

Η τεχνολογία EMS (Electro Muscular Stimulation - Ηλεκτρική Μυϊκή Διέγερση) εφαρμόζει ηλεκτρική διέγερση συγκεκριμένης μορφής IST (Impulse shift technology) και χαμηλής τάσης 0,06Watt RMS, σε 12 κανάλια ταυτόχρονα και κατευθείαν πάνω στους μύς προκαλώντας μυϊκή σύσπαση και χαλάρωση ακριβώς όπως συμβαίνει με τη φυσιολογική άσκηση.

Κατά τη διάρκεια της άσκησης ο εγκέφαλος στέλνει σήματα με τη μορφή ηλεκτρικών παλμών, τα οποία διαδίδονται προς τις κινητικές μονάδες των μυών μέσω του νευρικού συστήματος. Η μέθοδος της ηλεκτρικής μυϊκής διέγερσης όταν συνδυάζεται με ενεργητική άσκηση που συνίσταται από τον προπονητή, ενισχύει τη μυϊκή ενδυνάμωση και το μυϊκό τόνο.

Επειδή όλες οι μυϊκές ομάδες ασκούνται την ίδια στιγμή, η μέση διάρκεια μιας συνεδρίας μειώνεται στο 1/6. Χάρη στους ηλεκτρικούς παλμούς της συσκευής προκαλούνται 30-40 μικροσυσπάσεις ανά δευτερόλεπτο σε όλους τους μύς.

Οι ταυτόχρονες ασκήσεις επιτείνουν και ενισχύουν ακόμα περισσότερο τους μύς που είναι ήδη σε σύσπαση, όπου η συνολική επίδραση μεταφράζεται σε περίπου 36.000 συσπάσεις σε όλο το σώμα σε μόνο 20 λεπτά προπόνησης.

Δηλαδή δέκα φορές μεγαλύτερη αποτελεσματικότητα.

25 Λεπτά άσκηση

Αυτή είναι η καλύτερη μέθοδος που έχω γνωρίσει για κάψιμο λίπους και συνολική άσκηση όλου του σώματος.

Alejandro Tous, ηθοποιός



Η συσκευή e-fit 2080 ενσωματώνει μοναδικά χαρακτηριστικά, όπως την τεχνολογία IST και τα ηλεκτρόδια FCPE (Flexi Carbon Plate Electrodes) για ασφαλή και αποδοτική πολυκάναλη εφαρμογή. Συνοδεύεται από τεχνικό ρουχισμό που ενσωματώνει 10 ζεύγη ηλεκτροδίων και σύγχρονο κέντρο ελέγχου για τη ρύθμιση όλων των παραμέτρων κατά την προπόνηση.

Ο τεχνικός ρουχισμός, ένα ειδικό γιλέκο και ένα ειδικό σορτς είναι κατασκευασμένα από ελαφριά και αντι-βακτηριδιακά υλικά, εύκολα να καθαριστούν, αεριζονται και είναι σχεδιασμένα να συγκρατούν στις σωστές θέσεις τα ηλεκτρόδια για τη διέγερση. Τα ηλεκτρόδια και τα καλώδια είναι πιστοποιημένα για θεραπευτικές εφαρμογές και φυσικοθεραπεία.

Η τεχνολογία της E-Fit είναι η μόνη που έχει πιστοποιηθεί σαν αναγνωρισμένη θεραπευτική μέθοδος από τον Αμερικάνικο Οργανισμό FDA.

Ο στόχος είναι η γνωριμία και η παρουσίαση στον κόσμο, των πλεονεκτημάτων της τεχνολογίας για όλες τις ηλικίες και κάθε αθλούμενο που του αρέσουν τα σπορ και η άθληση, είτε είναι για παράδειγμα καταξιωμένος αθλητής, είτε πολυάσχολος επιχειρηματίας, είτε ανήκει στην ευπαθή ομάδα.

Προγράμματα Άσκησης

- Βελτίωση λεμφικής κυκλοφορίας/θεραπεία κυτταρίτιδας
- Γράμμωση μυών
- Κάψιμο λίπους/ ενεργοποίηση μεταβολισμού
- Body building/ Σωματοδόμηση
- Στοχευμένη μυϊκή ενδυνάμωση
- Μυϊκός τόνος κι αποκατάσταση μετά τον θηλασμό
- Βελτίωση στάσης σώματος και ενδυνάμωση ραχιαίων μυών/ φυσική αποκατάσταση
- Χαλάρωση/αποθεραπεία



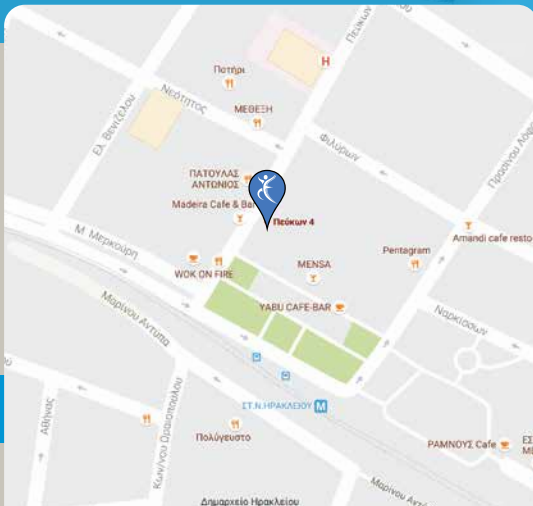


Απευθύνεται

Ανεξαρτήτως ηλικίας και φύλου σε όποιον:

- ☛ θέλει να γνωρίσει έναν νέο, καινοτόμο και αποτελεσματικό τρόπο άσκησης
- ☛ είναι επαγγελματίας αθλητής και θέλει να αυξήσει την απόδοσή του
- ☛ θέλει να γυμναστεί αλλά έχει περιορισμένο χρόνο
- ☛ θέλει να βελτιώσει την εξωτερική του εμφάνιση για να αισθάνεται καλύτερα
- ☛ πάσχει από παχυσαρκία
- ☛ είναι μια νέα μητέρα που θέλει να σφίξει το σώμα της/έχει πρόβλημα κυτταρίτιδας
- ☛ υποφέρει από προβλήματα μέσης λόγω κακής στάσης σώματος
- ☛ θέλει να ενδυναμώσει τους ασθενείς μύς του
- ☛ υποφέρει από προβλήματα αρθρώσεων/ μυοσκελετικά

30%
έκπτωση
Στο πρώτο
πακέτο γνωριμίας



Πεύκων 4, Νέο Ηράκλειο
Τηλ: 213 0433165
www.namaste-fit.gr
info@namaste-fit.gr

 /Namaste-fit



MOVE WITH TECHNOLOGY

www.namaste-fit.gr

Πεύκων 4, Νέο Ηράκλειο

Τηλ: 213 0433165