole solidarietà.





INDICE

1. SENSA Perfect balance pag. 4
2. SPHERA 2° “Caos continuo per un movimento perfetto” pag. 9
3. SLASHPIPE l’occhio segue l’acqua, le orecchie ascoltano il vivace sciabordio pag. 12
4. BODYBLADE stimola la mente e il corpo pag. 15
5. BLAZEPOD reaction training pag. 17
6. HECOSTIX reazione e coordinazione occhio mano pag. 20
7. VECTOR BALL cognitive vision training pag. 22
8. REDCORD ACTIVE suspension training pag. 25
9. ABILITY WALL pag. 29



Sensa[®]

SISTEMI PER L'ALLENAMENTO SENSOMOTORIO



Concept di allenamento

Il concetto di allenamento senza® è un concetto variabile che combina la struttura funzionale dei muscoli e della fascia con i circuiti di controllo del sistema senso motorio.

L'obiettivo è rafforzare la forza e migliorare la funzione sensomotoria.



TERRASENSA® system

Stabilizza le articolazioni e allena l'equilibrio. L'allenamento con terrasensa migliora la funzione sensomotoria, stabilizza le articolazioni e allena l'equilibrio. Grazie alle diverse forme e gradi di durezza sono fornite numerose opzioni di allenamento e terapia.



MOVISENSA ORBIT

Semplice compatto efficace. L'innovativo dispositivo di allenamento senza fornisce nuova energia per il corpo e per l'anima in modo semplice. La rotazione della palla all'interno dell'anello favorisce lo sviluppo muscolare e il miglioramento delle capacità sensomotorie.



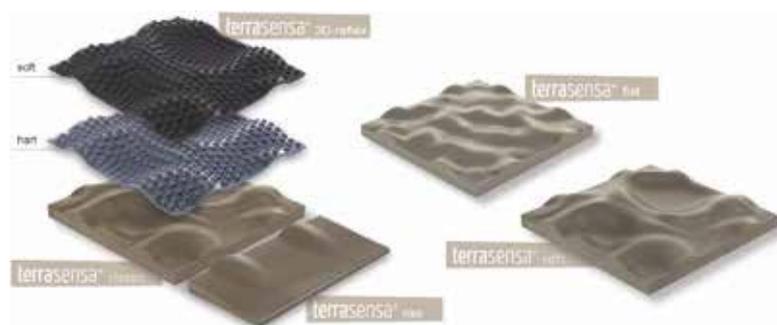
VARIOSENSA BOARD

Multifunzione. Grazie alla superficie morbida, ai piedini flessibili e al sistema a innesto variabile, Variosensa Board è un vero tuttotfare quando si tratta di sessioni di allenamento per tutto il corpo. La tavola multifunzionale di variosensa addestra efficacemente stabilità e senso dell'equilibrio.



Terrasensa

LIFE IN PERFECT BALANCE



TERRASENSA® ha il fascino delle irregolarità naturali. Unica è la variabilità della superficie, che rimane insondabile per il processo cognitivo. Anche con semplici esercizi, TERRASENSA® mobilita l'intero sistema neuromuscolare e sensomotorio.

TERRASENSA® apre la strada ad infinite possibilità di esercizi... che siano bambini, anziani, persone con handicap, pazienti in riabilitazione o terapia, tempo libero o sportivi.

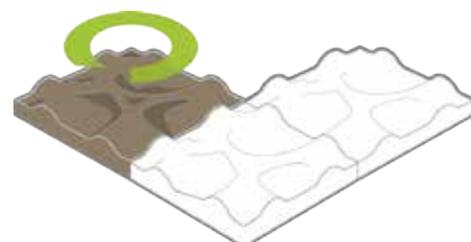
*Con Terrasensa...
Ogni passo
in modo sempre diverso...*



- Sviluppa la capacità di differenziazione cinestesica
- Allena: la stabilità statica e dinamica, la stabilità reattiva, le capacità d'equilibrio
- Migliora la coordinazione intra e intermuscolare
- Simulazione di situazioni di vita quotidiana
- Rinforza: il tessuto muscolare e osseo, le capacità sensomotorie basali
- Sostituisce e migliora qualsiasi tipo di esercizio propriocettivo
- Utile per la prevenzione nelle cadute e negli infortuni, come pure nel post operatorio
- Promuove l'intelligenza di movimento naturale in ogni età e stato di allenamento



*Guarda il
Video*



Movisensa Orbit

ATTREZZATURE PER L'ALLENAMENTO SENSOMOTORIO

SEMPLICE, EFFICACE, COMPATTA

Movisensa allena la stabilità, migliora la postura e allena i gruppi muscolari che stabilizzano la colonna vertebrale.

L'obiettivo è portare la sfera d'acciaio inserita all'interno dell'anello in una rotazione uniforme. Le forze centrifughe risultanti devono essere neutralizzate muscolarmente - una sfida unica per i muscoli della schiena autoctona.

Un allenamento intenso e versatile per il corpo e per la mente.



