



FREESTYLER™

PROFESJONALNY PRZYRZĄD TRENINGOWY



FUNCTIONAL DYNAMICS™

WWW.OLIMPFITNESS.PL

My pokazaliśmy kierunek... ...Ty zrób resztę.



FREESTYLER™ powstał z potrzeby poprawienia jakości stylu życia oraz wykorzystania w praktyce swobodnych i naturalnych ruchów.

Zespół badań i rozwoju Freestyler

Główną zaletą ćwiczeń na FREESTYLER™ jest możliwość wykorzystania wieloosiowych ruchów.



FREESTYLER™ jest przeznaczony do efektywnego treningu wszystkich mięśni ciała.

Ten sposób ćwiczeń przewyższa wszystkie metody, z którymi miałeś do tej pory do czynienia.

System ćwiczeń FREESTYLER™ jest rewolucyjną metodą treningową, opartą na ponad trzech latach badań naukowych, opracowaną przez najlepszych ekspertów.

W wyniku tej pracy powstała bardzo metodyczna, systematyczna i logiczna technika treningowa o nazwie FUNKCJONALNA DYNAMIKA™, będąca główną cechą FREESTYLER™.

SZEROKI ZAKRES REGULACJI

Cały FREESTYLER™ można w pełni dostosować do Twoich potrzeb, zdolności i wielkości ciała. Jest to jedyne urządzenie na świecie, oferujące możliwość pełnego dopasowania do własnych wymagań.



UCHWYTY

W zestawie znajduje się para regulowanych obrotowych uchwytów z możliwością dostosowania do wzrostu użytkowników, o komfortowym, miękkim wykończeniu.



OBEJMY NA KOSTKI

Dodatkowo zestaw obejmuje miękkie i regulowane obejmy na kostki, które są gładkie i delikatne dla skóry. Nawet nie poczujesz, że ich używasz.

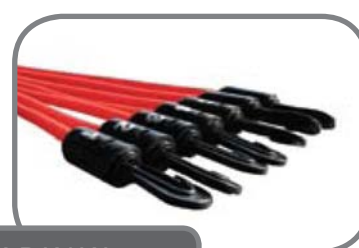


SKŁADANA MATA

Specjalnie zaprojektowana, składana na pięć części mata treningowa pozwala na różne zastosowania i konfiguracje, zależnie od pozycji ciała, niezależnie czy leżysz, siedzisz, czy klęczysz.



Zestaw FREESTYLER™ obejmuje:
 1x płytę podstawową FREESTYLER™
 14x zestaw elastycznych linek (siła 1-7)
 2x obejmy na kostki
 2x uchwyty
 1x składaną matę (200x60)
 1x torbę do przechowywania



KARABINKI

Specjalnie zaprojektowane karabinki są wykonane z jakościowych materiałów dla bezpieczeństwa i trwałości.

SZEROKI ZAKRES USTAWIEŃ

FREESTYLER™ dopasowuje się do ciebie, powtarzając twe ruchy we wszelkich możliwych kierunkach. Oznacza to, że w każdym punkcie ruchu istnieje opór. Każdy ruch się liczy!

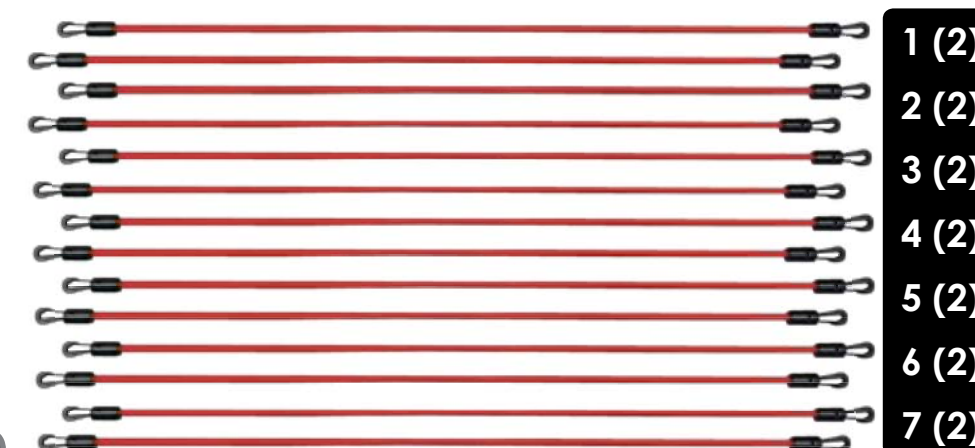


HIPERBOLOIDY

Dwie obrotowe hiperboloidy są specjalnie zaprojektowane dla gładkiego i równomiernego przenoszenia siły, wytwarzanej przez gumowe linki (możliwość optymalnego zwiększenia zakresu). Linki zawsze powracają do pozycji wyjściowej, nawet przy stosowaniu podczas treningu skrajnych pozycji.

ANTYPOŚLIZGOWA POWIERZCHNIA ...
ANTYPOŚLIZGOWE PODKŁADKI

Specjalnie tłoczona siatka zapobiega poślizgowi podczas stania na Freestyler. Miękkie podkładki pod płytą umożliwiają jej pozostanie na miejscu.



ELASTYCZNE LINKI

Zestaw obejmuje siedem par wysokiej jakości elastycznych linek, pozwalających na osiąganie krok po kroku coraz większego oporu, co jest jedną z podstawowych zasad każdego treningu. Te wytrzymałe linki wykorzystują technologię zapobiegającą pękaniu, posiadają też mechanizm regulacji długości.



