

Unterschied zwischen **Vibrations** - und Wipp-Platten

Durch die innovative „Advanced-ultipending-Technologie“ beim Feel Well Board ist es jetzt möglich geworden, alle Vorteile des mechanischen Schwingungstrainings zu nutzen, ohne die besonders bei herkömmlichen „Vibrationsplattformen“ auftretenden unangenehmen Nebenwirkungen wie starke Kopfschüttungen in Kauf nehmen zu müssen.

Phasen der Behandlung

Einteilungsprinzip:

Rotation (Wippe mit flexibler Drehachse und resultierender 8-er Schwingung)

Charakter der Bewegungsumkehr:

Sanfter wegen zusätzlicher horizontaler Bewegung

Frequenzspektrum:

1-25 Hz

Dämpfungssaxen:

Transversale (senkrecht zur Hauptachse) und Sagittale (parallel zur Mittelachse) des Körpers

Muskuläre Dämpfungsmöglichkeiten:

Einleitungsbedingt zusätzlich noch die Adduktoren (heranziehende Muskulatur) und Abduktoren (abspreizende Muskulatur) sowie die tiefliegenden Rückenmuskeln (Lateralflexion/Rotation)

Besonderheiten des Sportboards Sichtbar **fit** und **erholt** durch:

- Aufbau und Stärkung der Muskeln
- Lösen von Verspannungen und Blockaden
- Beweglichkeit und Mobilisation der Gelenke
- Aufbau der Körperkraft und Bewegungssicherheit im Alter (Sturzprophylaxe)
- Stärkung des Beckenbodens
- Vorbeugung gegen Orangenhaut und Cellulite
- Unterstützung des Fettabbaus

Das Training mit dem Sportboard ist eine **Selbstzahlerleistung.**

Eine 15-minütige Behandlung kostet
17,50 €

Die Behandlung erfolgt in der Fachpraxis



Institut für Gesundheit und Wellness
Fachpraxis für Elektrotherapie & Krankengymnastik
RADERS

Brinkstraße 4 • D-37696 Marienmünster
Telefon: 05284/ 9429 161 • Fax: 05284/ 9429 077
Geschäftsführung: Josef Raders



Patienteninformation

Sportboard Therapie

Qionic-Board-Pro

Anwendung in der

Orthopädie

Neurologie

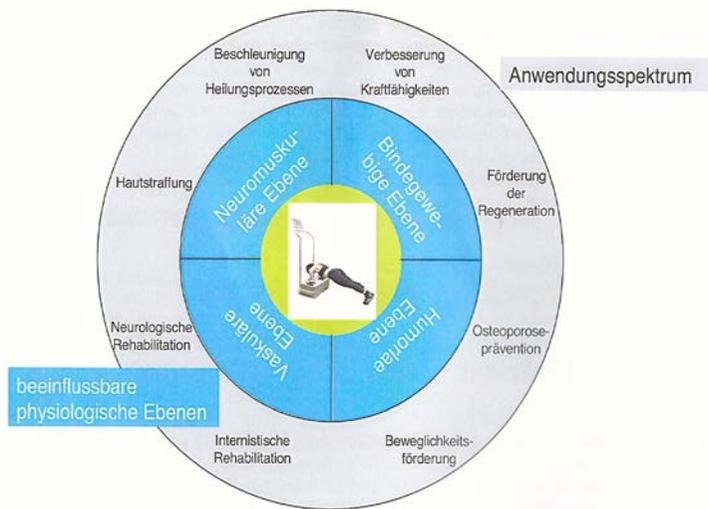
Innere Medizin

Wellness

Geriatric



Wirkung und Effekte mechanischer Schwingungen



Was bringt mir das Board-Schwingungstraining?

Die Schwingungsreize des Feel Well-Boards entfalten in wohldosierter Form:

- **Gesundheits - erhaltende**
- **Leistungs – steigernde**
- **Regenerations - fördernde und Figur – verbessernde Wirkungen**

Diese Wirkungen haben wiederum einen positiven Einfluss auf das allgemeine Wohlbefinden und die Lebensqualität.

Die kontrolliert eingeleiteten Board-Schwingungen lösen biopositive Reaktionen auf verschiedenen Körperebenen aus. Auf der Basis dieser Reaktionen resultiert das konkurrenzlos vielfältige Anwendungsspektrum der mechanischen Schwingungsreize.

Sportboard – Quionic Power to Relax Die neue Dimension für körperliche Fitness

Indikationsliste:

Lockerung/Beweglichkeit

- Lösen von Verspannungen (z.B. Nacken & Schultergürtel sowie LWS-Bereich)
- Förderung der Beweglichkeit durch reflektorische Muskelentspannung
- Mobilisierung von Gelenken
- Schmerzdämpfung durch Rezeptorenstimulation
- Lösen von Blockaden
- Lösen von Verklebungen

Kräftigung

- Hohe Intensität durch zusätzliche reflektorische Muskelkontraktionen
- Schonend für das Skelettsystem
- Stärkung der gelenkstabilisierenden Muskulatur
- Stärkung des Beckenbodens und der tiefen Rückenmuskulatur
- Muskelaufbau
- Knochenerhalt und Aufbau
- Stoffwechselaktivierung
- Sturzprophylaxe

Für körperliche Fitness und strahlendes Aussehen

Schönheit

- Förderung der Durchblutung
- Intensiver Muskelpumpeffekt
- Verbesserte Transportbedingungen für Nährstoffe und Atemgase
- Positiver Effekt auf Ödeme
- Cellulite-Vorbeugung
- Abbau von Orangenhaut

Kontraindikationen

- Akute und/oder entzündliche Veränderungen
- Herz-, Hirnschrittmacher
- Hohes Thromboserisiko
- Schwangerschaft
- Höhergradige Osteoporose mit Fraktur
- Schwere Diabetes
- Metall- und Keramikimplantate, die jünger sind als sechs Monate
- Stents und Bypässe, die jünger sind als sechs Monate
- Unbehandelter Bluthochdruck
- Schwere Herzinsuffizienz