CM50 - **APA06.00166**



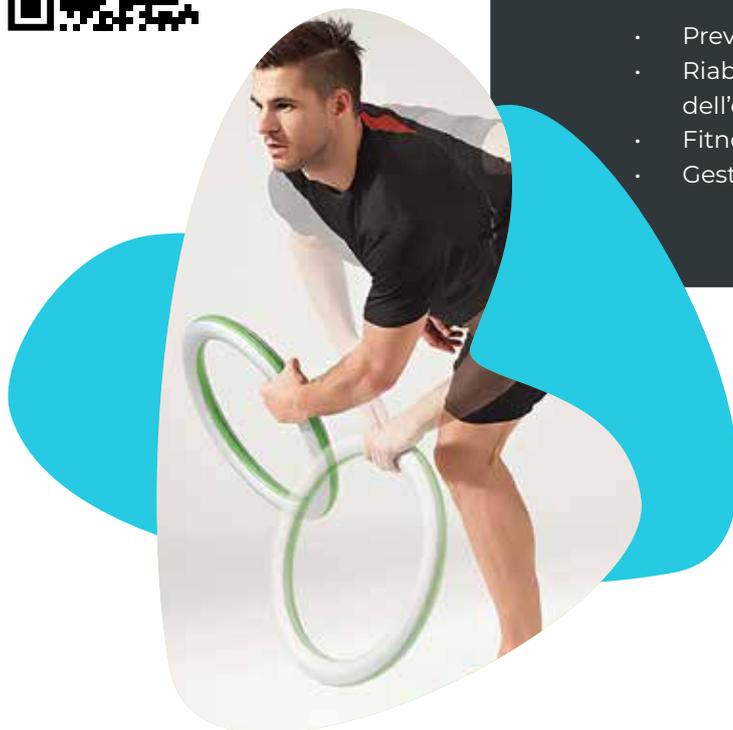
CM32 - **APA06.00165**

YouTube



Uno strumento di allenamento perfetto per:

- Prevenzione (back training, attività fisica)
- Riabilitazione (coordinamento e allenamento dell'equilibrio)
- Fitness (allenamento funzionale e di gruppo)
- Gestione della salute sul posto di lavoro



Variosensa Board

ATTREZZATURE PER L'ALLENAMENTO SENSOMOTORIO

Multifunzione

Grazie alla superficie morbida, ai piedini flessibili e al sistema a innesto variabile, Variosensa Board è un vero tuttotfare quando si tratta di sessioni di allenamento per tutto il corpo. La tavola multifunzionale di variosensa addestra efficacemente equilibrio, coordinazione, forza, resistenza e agilità.

Allo stesso tempo vengono allenati lo sviluppo e il controllo motorio.

Obiettivi

Allena i muscoli profondi dell'addome e della schiena

Migliora la resistenza della forza

Aumenta le capacità cognitive e sensomotorie

Migliora la postura

Migliora la concentrazione

Dati tecnici:

Dimensioni: circa 90 x 60 cm

Peso: circa 8 kg

Colori: grigio, verde, blu e rosso



Variosensa Specs

ATTREZZATURE PER L'ALLENAMENTO SENSOMOTORIO

Aumentano il livello di difficoltà dell'esercizio andando a privare il soggetto del sistema visivo. Migliorano l'equilibrio, la sicurezza e il movimento.

APA06.00160



SPHERA2. 
MADE IN ITALY



Sphera[®]

LA PALLA MEDICA PIENA D'ACQUA





*Sfrutta il potere dell'acqua:
muoviti bene, sentiti bene
e fatti del bene.*

SPHERA2.
MADE IN ITALY

I cambiamento è l'unica costante, quindi muoviti come l'acqua di un fiume che scorre e che, quando incontra un ostacolo, lo aggira con dolcezza proseguendo il suo cammino.

Le sensazioni di caos che derivano dal suo utilizzo incentivano il paziente a concentrarsi sul movimento da compiere; uno spostamento qualunque genera una condizione unica da gestire in modo esclusivo per l'esecuzione ottimale di un movimento tecnico.

ACO09.100X0.5 - SPHERA 0.5 KG
ACO09.100X01 - SPHERA 1 KG
ACO09.100X1.5 - SPHERA 1,5 KG
ACO09.100X02 - SPHERA 2 KG
ACO09.100X03 - SPHERA 3 KG
ACO09.100X04 - SPHERA 4 KG
ACO09.100X05 - SPHERA 5 KG

SPHERA 2.0 è uno strumento che, grazie alla sua versatilità, si colloca in una branca delle professioni che si occupano di prevenzione e riabilitazione delle persone affette da disfunzioni cognitive e motorie in ambito muscoloscheletrico attraverso molteplici interventi.

In particolare per un allenamento propriocettivo, vestibolare, al recupero di una completa efficienza del sistema dell'equilibrio e anche nell'anziano per prevenire il rischio di caduta.

I pesi variano da 0,5 kg a 5kg, passando dalla riabilitazione alla preparazione atletica, per ogni tipo di sport e per il fitness in generale.

Adatto a tutti i pazienti, di tutte le età che richiedano esercizi di riabilitazione agli arti inferiori/superiori o riabilitazione addominale.

Adatto al riscaldamento per ogni sport o performance atletica, per il percorso di rafforzamento di ogni giocatore, per l'allenamento personale del singolo o di gruppi di fitness.