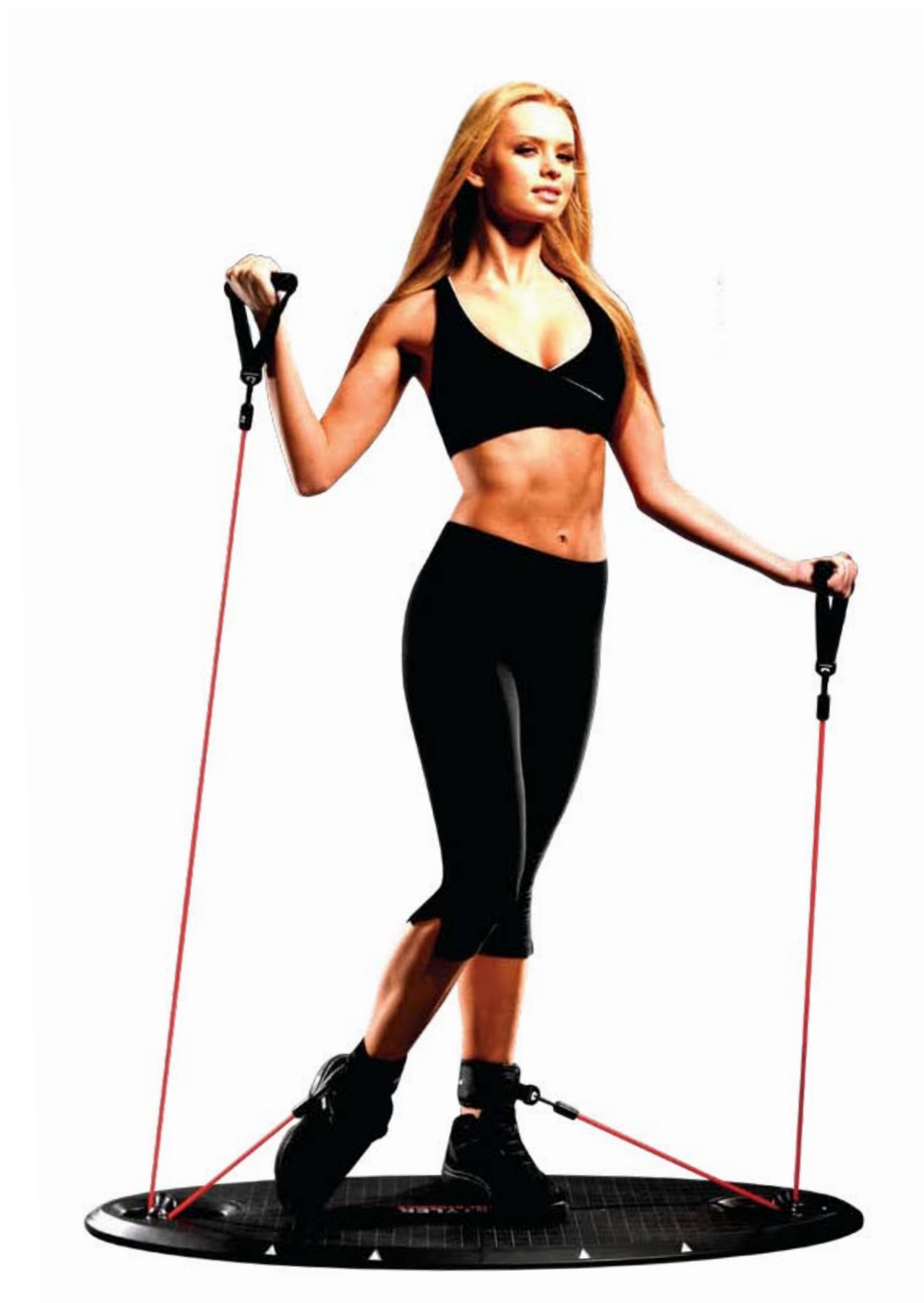
FUNKCJONALNA DYNAMIKA™

Funkcjonalny trening prowadzi do lepszej równowagi mięśniowej i stabilności stawów, zmniejszając ilość kontuzji i poprawiając indywidualne osiągnięcia w sporcie. Korzyści te wynikają z wykorzystania treningu, uwypuklającego naturalne możliwości ruchowe organizmu w trzech płaszczyznach.

Maszyny często mogą być bezpieczniejsze w użyciu, jednak ograniczają ruch do jednej płaszczyzny, co jest dla organizmu nienaturalne i może prowadzić do nieprawidłowych wzorców ruchowych lub kontuzji.

FUNKCJONALNA DYNAMIKA™ jest techniką wdrożoną w systemie treningowym FREESTYLER™. Jest ona wyjątkowa, gdyż obejmuje naturalne i funkcjonalne wieloosiowe ruchy w trzech płaszczyznach, co jest wydajniejszą i bardziej użyteczną metodą ćwiczeń.

Od teraz ... liczy się każdy ruch!



Wskakuj ... zostań Freestylerem!

CIĄGŁY BIEG ĆWICZENIA

Sposób, w jaki elastyczne linki są mocowane, zapewnia ciągły bieg ćwiczenia. Oznacza to, że możesz przechodzić od jednego ćwiczenia do innego bez zmiany urządzenia lub znaczącej zmiany pozycji ciała. Układy treningowe w powiązaniu z muzyką zapewniają płynne przejścia pomiędzy ćwiczeniami, co gwarantuje ciągłą intensywność ruchu.

PODSTAWOWE ZASADY TRENINGU

Zasady treningu wywodzą się z wiedzy o ludzkim ciele i jego reakcjach na działanie mięśni szkieletowych. Zawsze należy brać pod uwagę siedem „uświęconych” zasad ćwiczeń. Zasady te są częścią wszystkich programów treningowych: przeciążenie, regeneracja, specyficzność, adaptacja, indywidualność, okresowość i planowanie.

MAKSYMALNY ZAKRES RUCHU

FREESTYLER™ pozwala na osiągnięcie maksymalnego pobudzenia mięśni i większych przyrostów siły. Technika FUNKCJONALNEJ DYNAMIKI™ w FREESTYLER™ przewyższa klasyczne metody treningowe, gdyż symuluje pełny zakres naturalnych ruchów ciała.

