

Fit durch Vibrationen

Die seitenalternierende, patentierte Vibration (Wippbewegung – abwechselnd rechts und links) des Galileo-Vibrationsgerätes empfindet die physiologischen (natürlichen) Bewegungsabläufe wie beim Gehen oder Laufen nach. Es kräftigt die Muskulatur und verhindert dadurch z.B. den Knochenabbau, der im Laufe der Jahre durch zu wenig Bewegung verursacht wird (Osteoporose).

Was bewirkt das Galileo-Vibrationstraining?

Das Galileo-System funktioniert wie eine Wippe. Sie stellen sich einfach auf diese Wippe und lassen sich trainieren. Die schnelle Wipp-Bewegung verursacht eine Kipp-Bewegung des Beckens – genau wie beim Gehen – nur viel schneller. Der Körper reagiert zum Ausgleich mit rhythmischen, reflexgesteuerten Muskelbewegungen im Wechsel zwischen linker und rechter Körperhälfte, ohne dass Sie Ihre Muskulatur bewusst aktivieren müssen. Durch die Vibrationen werden im gesamten Körper „Dehnreflexe“ ausgelöst, welche zu schnellen und präzisen Muskelkontraktionen führen. Diese Reflexe erfolgen selbstständig über das Rückenmark und werden nicht vom Trainierenden gesteuert. **Das Training findet unter therapeutischer Aufsicht statt und dauert nur ca. 10 Minuten.**



Die RTL-Sendung „Stern TV“ mit Günther Jauch berichtete bereits im Juni 2008 über das Galileo-System im Zusammenhang mit einem medizinischen Experiment der Berliner Charité (Muskelveränderungen im Weltall). Resultat: Das Vibrationstraining ist wesentlich effektiver und zeitsparender als ein herkömmliches Widerstandstraining und erzielt noch zusätzliche Effekte auf die Muskulatur (zum Beispiel schnellere Wiedererlangung der Funktionalität nach dem Aufstehen). Nicht nur in der Medizin, auch im Hochleistungssport hat sich das Galileo-System erfolgreich durchgesetzt.

Kontraindikationen:

Das Galileo-Training ist nicht geeignet bei akuten Thrombosen und Entzündungen des Bewegungsapparates, Arthritis, frischen Frakturen, Implantaten, Wunden und Narben in trainierten Körperregionen, Steinleiden von Gallenwegen und ableitenden Harnwegen, Diskopathien (Bandscheibenschädigung) und Migräneanfällen.

Link zum Thema: www.galileo-training.at



50% Rabatt
mit der silbernen und der goldenen Karte



Was kosten Anwendungen am Galileo-Vibrationsgerät?

Preise in CZK*	ohne Karte	silberne und goldene Karte
1 Anwendung =	100	50
5 Anwendungen =	450	225
10 Anwendungen =	900	450
15 Anwendungen =	1300	650
20 Anwendungen =	1600	800