*Guarda il
Video*



0,5 kg



1 kg



1,5 kg



2 kg

ACCESSORI

RACK PER MEDICINE BALLS / SPHERA / KETTLEBELL

Comodo ed elegante Rack porta Sphera, palle mediche o Kettbells. Possibilità di posizionare fino a 8 pz.

Dimensione prodotto: 45x53x128 cm
Peso 9 kg

APA09.45X



RACK PER MEDICINE BALLS / SPHERA / KETTLEBELL

Comodo ed elegante Rack porta Sphera, palle mediche o Kettbells. Possibilità di posizionare fino a 5 pz.

Dimensioni: 39 x 48 x 66
Peso 8 kg

APA09.45

*Acqua...
Strumento di salute*



0,5 kg



1 kg



2 kg



Slashpipe

THE POWER OF WATER



SLASHPIPE®

THE POWER OF WATER

Gli esercizi con questa esclusiva attrezzatura offrono una sensazione del tutto nuova. Lo SLASHPIPE allena forza, resistenza, postura e coordinazione e allo stesso tempo è un piacere per i sensi: l'occhio segue l'acqua, le orecchie ascoltano il vivace sciabordio. **L'acqua si muove continuamente all'interno del dispositivo, garantendo un caos naturale non del tutto controllabile.**

A seconda della posizione dell'allenamento, della velocità di esercizio e dell'angolo di movimento della SLASHPIPE, viene chiesto al paziente di neutralizzare le forze che si verificano bilanciandole attraverso la stabilizzazione mirata. Questo è possibile perché SLASHPIPE è un dispositivo per esercizi in movimento, alla quale i muscoli devono reagire. Così, oltre alla forza e alla resistenza, viene allenata specialmente la coordinazione inter- e intramuscolare.

Guarda il video!



*Gli esercizi con
Slashpipe sono come
una giornata al mare!*

*Quando il Corpo
si adatta,
lo Spirito si libera*

Slashpipe allena il corpo e la postura e fornisce nuovi effetti di allenamento e risultati eccellenti in breve tempo. Con SLASHPIPE migliorerai la tua forma fisica, allenerai la concentrazione e ridurrai lo stress. Cosa si può volere di più!

Fondamentalmente è un allenamento con biofeedback. Il corpo deve reagire sempre per controllare il comportamento caotico dell'acqua. Inoltre, la qualità dei tuoi movimenti può essere ben riconosciuta dalla distribuzione simmetrica dell'acqua. Ideale per esercitare in modo ottimale i muscoli del core.

APA06.00137 Arancio
kg 0,9 - 60mm x 500mm

APA06.00142 Blu
APA06.00143 Arancio
kg 5,4 - 90mm x 1500mm

APA06.00138 Blu
APA06.00139 Arancio
kg 2,3 - 60mm x 1200mm

APA06.00199 Kg 13
APA06.00203 Kg.8
11 mm x 1500mm

APA06.00140 Blu
APA06.00141 Arancio
kg 3,4 - 70mm x 1500mm

Supporto

Con il supporto combinato tieni sempre in ordine le tue slashpipe.

APA06.00144X01

- Diametro 58 cm
- Altezza 83 cm
- Peso 16,5 kg
- Tiene 24 tub



- Migliora la coordinazione inter-intramuscolare
- Aumenta la forza e la resistenza (a seconda delle dimensioni di Slashpipe)
- Migliora la relazione fra sensazioni corporee e stimoli visivi (biofeedback)
- Migliora la postura
- Affina la percezione della profondità
- Aumenta la concentrazione e l'attenzione
- Migliora il metabolismo e la stimolazione del sistema cardiovascolare
- Compensazione di deficit o squilibri muscolari
- Carattere e forza di volontà sono i motivatori migliori per una terapia e un allenamento di successo

Monsterpipe

Monsterpipe, è perfetto per l'allenamento funzionale avanzato. Anche per gli atleti professionisti, questo Slashpipe è una sfida assoluta. A causa della costruzione opaca, il tuo corpo deve fare ancora più affidamento sulle sue sensazioni, corpo e mente devono lavorare insieme fortemente.

APA06.00199

SLASHPIPE Monsterpipe black edition
13 kg

APA06.00203

SLASHPIPE Monsterpipe black edition
8,4 kg





Bodyblade

L'ALLENAMENTO VIBRATO
PER LA RIABILITAZIONE E LA PERFETTA FORMA FISICA



Il metodo Bodyblade consiste in tecniche di esercizio e prodotti sviluppati dal fisioterapista Bruce Hymanson

Altamente dinamici, forniscono una piattaforma per la riabilitazione e l'allenamento per la performance sportiva. Ogni utilizzatore avrà un miglioramento della funzione, un movimento più equilibrato, una miglior definizione muscolare.

Utilizzato da tutti, dal paziente in riabilitazione all'atleta di alto livello. Un metodo di allenamento divertente, efficiente ed altamente efficace.