ZAPEWNIONA RÓWNOWAGA MIĘŚNIOWA

Wszystkie układy choreograficzne systemu treningowego FREESTYLER™ są opracowane w sposób zapewniający zrównoważoną siłę mięśni w płaszczyźnie poprzecznej (lewa – prawa), równowagę mięśni agonistycznych i antagonistycznych, będącą równowagą pomiędzy mięśniem pracującym i mięśniem po przeciwnej stronie stawu, a także równowagę między górną i dolną częścią ciała. Jest to szczególnie ważne, gdyż nieprawidłowa równowaga mięśniowa zalicza się do najczęstszych kontuzji związanych ze sportem.

NATURALNE I FUNKCJONALNE RUCHY TRÓJWYMIAROWE I WIELOOSIOWE

Codzienny naturalny ruch wymaga poruszania się we wszystkich kierunkach. Ćwiczenia zmuszające nas do ruchów pojedynczych stawów w kierunku jednej osi są po prostu mniej efektywne i przydatne, i czasem mogą powodować urazy tych stawów. W przeciwieństwie do nich FREESTYLER™ pozwala na trening przy użyciu naturalnych ruchów ciała.

STABILNOŚĆ PODSTAWOWA

Celem treningu stabilności podstawowej jest efektywne angażowanie mięśni tułowia i nauka kontroli pozycji lędźwiowej części kręgosłupa podczas ruchów dynamicznych. Gdy „mięśnie podstawowe” są słabe lub nie posiadają równowagi, powszechnym skutkiem ubocznym jest ból pleców. Z definicji głębokie mięśnie tułowia działają jak stabilizatory, nie biorąc udziału w wytwarzaniu ruchów. Właściwości te leżą u podstawy treningu głębokich mięśni tułowia we wszystkich programach systemu ćwiczeń FREESTYLER™.

TECHNIKI WIZUALIZACJI

Olbrzymią zaletą wizualizacji jest fakt, iż jedynie po wyobrażeniu sobie działania pojawia się aktywność neuronów, tak jakby działanie było wykonywane w rzeczywistości. Daje ona też instruktorowi potężne metodologiczne narzędzie dla poprawy techniki osób uczestniczących w zajęciach.

SYNCHRONIZACJA TRENINGU CAŁEGO CIAŁA

Pierwszą i najbardziej oczywistą korzyścią jest koordynacja całego ciała, możliwa jedynie dzięki współpracy wielu czynników. Kluczem do takiej synchronizacji jest integracja. Polega ona na nauczaniu wszystkich mięśni współpracy, a nie izolowania i niezależnej pracy.

RÓŻNE RODZAJE SKURCZÓW MIĘŚNI

Nauka o ćwiczeniach fizycznych dowiodła, że ćwiczenie w warunkach mimosiłowych jest wydajniejsze od ćwiczenia tylko w warunkach koncentrycznych. Korzystną cechą elastycznego oporu jest równowaga pomiędzy tymi dwoma metodami.

TRENING PROPRIOCEPTYWNY

Począwszy od wyjściowego dążenia do osiągnięcia celów rehabilitacji, treningi proprioceptywne odgrywają obecnie ważną rolę w zapobieganiu urazom (zwłaszcza stawu skokowego, kolanowego i ramienia) oraz w poprawianiu siły, statyczności kręgosłupa i jakości kontroli ruchu. W przypadku młodych ludzi celem jest przygotowanie do poważniejszego treningu siłowego, a w przypadku starszych – zapobieganie urazom i rozwinięcie funkcjonalnej siły i koordynacji.





TRENING GRUPOWY

Kompletne rozwiązanie dla ośrodków fitness z układami choreograficznymi przy muzyce, dla dużej różnorodności treningów wysokiej jakości.



Zacznij od naszych niezwykłych programów na DVD, które są zabawne i proste w użyciu. Znajdziesz tam cały zakres w jednym miejscu: urządzenie, programy, koncepcję, edukację....



FREESTYLER™ może być używany jako niezależny program ćwiczeń choreograficznych przy muzyce, lub jako rozwinięcie już istniejących treningów, a instruktor może wykorzystać go do wzmacniania różnych grup mięśniowych.



CYKL KSZTAŁTOWANIA CIAŁA FREESTYLER™ (6 - 8 miesięcy)

Każdego roku reżyserzy programów FREESTYLER™ tworzą nowe układy choreograficzne. Biorą pod uwagę najnowsze osiągnięcia nauki o ćwiczeniach, polegając też na dogłębnym zrozumieniu, jak dobrze przygotowany program treningowy powinien wyglądać. Programy te różnią się intensywnością, dynamiką, złożonością ruchów oraz docelowymi korzyściami.



FUNKCJONALNA DYNAMIKA
łączy schematy trójwymiarowych, wieloosiowych funkcjonalnych ruchów w zabawny, prosty, bezpieczny i wydajny układ treningowy.
TRENING FUNKCJONALNY (6 – 8 tygodni)



RUCHY MOCY
Obejmuje wolniejsze i mniej wymagające choreograficzne układy, połączone w celu osiągnięcia siły i stabilności.
TRENING OBWODOWY (6 – 8 tygodni)



EFEKT OGÓLNY
obejmuje choreografię w stylu aerobiku dla kształtowania ciała i intensywnego spalania kalorii.
TRENING INTERWAŁOWY (6 – 8 tygodni)



SZALEŃSTWO LATINO
obejmuje prawdziwe elementy tańców latynoamerykańskich dla przyjemności tańca i solidnego treningu.
TANECZNY TRENING KARDIO (6 – 8 tygodni)

START

CYKL KSZTAŁTOWANIA CIAŁA FREESTYLER™ (6 - 8 miesięcy)

META

JAK TO DZIAŁA?

