

Therapeutisches Reiten perfekt simuliert Neues Trainingsgerät aus Japan stärkt nachweislich die Muskulatur, erhöht die Beweglichkeit und verbessert die Blutwerte



Mit dem JOBA Core Trainer präsentiert Massagesessel by Lang ein innovatives Trainingsgerät für den kreislaufschonenden Muskelauf- und Körperfettabbau. Die aufwendige „Counter-Balance-Technologie“ des JOBA basiert auf Erkenntnissen zu den physiologischen Wirkungen des therapeutischen Reitens. Das Ausgleichen der nahezu perfekt simulierten Bewegungen eines Pferdes im Schritt trainiert die großflächigen Muskeln an Bauch, Beinen, Rücken und Gesäß. Gleichzeitig werden die

schwer erreichbaren, skelettnahen Muskeln angesprochen, die entscheidend zur Körperstabilität und einer guten Haltung beitragen. Auch eine positive Wirkung auf den Glukosestoffwechsel ist belegt.

Der Sportmediziner und Chirotherapeut Dr. med. Martin Lucas bestätigt in einer aktuellen Studie, dass durch die Beanspruchung der vielen Muskelgruppen durch den JOBA Core Trainer schon nach drei Monaten ein deutlicher Trainingseffekt erzielt wird. Er konnte bei den Probanden unter anderem eine „deutliche Verbesserung der muskulären Kraft sowohl der Rückenextension als auch der Bauchflexion“ feststellen. „Darüber hinaus besserte sich bei allen Kandidaten das Herz-Kreislaufverhalten im Hinblick auf eine Senkung der Blutdruckwerte, und auch die Pulsfrequenz zeigte ein deutlich ergonomischeres Verhalten“, ergänzt der niedergelassene Arzt.

Umfangreiche Studien der Universität Nagoya und der Kochi Medical School, Japan belegen, dass regelmäßiges Training mit dem JOBA Core Trainer zu einer schnellen Verbesserung des Gleichgewichts, der Körperhaltung sowie einer Vergrößerung des Bewegungsradius des Hüftgelenks führt. Wird der JOBA dreimal pro Woche für ca. 15 Minuten angewendet, steigert sich, bedingt durch eine Zunahme der Muskelmasse, der Grundumsatz nach nur

Im Überblick: JOBA Core Trainer

Ein regelmäßiges Training mit dem JOBA Core Trainer

- stärkt die Rücken-, Rumpf-, Becken- und Beinmuskulatur
- verbessert den Glukosestoffwechsel
- reduziert Gewicht und Körperfett
- verbessert Balance und Körperempfinden
- optimiert die Beweglichkeit des Hüftgelenks
- strafft Taille und Hüfte

3 Trainingsprogramme und 9 Geschwindigkeitsstufen

Schonendes Training für Herz und Kreislauf

Besonders gelenkschonend

Diesen Preetstext und weitere Preetsefotos (downloadfähig mit 300 dpi) finden Sie im Internet unter www.massagesessel.at

drei Monaten um bis zu 17 Prozent. Außerdem wurde anhand von Untersuchungen an der Aichi Gakuin Universität, Japan nachgewiesen, dass sich bei Probanden, die regelmäßig mit dem JOBA Core Trainer trainierten, die Insulinaufnahme verbesserte und der Blutzuckerspiegel weitgehend normalisierte. Bereits nach 30 Minuten Training auf dem JOBA Core Trainer steigt der Glukosestoffwechsel wie nach einer Stunde Walking. Das alles ohne schweißtreibende Übungen und mit geringem zeitlichen Aufwand.

Der JOBA Core Trainer besteht aus einem Sattel samt Steigbügeln und lässt sich über ein Bedienfeld ausgesprochen einfach bedienen. Dank verschiedener Trainingsprogramme und Geschwindigkeitsstufen sowie stufenlos einstellbarer Neigungswinkel der Sitzfläche kann man einzelne Körperpartien und Muskelgruppen gezielt trainieren. Für ein schonendes Ganzkörper-Workout können die JOBA Programme auch hervorragend mit parallelen Übungen für Arme und Oberkörper kombiniert werden. Da das Training mit dem passiven Gerät das Herz-Kreislaufsystem nur gering belastet, ist es auch für Personen geeignet, die ihren Körper wegen einer vorausgegangenen Operation oder einem Unfall schonen müssen. Damit ist der JOBA Core Trainer ein empfehlenswertes Trainingsgerät für - noch - untrainierte Personen und im Besonderen für die Rehabilitation geeignet.

Der Panasonic JOBA Core Trainer ist seit Juli 2007 für einen unverbindlichen VK-Preis von 2.499 Euro unter www.massagesessel.at erhältlich.

Technische Daten des Panasonic JOBA Core Trainer EU6441

Energieversorgung	230 V / 50 Hz
Stromverbrauch	120 W
Gewicht	ca. 37 kg
Max. Belastung	100 kg
Größe des Anwenders	ca. 150 - 185 cm
Abmessungen	75 x 42 x 87 cm
Sitzhöhe	69 cm
Programme	3 (Basistraining, Taille, Hüfte)
Geschwindigkeitsstufen	9, manuell einstellbar
Mitgeliefertes Zubehör	Matte, Steigbügel (2x), Steigbügelhalter (2x)

Stand 6/2007. Änderungen ohne Vorankündigung vorbehalten.

Über Panasonic:

Bekannt durch den Markennamen Panasonic ist die Matsushita Electric Industrial Co., Ltd. ein weltweit führendes

Unternehmen in der Entwicklung und Produktion elektronischer Produkte für eine Vielzahl von Kundenbedürfnissen im privaten, geschäftlichen und industriellen Bereich. Der in Osaka, Japan, ansässige Konzern erzielte im Geschäftsjahr 2006 (Ende 31. März 2006) einen konsolidierten Netto-Umsatz von 76,02 Mrd. US\$. Die Aktien des Konzerns sind an den Börsen in Tokio, Osaka, Nagoya, New York (NYSE:MC), Euronext Amsterdam und Frankfurt notiert. Weitere Informationen über Matsushita Electric Industrial Co., Ltd. und die Marke Panasonic finden Sie unter <http://www.panasonic.net/>.