BODYBLADE

Come funziona Bodyblade

La chiave del Bodyblade® è la tecnologia a contrazione rapida (RCT) che aiuta a contrarre automaticamente i tuoi muscoli. Più forte sarà la spinta che generate nella barra, in avanti ed indietro, più la barra si flette e maggiore sarà la resistenza esercitata da un corpo sempre più forte, reattivo e stabile.

APA06.47

Bodyblade Pro 152 cm

APA06.47.1

Bodyblade Pro Bag

APA06.48

Bodyblade Classic 122 cm

APA06.48.1

Bodyblade Classic Bag

APA06.49

Bodyblade CXT 102 cm

APA06.49.1

Bodyblade CXT Bag

Guarda il video!



Stimola la mente e il corpo per incrementare la forza, l'equilibrio, la coordinazione e la postura.

Benefici

- Aumento generale di forza, equilibrio e coordinazione.
- Miglioramento della stabilità, flessibilità e benessere delle articolazioni
- Aumentata attività cardiovascolare
- Baricentro più forte e reattivo
- Aumento della resistenza muscolare
- Lavoro efficace su tutti i gruppi muscolari nel corpo con maggior consumo di calorie
- Un corpo tonico e slanciato

Bodyblade Method Education

I partecipanti otterranno la conoscenza e le capacità necessarie a creare e condurre classi orientate ai risultati per piccoli gruppi, circuiti High intensity Interval Training (HIIT) e sessioni di riabilitazione. Questi corsi interattivi sul metodo Bodyblade coinvolgono i professionisti con il giusto mix di scienza, nomenclatura e applicazione pratica ed include istruzioni su come utilizzare Bodyblade, orientamento corretto utilizzando tre piani di movimento e comprensione dei concetti di vibrazione e resistenza inerziale.



Blazepod

REACTION TRAINING SYSTEM





FITNESS

MASSIMIZZA LA TUA FORMAZIONE

Distinguiti dalla massa con una tecnologia motivante che eccita i tuoi clienti e migliora la forma fisica.



Sfrutta l'attività per accelerare le capacità di elaborazione del cervello dei clienti e migliorare il loro condizionamento fisico, rendendoli più acuti, più veloci e più potenti nella loro vita quotidiana.



Reinventi i vecchi allenamenti con una svolta eccitante e crea un ambiente di allenamento più esilarante e invitante sia per i clienti esistenti che per quelli nuovi.



Genera concorrenza e sfida i clienti a competere l'uno contro l'altro e spingersi l'un l'altro a nuovi limiti con le esercitazioni e i test competitivi di BlazePod.

PER TUTTI GLI SPORT A TUTTI I LIVELLI

Attività progettate da professionisti al fine di:

- Migliorare le capacità di processo decisionale con un'elaborazione cognitiva più veloce
- Diventare più veloce, forte e decisivo

FLASH REFLEX TRAINING

Attiva la risposta naturale del corpo a stimoli sensoriali e favorisce movimenti più efficienti, veloci e coordinati.

Massimizza ogni sessione di allenamento con accattivanti Pod luminosi, segnali visivi motivanti e attività progettate professionalmente per un allenamento sia cognitivo che fisico.

REAGIRE PIÙ VELOCEMENTE
SINCRONIZZA CORPO E MENTE
PERFORMANCE E RIABILITAZIONE

- Combina esercizi cognitivi con esercizi fisici.
- Incoraggia il recupero del paziente attraverso attività coinvolgenti e divertenti
- Registra dati in tempo reale e tieni traccia dei progressi sull'app BlazePod.
- Esercizi personalizzati per tutti i tipi di pazienti e ogni fase della riabilitazione



Ricezione segnale fino a 40 m di distanza.



Potenti luci LED RGB con 8 opzioni di colore.



Dotato di tecnologia Bluetooth Low energy (BLE)



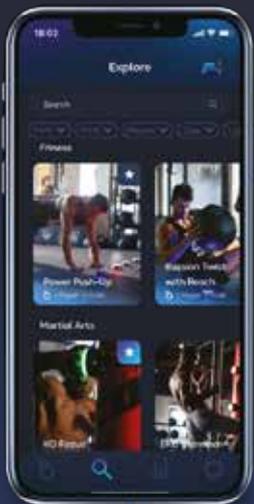
Fino a 10 ore di utilizzo con una sola carica



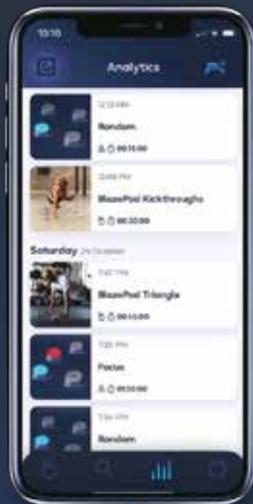
Superficie impermeabile e resistente agli urti.