Każdy ośrodek fitness rozpoczyna od **FUNKCJONALNEJ DYNAMIKI** (treningu funkcjonalnego), służącej jako wprowadzenie. Po 6 – 8 tygodniach (zależnie od grupy i instruktora) program zmienia się na **RUCHY MOCY** (trening obwodowy).

Gdy uczestnicy osiągną dostateczną siłę, nadchodzi czas przejścia do **EFEKTU OGÓLNEGO** (treningu interwałowego), który daje siłę i wytrzymałość kardio, tworząc połączony efekt. Na koniec cyklu kształtowania ciała nadchodzi pora **SZALEŃSTWA LATINO**, tworzącego atmosferę zabawy i będącego wydajnym treningiem kardio, spalającym ostatnie, niechciane zapasy tłuszczu.



PROGRAMY DLA SPECJALNYCH GRUP DOCELOWYCH

Te dwa specjalne programy mogą być stosowane niezależnie w celu poprawienia techniki pilates lub zaspokojenia specjalnych potrzeb osób starszych.



PILATES
obejmuje wolne i skupione układy choreograficzne, zwiększające stabilność podstawową i świadomość ciała.
DLA FANÓW PILATES

OSTEONAPRAWA
obejmuje ćwiczenia podpierające i oporowe, wzmacniające kości i mięśnie.
DLA OSÓB STARSZYCH

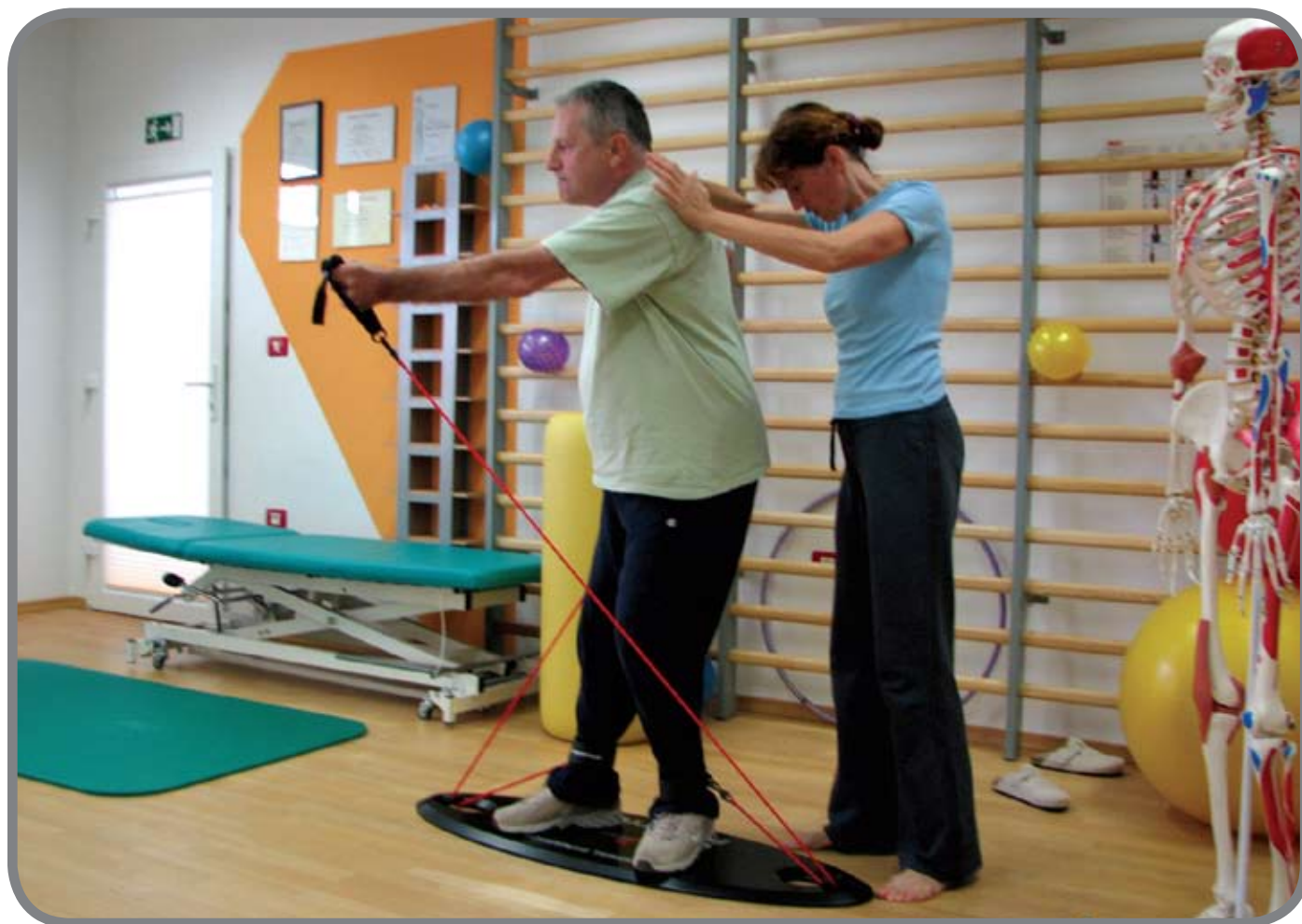
Uwolnij umysł ... uwolnij swe ruchy

Od teraz ... liczy się każdy ruch



REHABILITACJA

Wspaniałe narzędzie dla rehabilitantów lub użytkowników indywidualnych, ćwiczących w domu po urazach.



Zawodowi fizjoterapeuci mogą stosować FREESTYLER™ w codziennej pracy. Mogą wykorzystać ponad 200 modyfikowanych wieloosiowych ćwiczeń PNF, umożliwiających szybką i wydajną rehabilitację funkcjonalną. Mogą one być stosowane w istniejących programach lub w połączeniu z innymi urządzeniami.

