

# Gerätevergleich auf einen Blick

Unsere qualitativ hochwertigen Rebounder haben eines gemeinsam: Ausgesuchte Komponenten aus erstklassigen Materialien und beste Verarbeitung gewährleisten eine harmonische, runde Schwingung. Viele der segensreichen Effekte können Sie daher bei individuell angepasstem Training auf allen Geräten erfahren.

- Herz-Kreislauf-Training ohne Überlastung
- allgemeines Muskeltraining durch zyklisches An- und Entspannen aller Muskeln (Venentraining)
- Entschlackung und Versorgung des Bindegewebes
- Gewichtskontrolle durch Aktivierung des Stoffwechsels
- Bodyforming
- Training und Gymnastik für die Rückenmuskulatur
- Stärkung und Schmierung der Gelenke
- Stärkung der Knochen
- Vorbeugung gegen Osteoporose
- Aktivierung des Stoffwechsels und der Bandscheiben durch Be- und Entlastung
- Training von Koordination und Balancefähigkeit
- Lymphdrainage durch Pumparbeit der gesamten Muskulatur
- Stärkung des Immunsystems
- Linderung von Allergien
- Schutz vor Diabetes (Typ 2) durch moderate Bewegung
- Verbesserung der Verdauung
- schneller Stressabbau
- Steigerung der Konzentration
- Aktivierung des Energieflusses
- feinste Dosierbarkeit der Trainingsintensität in der Rehabilitation und Therapie
- Spass und Freude an der Bewegung

Auf den Modellen **DYNAMIC / ATHLETIC\*** schwingen Sie mit einer hohen Frequenz. Sie sinken nur wenig in die Matte, dadurch ergeben sich kurze Bremswege. Diese Geräte eignen sich besonders für intensives Herz-Kreislauf- und Konditionstraining, zum Training der Schnellkraft, für Aerobic, Rhythmus, Tanz, bei Gleichgewichts- und statischen Problemen. (Instabilität der Gelenke, Haltungsfehler etc.).

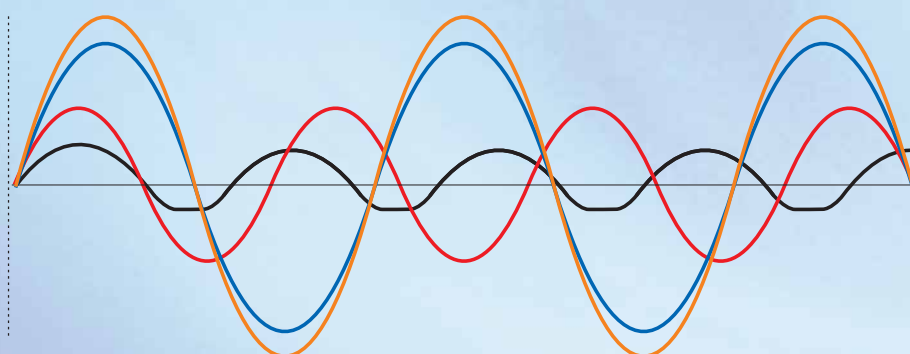
Auf dem Modell **MEDI-SWING\*** sinken Sie tiefer in die Matte hinein und werden durch eine niedrigere Schwingungsfrequenz weicher abgebremst. Die Belastung auf Gelenke und Rücken ist besonders gering. Es eignet sich bei Rücken-, Bandscheiben- und Gelenksbeschwerden sowie für Menschen, die in Schuhen trainieren müssen.

Das Modell **BELLICON\*** ist die ideale Mischung aus den beiden oben aufgeführten Reboundern. Auf diesem Gerät schwingen Sie besonders dynamisch, aber trotzdem weich und elastisch. Daher ist es auch bei Kindern sehr beliebt. Die Beschleunigungskraft ist grösser als auf dem Medi-Swing. Das Modell bellicon eignet sich also sowohl für dynamisches und rhythmisches wie auch für besonders rücken- und gelenkschonendes Training.

\*Alle Rebounder-Modelle eignen sich für die **DYNAMIC REBOUNDING Bewegungsmassage mit Therapeut/in oder Partner/in**.

## Billig-Geräte

in schlechter Qualität haben eine unelastische, harte Schwingungsfrequenz. Die Schwingung ist nicht harmonisch. Es treten – wie beim Joggen – kontraproduktive Belastungsspitzen für die Gelenke und Bandscheiben auf! (Siehe schwarze Kurve.)



## Schwingungs- und Amplitudenvergleich

bei ca. 90 kg Körpergewicht

- Modell bellicon 1,12 m (90/min., 32 cm)
- Modell Dynamic (120/min., 15 cm)
- Modell Medi-Swing 1.00 m (90/min., 28 cm)
- Billig-Geräte (140/min., 11 cm)

Wir bedanken uns bei der Firma bellicon für das uns zur Verfügung gestellte Fotomaterial und die grossen Bemühungen, auch soziale, ethische und ökologische Werte in die Produktion der qualitativ hochwertigen Rebounder einfließen zu lassen.

Ihr Fachhändler berät Sie gern:



**CHI-ZENTRUM**

Badenerstrasse 21, CH-8953 Dietikon  
Tel. +41 (0)44 741 22 06, Fax +41 (0)44 741 22 15  
www.chi-zentrum.ch, e-mail: info@chi-zentrum.ch