THE BLAZEPOD
APP&PODS



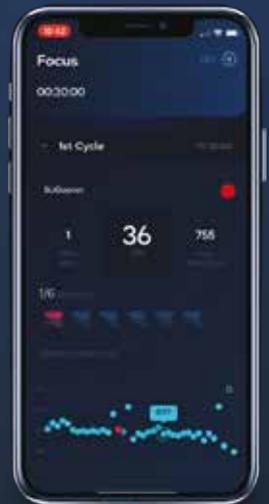
Naviga ed allenati



Analizza



Crea



Gestisci il paziente

TIENI SOTTO CONTROLLO
OGNI MILLISECONDO DELLA PERFORMANCE

● Dati analitici in tempo reale

● Monitora il progresso da una sessione all'altra

● Consolida i dati dei tuoi clienti in un'unica location

● Esporta un grande numero di dati per analizzare i progressi





Hecostix

COORDINAZIONE OCCHIO-MANO





SICURO PER TUTTE LE ETÀ E LIVELLI DI ABILITÀ

- Certificato non tossico
- Costruzione in schiuma EVA
- Pesa 140 g
- Impermeabile
- Usato da solo o in Impostazioni di gruppo



APA074.1

Che cos'è HECOSTIX?

Abbiamo preso un semplice gioco di catch e aggiunto una svolta! Ogni gamba è colorata in modo tale da consentire ai partecipanti di chiamare un colore o una combinazione di mani e quindi lanciare l'HECOSTIX al ricevitore.

La persona che riceve deve elaborare le informazioni mentre HECOSTIX è in aria e catturare il colore corrispondente o la combinazione di mani chiamata.

- Migliora la coordinazione mano-occhio
- Estremamente leggero e facile da trasportare
- Applicazioni di utilizzo illimitate
- Materiale resistente ed impermeabile

Hecostix aiuta gli atleti a migliorare i tempi di reazione, la coordinazione, la velocità decisionale e lo sviluppo cognitivo generale. Utilizzato anche in ambito riabilitativo.

HECOSTIX

Sen 116, 100 G10



Vectorball

COGNITIVE VISION TRAINING



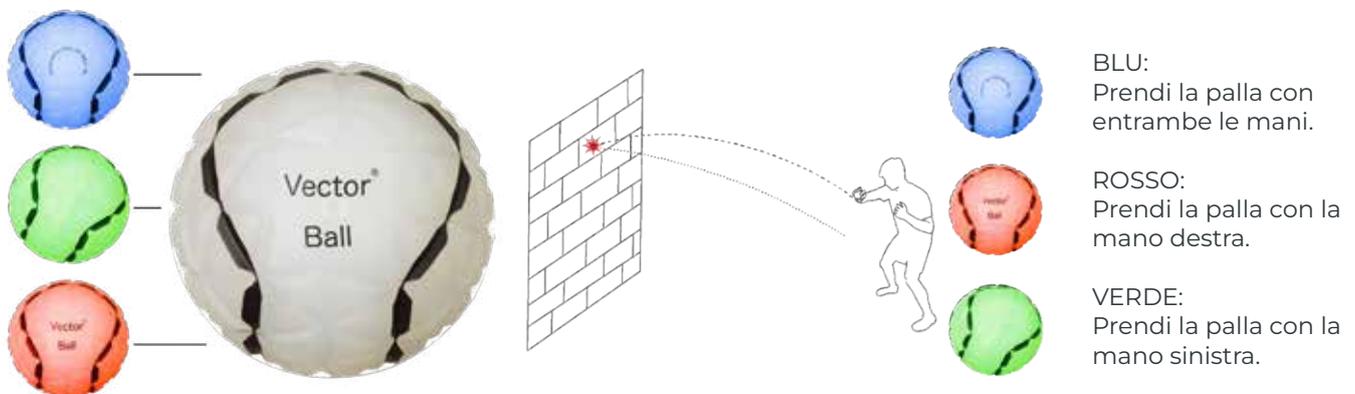


Come funziona?

La Vector® Ball emette un breve flash di colore sempre diverso (rosso, verde o blu) ogni volta che viene colpita, rimbalzata, presa, ecc. Ciò fornisce agli atleti informazioni visive sempre imprevedibili che permettono di ottenere una reazione in tempo reale grazie agli esercizi cognitivi per la vista.

L'allenamento della vista porta ad avvalersi delle informazioni visive. Il risultato è una migliore capacità di trasferire rapidamente informazioni visive in un'azione atletica consapevole (velocità di reazione).

Esercizi cognitivi illimitati: es.: Wall Drill



APA06.80

Vector Ball Plus con 3 colori LED

Con Vector Ball puoi allenare un'ampia varietà di parametri, abilità e processi visivi-cognitivi. La palla viene utilizzata per allenare:

in tempo di reazione
le capacità cognitive
le capacità e l'allenamento visivo

Perchè scegliere Vector® Ball?

Vector® Ball offre una caratteristica unica rispetto agli altri dispositivi: allena gli atleti e i pazienti ad elaborare le informazioni nel momento più critico, quando la palla (in azione) sta arrivando verso di loro!