EASY PNF™

REHABILITACJA FUNKCJONALNA

jest efektem trzech lat badań i rozwoju w dziedzinie ćwiczeń PNF, uzupełnionych o elastyczny opór.

Grupa fizjoterapeutów i naukowców o międzynarodowej renomie, a także innych ekspertów fizjoterapii i treningów sportowych pracowała intensywnie przez ponad trzy lata w celu stworzenia EASY PNF™, z zamiarem uczynienia techniki PNF powszechniejszą i wyjątkowo prostą w użyciu.



System EASY PNF™ wykorzystuje przejrzysty i logiczny przegląd wzorców PNF, uwypuklenie pojedynczych stawów i modyfikacje (bilateralne, symetryczne, ...) wraz z czytelnymi objaśnieniami wszystkich elementów ruchu, a także inne elementy.



Najważniejszym dodatkiem do istniejącej bazy wiedzy o PNF jest unikalne przeniesienie wzorców PNF, wykonywanych przez fizjoterapeutę na wzorce PNF, wykonywane przy użyciu elastycznego oporu FREESTYLER™.



PEŁNE WSPARCIE

Bogate zaplecze teoretyczne zintegrowane w systemie EASY PNF™.

Wszechstronna kolekcja DVD z ćwiczeniami PNF i programami rehabilitacyjnymi pozwala na szybkie i bezpieczne pozyskiwanie wiedzy.

Stály serwis techniczny, wsparcie teoretyczne i konsultingowe.

FREESTYLER™ jest bardzo wydajnym urządzeniem o starannie opracowanych programach treningowych dla wzmocnienia mięśni, poprawienia koordynacji i równowagi, a także ułatwienia pacjentom efektywnego powrotu do codziennej aktywności.

SYSTEM FUNKCJONALNEJ REHABILITACJI FREESTYLER™ oferuje wspaniałą możliwość pełnych programów rehabilitacji krok po kroku. Nasz system pozwala terapeutom zaoszczędzić czas i pieniądze oraz zwiększyć jakość procesu rehabilitacji.



Fizyczne zaangażowanie fizjoterapeuty ulega zmniejszeniu, gdyż FREESTYLER™ przejmuje zewnętrzny progresywny opór, umożliwiając mu skupienie się na właściwym wykonaniu ćwiczeń i kontroli ruchów pacjenta.



Ponad 200 modyfikowanych wieloosiowych wzorców PNF umożliwia szybką i wydajną rehabilitację funkcjonalną. Fizjoterapeuta ma możliwość przygotowania nowych programów treningowych, które mogą być wykonywane przez pacjenta w domowym zaciszu.



Motywacja pacjenta ulega zwiększeniu dzięki użyciu nowego gadżetu, ze względu na świeże podejście i nieskończone możliwości rozmaitych ćwiczeń.



FREESTYLER™ może być łączony z innymi urządzeniami rehabilitacyjnymi, co zapewnia dodatkowe możliwości i rozmaite kombinacje ćwiczeń. Pozwala to na twórcze podejście i nowe sposoby pracy dla każdego zawodowego terapeuty.

REHABILITACJA FUNKCJONALNA DO UŻYTKU DOMOWEGO

Kompletny sposób na rehabilitację w domu w jednym miejscu

OSOBY STARSZE

(WZMACNIANIE I ZAPOBIEGANIE UPADKOM)

Starzenie się wpływa niestety negatywnie na każdy parametr sprawności mięśniowo – szkieletowej. Co więcej, spadek siły i wytrzymałości oraz masy mięśniowej i kostnej prawie zawsze jest bezpośrednio związany z ilością upadków. Dla osób starszych codzienna możliwość upadku może często okazać się tragiczna w skutkach. Każdego roku około 30% osób w wieku powyżej 65 lat doświadcza upadku i obrażeń. Spośród nich 20 do 30% nie może później już chodzić.

SPORTOWCY

(OBRAŻENIA ZWIĄZANE ZE SPORTEM)

W większości kontuzji sportowych ćwiczenia są ważną częścią procesu rehabilitacji. Pogląd głoszący, że sportowiec jest w pełni wyleczony po terapii uległo przedawnieniu. Zamiast tego, ważną częścią fizjoterapii stanowi specyficzne wzmocnienie i ćwiczenia elastyczności.

Ćwiczenia w ramach programów rehabilitacji zapewniają, powrót kontuzjowanej części ciała do stanu pełnej sprawności w szybki i wydajny sposób.

Ćwiczenia mogą być wykonywane podczas oficjalnego procesu rehabilitacji lub po nim, pod nadzorem fizjoterapeuty lub lekarza. Użytkownicy korzystający z rehabilitacji w domu dostają kompletne programy krok po kroku wraz z pełnym wsparciem i instrukcjami bezpiecznych i efektywnych ćwiczeń rehabilitacyjnych.



Programy rehabilitacji FREESTYLER™ zwiększają siłę, sprawność i elastyczność, poprawiają masę kostną i zmniejszają prawdopodobieństwo obrażeń na skutek upadków. Programy te mogą być również stosowane w celu zapobiegania procesom degeneracyjnym (osteoporozie, artretyzmowi, itp.).



DOMOWA SIŁOWNIA

Najlepsze urządzenie do ćwiczeń fitness dla całej rodziny, które może być używane w domu, bądź też jako osobisty trener podczas podróży lub urlopu.



System treningowy FREESTYLER™ stanowi najlepszy możliwy wybór ćwiczeń w komfortie własnego domu. Programy treningowe na płytach DVD w efektywny sposób prowadzą do osiągnięcia wymarzonych celów.

Dzięki użyciu elastycznego oporu FREESTYLER™ zamiast typowych urządzeń fitness i wolnych obciążeń użytkownicy domowi spełniają swe potrzeby regularnej i niezależnej aktywności fizycznej.

