



A levegő ellenállás tudománya a mozgás szolgálatában.

Miért használjunk pneumatikus ellenállást?

FUNKCIONÁLIS EDZÉS

Az edzés csak akkor tekinthető funkcionálisan is működőképesnek, ha a felépítéséhez szükséges megfelelő ellenállás mellett, gyorsasággal is történik.

A 90-es évek közepén a NASA felismerte a Keiser-ben rejlő lehetőségeket ill. technológiát, és partnerséget kezdeményezett. A cél, olyan eszköz fejlesztése volt, amely korlátozza az izomzatot érő artrófiát a hosszú távú úrrepüléseken.

Ma már a kormányzati szervek világszerte, használják a Keiser és Woodway termékeket, beleértve az Egyesült Államok fegyveres erőit (pl.: haditengerészet, tűzoltóság, rendőrség és a légierő is)

BIZTONSÁG

Keiser és a Woodway olyan termékeket hozott létre, amelyek az ízületek és a kötőszövet túlterhelése nélkül foglalkoztatják az izmokat és a teljes kötőszöveti állományt.

Igy a sérülésektől való félelem nélkül az egyéni teljesítőképesség határáig kitolhatjuk a teljesítmény fokozását.



Az elmúlt négy évtizedben a Keiser világszerte forradalmasította a rendvédelmi szervek, profi sportolók és rehabilitációs szakértők edzésmódszereit, amit az emberi teljesítőképesség két komponensének összehangolásával sikerült megvalósítania.

Az erő amit kifejtünk és a sebességet amin, ezt az erőt kifejtjük.

Erő x Sebesség = WATT (Teljesítmény)

A teljesítmény fokozása korábban a hagyományos lapsúlyos, tárcsás eszközök használatára korlátozódott. Az erő és a sebesség komponensének növelésével a teljesítmény is nőtt, de a sérülés veszélyével együtt. A kockázat ellenére és mert egyéb alternatíva nem állt rendelkezésre, a lapsúlyos eszközök váltak elfogadottá az edzőtermekben és a rehabilitációs központokban.

POWER Racks



SPEED UP YOUR PROGRESS
PURE >> SPORTS

Keiser Warrior



Pneumatika

Ez az egyszerű ötlet, hogy lapsúly helyett levegőt “pumpáljunk”, lehetővé tette az edzők és terapeuták számára, hogy bármely sebesség mellett, állandó ellenállással tudják edzeni és rehabilitálni a sportolókat mindezt anélkül, hogy sokkhatást gyakorolnának az ízületekre és kötőszövetekre.

A teljesítmény fokozás ezen módszere új mércét állított fel a hagyományos gondolkodás korlátaival szemben és kiterjesztette a lehetőségeket a teljesítménysport és a rehabilitáció területén is.



INFINITY

Series

Hogyan segít hozzá az eredményesebb teljesítményfokozáshoz?

- ✓ Mivel a levegőellenállással működő erőfejlesztő eszközök függetlenítik az erő kifejtést a lendülettől, ezért bármilyen mozdulat sebesség mellett lehetővé teszik az állandó ellenállással szembeni munka végzést.
- ✓ Az excentrikus fázisban egyes gyakorlatoknál akár 30 %-kal nagyobb teljesítményjavulást érhetünk el.
- ✓ Sérüléstől való félelem nélkül végezhetünk robbanékony mozgásokat.
- ✓ Hely- és helyváltoztató gyakorlatokat, lerövidítve ezzel az erőnövelés folyamatát.
- ✓ Kiterjedt tudományos tesztelési eljárások állnak rendelkezésre a pontos egyéni erőszintek megállapításához.



SPEED UP YOUR PROGRESS
PURE >> SPORTS



SPEED UP YOUR PROGRESS
PURE >> **SPORTS**

Köszönöm a figyelmet!