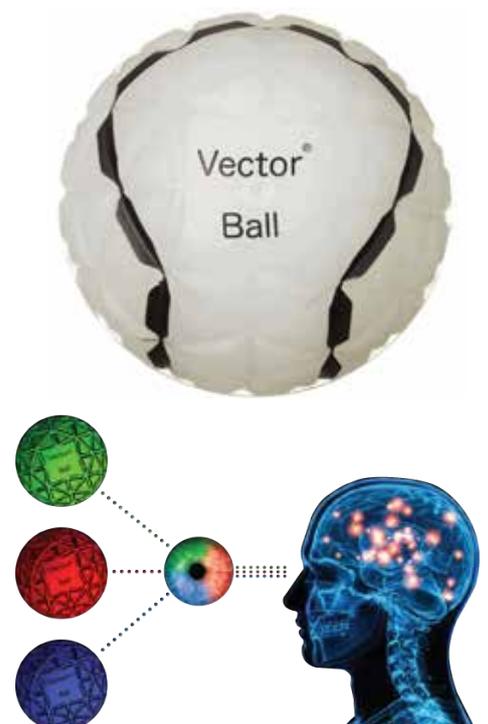
La preparazione atletica è predeterminata, il che significa che l'atleta sa cosa è richiesto prima dell'inizio dell'esercitazione. I giochi, tuttavia, non sono prevedibili.

Per avere successo, l'atleta deve essere in grado di rispondere a situazioni di gioco dinamiche.

L'allenamento con Vector® Ball migliora la capacità di elaborare informazioni visive in tempo reale, fondamentale per potenziare la performance praticamente per ogni sport e livello di abilità (da giovani a professionisti).

L'obiettivo universale di ogni paziente, o sportivo è quello di essere migliore oggi di quanto lo fosse ieri.

Vector® Ball fornisce quindi uno strumento che allena le componenti più importanti della performance atletica: le abilità cognitive.



Cognitive Vision Training

Vector® Ball supporta una vasta gamma di esercizi CVT adattabili per sviluppare la velocità di reazione di qualsiasi atleta, dai giovani ai professionisti; è inoltre utilizzato per migliorare le prestazioni atletiche di ogni sport. Questa palla può essere immersa in acqua, schiacciata, fatta rimbalzare o lanciata ripetutamente contro il muro senza che venga danneggiata o che le sue prestazioni ne risentano. La tecnologia brevettata di Vector® Ball lo rende il dispositivo più versatile per il Vision Training.

COS'È IL COGNITIVE VISION TRAINING (CVT)?

IL COGNITIVE VISION TRAINING (CVT), A VOLTE INDICATO COME NEURO-VISUAL TRAINING, COMPRENDE ESERCIZI CHE MIGLIORANO L'ELABORAZIONE DELLE INFORMAZIONI E LA VELOCITÀ DI REAZIONE (IL TEMPO IMPIEGATO DA UN ATLETA PER RISPONDERE CORRETTAMENTE A UNA SITUAZIONE SPECIFICA).

Le prestazioni atletiche funzionano in questo modo: il cervello riceve informazioni, le elabora e determina cosa fare, quindi identifica i muscoli e li attiva come reazione alle informazioni ricevute. Ecco perché il cervello è la parte più importante della prestazione atletica; alla fine, i muscoli fanno semplicemente quello che gli viene detto. Questi esercizi aumentano la capacità di elaborare le informazioni e, come i muscoli, gli permettono di migliorare.

L'allenamento fisico regolare consiste in azioni e movimenti predefiniti, ovvero l'atleta sa esattamente cosa è richiesto prima dell'inizio dell'esercizio.



Guarda il Video

*Il tuo percorso verso prestazioni migliori passa attraverso il cognitive Vision Training
Neuro-Visual Training*

L'allenamento cognitivo della vista (CVT), si verifica quando l'atleta riceve informazioni solamente durante l'allenamento e le deve elaborare accuratamente per avere successo.

In questo caso vengono introdotte informazioni visive imprevedibili durante lo svolgimento dell'esercizio, che forniscono istruzioni sui movimenti da eseguire per completarlo.

Ad esempio, se l'atleta vede la Vector® Ball diventare rossa, deve prenderla con la mano destra (eseguire un'azione specifica associata a quel colore). La CVT esercita la capacità del cervello di elaborare le informazioni e rispondere correttamente.





Suspension Training

PERFORMANCE E PREVENZIONE
INFORTUNI





REDCORD È USATO IN TUTTO IL MONDO DA ALLENATORI E ATLETI PER:

- IL MIGLIORAMENTO DELLA PERFORMANCE
- LA PREVENZIONE DI INFORTUNI
- LA RIABILITAZIONE

Record Sport ha sviluppato programmi specifici per migliorare la performance nel: **RUNNING, CICLISMO, CALCIO, PALLAVOLO, GOLF**

REDCORD ACTIVE offre agli utenti vari esercizi di sospensione per migliorare le prestazioni atletiche e prevenire gli infortuni. Come sistema portatile, Record Mini o Redcord Mini Extra è perfetto per **l'allenamento a casa** o anche **all'aperto**, così come **in palestra**. Il sistema può essere montato a soffitto con gli ancoraggi inclusi nell'attrezzatura, oppure fissato a una trave o barra di supporto.

Nella maggior parte degli sport sono i muscoli del distretto lombo - pelvico (conosciuti anche come muscoli "stabilizzatori locali") che generano la potenza che poi si trasmette con un calcio, un salto o un lancio, e solo muscoli stabilizzatori forti trasmettono controllo ed energia, ed evitano scarsi risultati e infortuni.