Chociaż FREESTYLER™ jest znany jako najmniejsza siłownia na świecie, zajmująca tylko 2 m² powierzchni, umożliwia ponad 1000 ćwiczeń i niezliczone układy treningowe.



Kolekcja **DVD DOMOWA SIŁOWNIA** FREESTYLER™ zapewnia programy treningowe krok po kroku, posiadające zróżnicowane docelowe korzyści dla całej rodziny.



PILATES

Pilates FREESTYLER™ obejmuje praktycznie każde podstawowe ćwiczenie Pilates ze zwiększonymi korzyściami progresywnego oporu i jest przeznaczony dla wszystkich, którzy chcą wzmocnić swe „mięśnie podstawowe”, zapobiegać lub unikać problemów z bólem pleców, oraz rozwinąć szczupłe i elastyczne mięśnie.



Trening Pilates FREESTYLER™ jest skonstruowany tak jak typowe zajęcia Pilates, wykonywane na macie, reformerze lub innym, typowym urządzeniu.

Unikalny system rolek i elastycznych linek FREESTYLER™ zapewnia wiele dodatkowych korzyści z treningu Pilates. Siła i elastyczność, zwłaszcza mięśni brzucha i pleców, zarówno mięśniowa jak i mentalna, są kluczowymi elementami efektywnego programu Pilates FREESTYLER™.



Wszechstronne i praktyczne narzędzie...



Przy użyciu FREESTYLER™ można symulować prawie każdą technikę lub ruch w sporcie. Dzięki temu uzyskuje się siłę i moc, wtedy gdy są one najbardziej potrzebne.



Podczas ćwiczeń w niefunkcjonalnym środowisku, takim jak typowe urządzenia fitness, lub przy użyciu środków, nie pozwalających na trenowanie szczególnych cech, typowych dla danej dziedziny sportu, układ treningowy ulega pogorszeniu i może prowadzić do niepożądanych efektów.

Liczba badaczy i ekspertów w dziedzinie sportu, popierających trening funkcjonalny stale rośnie. Jest to tendencja globalna, której nie można ignorować.



Niezależnie od tego, czy jesteś początkującym, czy zaawansowanym sportowcem, może nadszedł czas na odświeżenie Twojego treningu. Niezliczone ćwiczenia i układy treningowe, opracowane specjalnie dla określonych potrzeb sportowych są najlepszym sposobem na maksymalizację wydajności Twoich treningów, szybsze osiągnięcie rezultatów i uniknięcie przestojów.

FREESTYLER™, wraz ze swą techniką funkcjonalnej dynamiki oraz niezliczonymi możliwościami, jest gwarancją przełamania zastojów i dodania nowego i świeżego podejścia do treningu funkcjonalnego.



PRZEGLĄD KOLEKCJI DVD

Różne programy umożliwiają różne zastosowania urządzenia **FREESTYLER™** jako podstawowego wyboru w wielu programach zdrowotnych.

Może on być używany w istniejących układach treningów sportowych, w ćwiczeniach choreograficznych przy muzyce, w systemach rehabilitacji funkcjonalnej po urazach, zwiększa korzyści z techniki pilates, i wreszcie jest prawdopodobnie najmniejszą domową siłownią na świecie, umożliwiającą niezliczony wybór ćwiczeń.

Wygodnie zaprojektowane menu umożliwia szybkie i łatwe wyszukiwanie. Każdy film posiada wbudowane menu z informacjami na temat powtórzeń, instrukcje poprawnego wykonywania ćwiczeń oraz wiele porad. Z pewnością stanie się Twoim najlepszym przewodnikiem do uzyskania doskonałego ciała. Więcej informacji na temat każdej płyty DVD można uzyskać w naszym sklepie internetowym. (www.olimpfitness.pl)

DOMOWA SIŁOWNIA



GRUPOWE ĆWICZENIA FITNESS



REHABILITACJA





KOLEKCJA 2009

ZAIMPONUJ STROJEM



KORZYŚCI DLA OŚRODKÓW REHABILITACJI
PONAD 200 MODYFIKOWANYCH WIELOOSIOWYCH ĆWICZEŃ PNF

Modyfikowane wieloosiowe wzorce PNF umożliwiają szybką i wydajną rehabilitację funkcjonalną.

ZWIĘKSZONA MOTYWACJA PACJENTÓW

Nowy gadżet, nowe podejście i wiele różnych ćwiczeń.

PROGRESYWNY OPÓR

Siedem par wytrzymałych i elastycznych linek umożliwia progresywne obciążenie o liniowym wzroście, co pozwala na dokładne dozowanie.

MNIEJSZE ZAANGAŻOWANIE FIZYCZNE

Zewnętrzny progresywny elastyczny opór umożliwia fizjoterapeucie skupienie się na poprawnym wykonaniu ćwiczenia i kontroli ruchu pacjenta.

POŁĄCZENIE Z INNYMI URZĄDZENIAMI DO REHABILITACJI

Dodatkowe możliwości i różne kombinacje ćwiczeń pozwalają na bardziej twórcze podejście.

WIĘCEJ KORZYŚCI

Rehabilitanci oszczędzają czas i pieniądze, jednocześnie zwiększając jakość procesu rehabilitacji.

TRANSFER ŚRODKÓW REHABILITACJI – UŻYTEK DOMOWY (ODSPRZEDAŻ)

Praca z pacjentem w ośrodku rehabilitacji lub jako zalecona metoda ćwiczeń dla ciągłości procesu rehabilitacji w domowym zaciszu.

PEŁNE WSPARCIE

Wszechstronna kolekcja DVD z ćwiczeniami PNF i programami rehabilitacyjnymi pozwala na szybkie i bezpieczne pozyskiwanie wiedzy przy bogatym zapleczu teoretycznym oraz stałej obsłudze technicznej, teoretycznej i konsultacyjnej.

