

VIBRAFIT®

... schnell, effektiv,
in nur 10 Minuten
zum Erfolg



Sie leiden unter ...

- Cellulite
- Übergewicht
- Wassereinlagerungen
- Falten
- Krampfadern
- Besenreiser
- Bindegewebsschwäche
- Stoffwechselstörungen
- Durchblutungsstörungen
- Rückenschmerzen
- Gelenkschmerzen
- Bandscheibenschädigung
- Lähmungen
- Muskelschwäche
- Verspannungen
- Muskelschwund
- Multiple Sklerose
- Kontrakturen
- Osteoporose



VIBRAFIT-Trainingseffekte ...

- Gewebestraffung
- Aufbau von Muskelkraft
- Aufbau von Kraftausdauer
- Abbau von Cellulite (bis 30 %)
- stärkere Blutzirkulation
- Lymphdrainage
- Erhöhung der Knochendichte
- Entschlackung
- höhere Fettverbrennung
- höhere Beweglichkeit
- Schmerzlinderung
- lösen von Verwachsungen
- enorme Zeitersparnis
- Stretchingeffekte
- höhere Flexibilität
- verbesserter Stoffwechsel
- lösen von Verspannungen
- Verbesserung der Koordination

Fitness

Das Training auf der VIBRAFIT-Plattform ist ideal für Frauen und Männer mit wenig Zeit und viel Streß. VIBRAFIT ist die zeitsparende Lösung für Untrainierte, Leistungssportler sowie für Personen mit Problemzonen oder Übergewicht jeder Altersgruppe.

VIBRAFIT steigert die Wirkung des Fitnessstrainings und bringt darüber hinaus Spaß und Abwechslung ins Trainingsprogramm.

Die Vibrationsplattform ermöglicht ein effektives Ganzkörpertraining, aber ebenso ein Entspannungstraining mit Massageeffekt. Mit VIBRAFIT ist ein individuelles Einzel- oder Gruppentraining möglich, abgestimmt auf Lust und Zeit des Anwenders.



Wellness

Passive Ganzkörpertrainings und erholsame Massagen führen zur völligen Entspannung für Körper und Geist.

Die Massagen auf der VIBRAFIT-Plattform lösen Verklebungen und sorgen für bessere Mobilität der Gewebeschichten. Cellulite wird nachweislich bis zu 30 % reduziert. VIBRAFIT stimuliert die Fettverbrennung und verbessert das Hautbild nachhaltig.



Leistungssport

Der Leistungssportler nutzt die VIBRAFIT-Platte fürs Krafttraining. (Kraftausdauer, Maximalkraft, Koordination und Beweglichkeit werden verbessert.)

Beim VIBRAFIT-Training werden annähernd 100 % aller Muskelfasern in allen Muskelgruppen erreicht. Das fördert das Ansteigen der Maximalkraft, Schnellkraft und Kraftausdauer. VIBRAFIT dient außerdem

für die Rehabilitation bei Verletzungen und als Entspannungsmassage.



Medizinische Behandlungen

Die Biomechanische Muskel Stimulation wird bei medizinischen Behandlungen sehr vielseitig eingesetzt.

Die Behandlung mit der VIBRAFIT-Plattform dient zur Kräftigung der Muskulatur, zur Verbesserung von Mobilität, zur Förderung der Durchblutung, zur Lymphdrainage und unterstützt die Schmerzlinderung.

Immer erfolgreicher wird VIBRAFIT in der Rehabilitation (z. B. nach Operationen) eingesetzt.

Besonders empfehlenswert ist die Anwendung bei Osteoporose, hier konnte eine signifikante Zunahme der Knochenmineraliendichte verzeichnet werden. Dies belegen auch neueste wissenschaftliche Studien.

Das Prinzip von VIBRAFIT

VIBRAFIT ist eine vibrierende Trainingsplattform, die als Ganzkörpertraining für alle Alters- und Leistungsklassen geeignet ist.

Das individuelle Trainingsprogramm ermöglicht es für jeden den optimalen Trainingsplan zu erstellen, egal ob jung oder alt, krank oder gesund, untrainiert

oder leistungsorientiert. Bei der Biomechanischen Muskel Stimulation werden mechanische Schwingungen von der Vibrationsplatte auf den Körper übertragen. Dadurch wirkt ein Mehrfaches des Körpergewichtes an Energie auf den Körper. Das ermöglicht es, Beine, Bauch, Po, Arme und Ober-

körper gleichzeitig und gleichmäßig in nahezu jeder Position (stehend, liegend, sitzend, knieend, ...) zu trainieren.

Mit dem einzigartigen Chip-Karten-Programm sind Einzel- sowie Gruppentrainings möglich. In nur 10 Minuten wird der gesamte Körper trainiert, da sich Muskeln und Sehnen im schnellem Tempo zusammen ziehen

und wieder lockern. Durch die hohe Effektivität und die Massenstimulation vieler Muskelbereiche gleichzeitig, erreichen Sie in nur 10 Minuten den gleichen Trainingseffekt wie in 1,5 Stunden anstrengendem Training! Zusätzlich trainieren Sie Muskeln, die durch konventionelles Training nicht erreicht werden!



Trainingsgutschein

**Berechtigt zum
Kennenlerntraining
auf der VIBRAFIT-
Trainingsplattform**



Pro Person ist nur ein
Gutschein einlösbar.
Kann nicht in bar ausgezahlt
werden.

www.vibrafit.de