L'allenamento performante con REDCORD consiste in esercizi tridimensionali che permettono di ottenere importanti miglioramenti funzionali in campo sportivo. Gli esercizi consentono di migliorare la forza, la resistenza muscolare, l'equilibrio, la coordinazione e la stabilità muscolare e funzionale. Gli studi hanno dimostrato che gli esercizi in sospensione con REDCORD migliorano il rendimento atletico più di un allenamento di resistenza tradizionale.

Gli esercizi possono essere facilmente adattati a qualsiasi livello di abilità, indipendentemente dall'età, dagli obiettivi e capacità personali. Per questo Redcord si rivela uno strumento utile per chiunque voglia migliorare le attività funzionali di tutti i giorni e ottenere prestazioni migliori nello sport.



APA 11.10



APA 11.13



ALLENAMENTO IN GRUPPO



ALLENAMENTO IN CASA



ALLENAMENTO IN PALESTRA



ALLENAMENTO ALL'APERTO

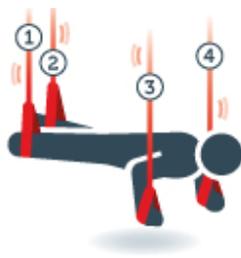


REDCORD VS TRX SUSPENSION

Punto di sospensione multiplo

VS

Punto di sospensione singolo



- + ideale per tutti
- + lavorare direttamente al di sotto dei punti di sospensione porta ad una relazione con la gravità ideale

- punto di sospensione singolo con un punto di fulcro
- lavora in una angolazione limitata le possibilità

Supporto

VS

Mancanza di supporto



- + Supporto di fasce ed elastici
- + Possibilità di eseguire esercizi senza dolore che stimolino e attivino i muscoli target stabilizzatori
- + Esercizi in sicurezza: i muscoli non devono mai sopportare un carico che vada oltre la loro soglia di carico
- + Movimenti targettizzati a livello neuromuscolare fisico

- Esercizi con TRX devono essere eseguiti senza supporto
- Si percepisce dolore nel caso in cui i muscoli del core e stabilizzatori non siano abbastanza forti
- Vi è un rischio di infortunio maggiore: debolezza potrebbe portare ad essere troppo bassa la soglia di carico per un determinato esercizio con conseguente impiego di muscoli sbagliati.
- Movimento si concentra solamente a livello fisico

ALLENAMENTO FUNZIONALE OTTIMALE

ESERCIZI CHE ATTIVANO:

- 1 GRUPPI MUSCOLARI MULTIPLI**
 - motori primi
 - + muscoli stabilizzatori
- 2 IL SISTEMA NERVOSO**
 - programmi motori
 - + riflessi spinali