KORZYŚCI DLA OŚRODKÓW FITNESS
KOMPLETNE ROZWIĄZANIE DLA OŚRODKÓW FITNESS

Pełne rozwiązanie w jednym miejscu (urządzenie, programy, koncepcja, edukacja...).

BRAK OPŁAT LICENCYJNYCH ZA PROGRAMY

Co roku masz dowolność wyboru spośród nowych programów.

PRZYCIĄGNIJ WIĘCEJ KLIENTÓW

Zachowaj dotychczasowych klientów, zdobądź nowych.

PEŁNE WSPARCIE MARKETINGOWE

Broszury, ulotki, plakaty, flagi, promocja na poziomie lokalnym...

1 ROK GWARANCJI

Wymiana wszystkich części.

ŁATWOŚĆ UŻYCIA, ŁATWOŚĆ PRZECHOWYWANIA

Szybkie wdrożenie w ośrodku, małe wymagania powierzchniowe.

NIEZRÓWNY STOSUNEK CENY DO KORZYŚCI

Jedno urządzenie – niezliczone możliwości, również w innych klasach (pilates, kształtowanie ciała...).

MOŻLIWOŚCI BIZNESOWE

Posezonowa odsprzedaż klientom dla treningów.

WIĘCEJ KORZYŚCI

Więcej uczestników w siłowni, oszczędność czasu i pieniędzy na edukacji...

WPROWADŹ COŚ NOWEGO DO SWEGO OŚRODKA FITNESS

Klienci lubią nowe wyzwania.

ZALETY DLA OSOBISTYCH TRENERÓW
ZAPEWNIENIE KLIENTOM PRZENOŚNEGO CENTRUM FITNESS

Odwiedzaj klientów w dowolnym miejscu z jednym przenośnym urządzeniem.

PROGRAMY Z PEŁNYMI OPCJAMI KSZTAŁTOWANIA CIAŁA

Połączenie treningu siłowego i kardio zapewnia liczne korzyści.

ŁATWOŚĆ UŻYCIA W TRENINGU W PARACH

Prowadź i motywuj klienta różnorodnymi, nowymi ćwiczeniami.

WIĘCEJ KLIENTÓW ... WIĘCEJ ZYSKU

Wyjątkowe podejście i osobista motywacja zwiększają ilość klientów.

KORZYŚCI DLA INSTRUKTORÓW FITNESS
ZABAWA, ZAINTERESOWANIE I ŁATWOŚĆ NAUKI

Niezwykłe programy, łatwość użycia i zabawa, szybka i prosta nauka.

PROGRAMY KROK PO KROKU NA DVD

Nagranie wideo z dwóch kątów, czytelne i logiczne prezentacje, uwagi choreograficzne...

WSPARCIE EDUKACYJNE

Płyty DVD, instrukcje, jednodniowe bezpłatne szkolenia, wsparcie internetowe...

PROGRAMY TWORZONE PRZEZ ZESPOŁY EKSPERTÓW

Instruktorzy i fizjoterapeuci z wykształceniem akademickim, eksperci w dziedzinie sportu, lekarze...

PROSTA ORGANIZACJA ZAJĘĆ

Wymień inne małe urządzenia na jedno wielofunkcyjne.

KONTROLA JAKOŚCI

Linki FREESTYLER™ są jednym z niewielu produktów, jeśli nie jedynym, który przeszedł wszechstronne badania laboratoryjne. Poniższa tabela prezentuje wyniki badań wytrzymałości i starzenia (przyspieszonego). Widać wyraźnie, że linki Freestyler mają liniowy przyrost wytrzymałości, co jest bardzo ważne w określaniu prawidłowego obciążenia podczas ćwiczeń. Również przyspieszone starzenie, w którym linki zostały poddane działaniu temperatury 70°C przez 7 dni (równowartość jednego roku), wykazuje niewielkie pogorszenie jakości w czasie (poniżej 8% na rok), co jest rzadkością wśród linek dostępnych na rynku. Zepewniamy, że ciężko pracujemy nad utrzymaniem wysokiego poziomu jakości produkcji, używając najlepszych materiałów i robocizny.

GWARANCJA

Twój FREESTYLER™ posiada roczną gwarancję na wszystkie części, poczynając od daty zakupu. W przypadku wady produkcyjnej Twój dostawca (według swej opinii) naprawi lub wymieni go niezwłocznie bez zbędnych pytań. Jesteśmy bardzo dumni z zapewniania wsparcia i serwisu naszym klientom. Gwarancja ta nie obejmuje jednak uszkodzeń wynikających z niewłaściwego użytkowania lub traktowania urządzenia, włącznie ze zdarzeniami nadzwyczajnymi prowadzącymi do szkód, niezależnie od ich odwracalności.

WSPARCIE EDUKACYJNE

SYSTEM TRENINGOWY FREESTYLER obejmuje również kompletny system edukacyjny, dający instruktorom i innym osobom lepsze postrzeganie programów Freestyler i techniki funkcjonalnej dynamiki. Obszerne instrukcje z dogłębną analizą techniki funkcjonalnej dynamiki oraz profesjonalne płyty DVD z treningami umożliwiają szybką naukę i wdrożenie.

KTO JEST KIM W SYSTEMIE ĆWICZEŃ FREESTYLER?

MIĘDZYNARODOWY PREZENTER FREESTYLER

jest osobą wyznaczoną przez FGI do promocji systemu i edukacji prezenterów krajowych w poszczególnych krajach przy wsparciu dystrybutora. Dotyczy to systemu ćwiczeń grupowych i rehabilitacji.

KRAJOWY PREZENTER FREESTYLER

jest osobą wyznaczoną przez krajowego dystrybutora. Jego zadaniem jest promocja systemu ćwiczeń Freestyler oraz edukacja instruktorów krajowych przy wsparciu dystrybutora. Dotyczy to systemu ćwiczeń grupowych i rehabilitacji.