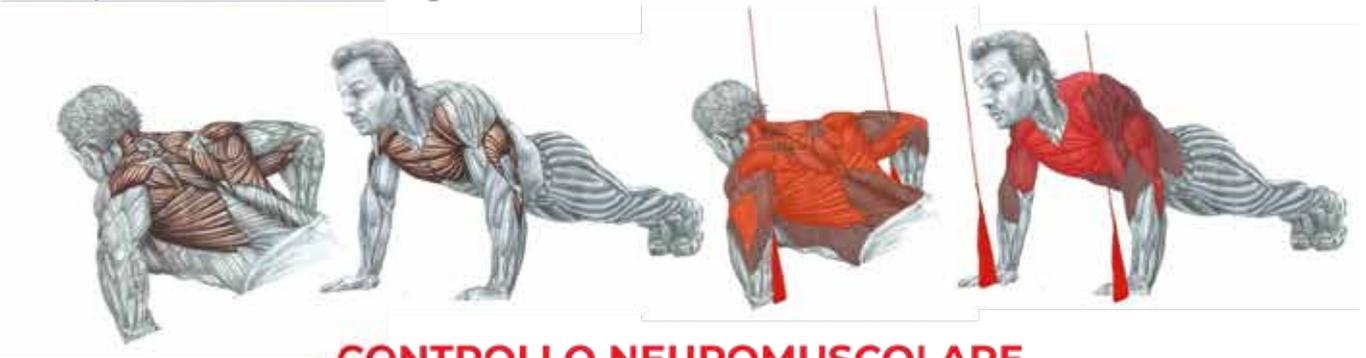


E AIUTALI A LAVORARE INSIEME PER PRODURRE IL MOVIMENTO COORDINATO PIÙ OTTIMALE

IL TUO PESO CORPOREO PER MIGLIORARE LA TUA FORZA, IL TUO EQUILIBRIO, LA TUA FLESSIBILITÀ E LA TUA CORE STABILITY

CATENA CINETICA CHIUSA IN SLING INSTABILI

Attiva più muscoli / effetto sinergico



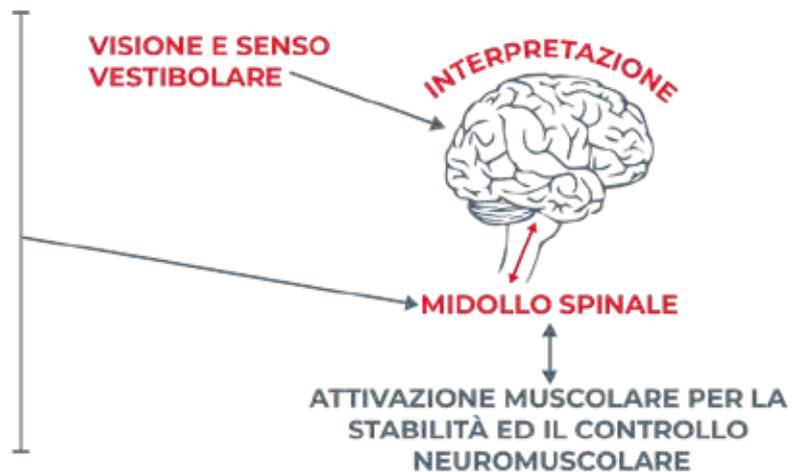
CONTROLLO NEUROMUSCOLARE

PROPRIOCEZIONE

- POSIZIONE COMUNE
- SENSO DEL MOVIMENTO
- DIREZIONE, VELOCITÀ E FORZA

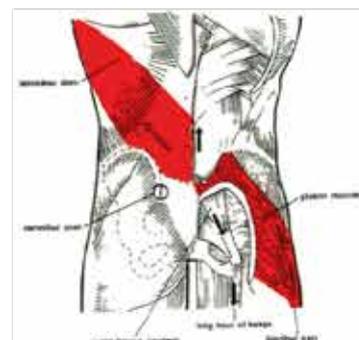
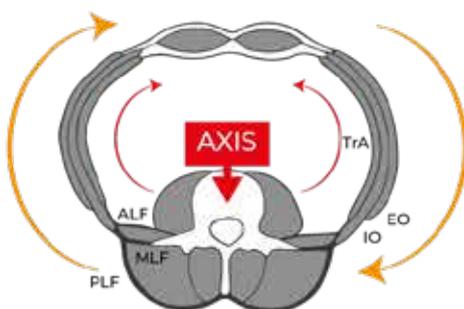
SEGNALE RELATIVO AI MECCANORECETTORI DI:

- MUSCOLI
- TENDINI
- LEGAMENTI
- CAPSULA ARTICOLARE
- FASCIA
- PELLE



CONTROLLO CENTRALE

STABILITÀ CENTRALE PIÙ MOBILITÀ GLOBALE, STABILIZZATORE E MOTORI PRIMI



Barker P et al. Tensile Transmission Across the Lumbar Fasciae in Unembalmed Cadavers SPINE 2004;29(2):129-38

Vleeming A, Mooney V, Dorman T, Snijders C, Stoëckart R (Eds). Movement Stability & Low Back Pain. Churchill Livingstone, New York 1979:63

ABILITY WALL

PANNELLI FUNZIONALI componibili

Grazie alla combinazione di una vasta gamma di accessori, Rehab Wall è la zona ideale per ogni palestra.



Ottimizza gli spazi



Design Innovativo



Pratico e funzionale



Su misura per te



La sua versatilità permette di adattarsi e di sfruttare tutti gli spazi disponibili, mantenendo l'ambiente ordinato grazie ad un unico complemento d'arredo, pratico ed elegante



www.abilitygroup.it



commerciale@abilitygroup.it



041 5906636

1

SCEGLI LA STRUTTURA BASE

pannello

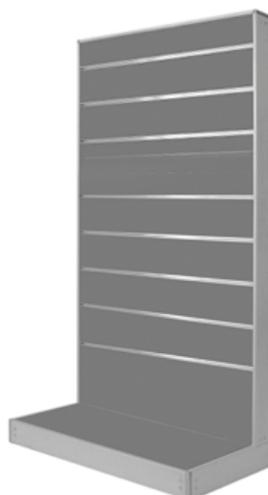
**APA067.1**pannello dogato da fissare a muro
cm 90 x 124

x2 pannelli

**APA067.4**x2 pannelli da 90 x 124 dogati da
fissare a muro - cm 90 x 248

Le strutture base sono antigraffio e sono disponibili in 10 colori diversi (profili esclusi).

Gondola h. 1,5 m

**APA067.2**Parete con pannello posteriore
liscio - cm 91 x 45 x 150 h

Gondola h. 1,85 m

**APA067.3**Parete con pannello posteriore
liscio - cm 91 x 45 x 185 h

2**SCEGLI IL COLORE CHE PREFERISCI****3****SCEGLI GLI ACCESSORI****Gancio Multiuso****APA067.13****Porta pallone S****APA067.5****Porta pallone L****APA067.6****Porta blister 20 cm****APA067.7****Porta blister 30 cm****APA067.8****x2 Appendini inclinat****APA067.9****Ripiano****APA067.10****Cassetto 19cm****APA067.11****Cassetto 44cm****APA067.12****Ripiano inclinato
cm 44x4x25****APA067.14**

*per
comunicare
le nostre idee
dobbiamo interagire
capire
e raccontare
esperienze
parlare
con te*



www.abilitygroup.it



info@abilitygroup.it



041 590 6636

Ability Group®

P.IVA 04216820268

Via Torricelli, 17 - 31021 - Mogliano V.to (TV)