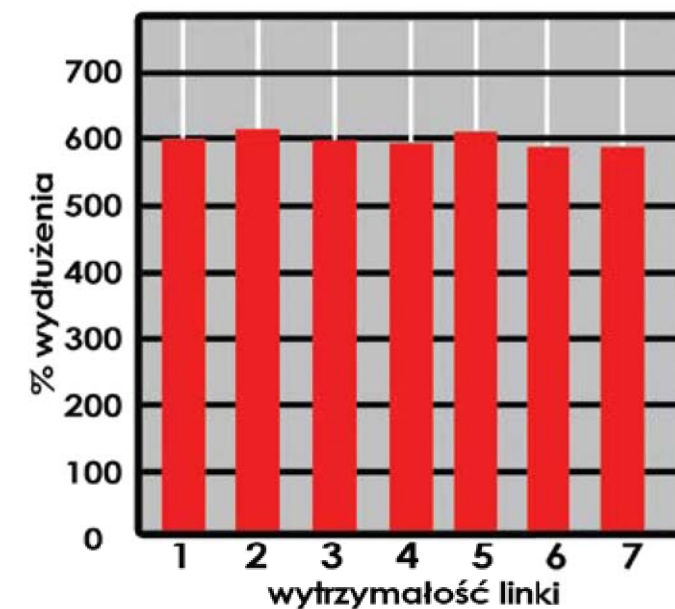
INSTRUKTOR FREESTYLER

jest osobą po jedno- lub dwudniowym szkoleniu, przeprowadzonym przez prezentera krajowego lub międzynarodowego. Dotyczy to systemu ćwiczeń grupowych i rehabilitacji.

SERWIS I WSPARCIE KLIENTA

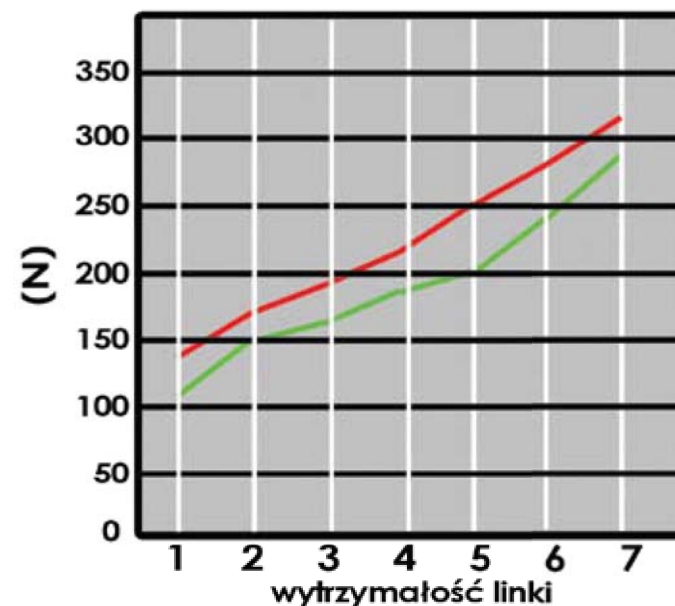
System Freestyler oferuje trzy sposoby wsparcia serwisowego:

- stałe wsparcie informacyjne (porady, dodatkowe informacje, obozy edukacyjne, itp.),
- stałe wsparcie marketingowe (broszury, plakaty, inne materiały marketingowe),
- stałe wsparcie techniczne przez call center lub email.



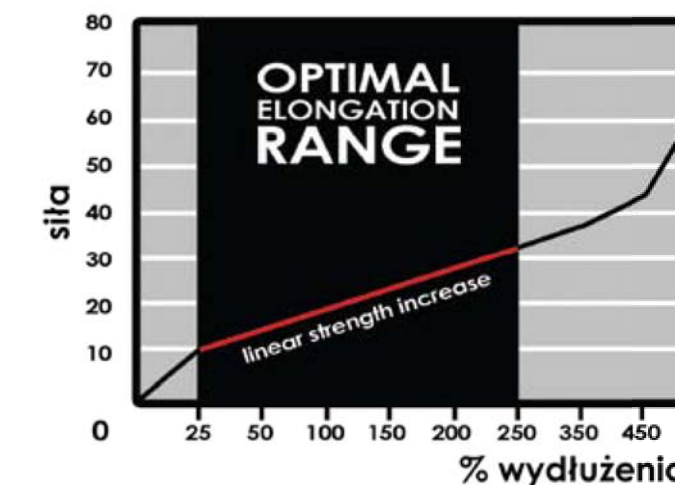
Zachowanie próbek linek oporowych (% wydłużenia względem wytrzymałości)

... średnia wartość to 600% wydłużenia



Zachowanie próbek linek oporowych podczas pomiarów rozciągających (N względem wytrzymałości linki) oraz przyspieszone starzenie (okres 1 roku)

Charakterystyki rozciągania zostały badane w maszynie tensometrycznej ZWICK Z400 WN, przy 23±2°C, stałej prędkości oddzielania uchwytów 100±10 mm/min.



Wszystkie elastyczne produkty posiadają krzywe charakterystyki siła – wydłużenie, które są zwykle trójfazowe. Pierwsza faza jest zaznaczona przez wykładniczy przyrost pierwszych 25% wydłużenia.

Następnie występuje liniowy przyrost między 25 % i 500 %, a na końcu gwałtowny wykładniczy wzrost aż do zniszczenia. Z tego względu zalecane jest, aby ćwiczenie było wykonywane między 25 % i 250 % wydłużenia, a obciążenie zwiększane przez przejście do następnej wytrzymałości linki, a nie zwiększanie naciągu.

Urządzenie FREESTYLER™ rozwiązuje ten problem od początku. Unikalny system hiperbolicznych rolek rozkłada równomiernie siłę, co umożliwia wykonanie wszystkich ćwiczeń na FREESTYLER™ w optymalnym zakresie wydłużenia.