



Nicht nur für Leistungssportler:
Das kabellose EMS-Gerät ermöglicht ein
Training auch außerhalb des Studios

Bilder: EasyMotionSkin GmbH

Völlig losgelöst

Auf Basis der bewährten Reha-Technologie „ElektroMyoStimulation“ wurde von dem Leipziger Unternehmen EasyMotionSkin ein komplett neues, weil kabelloses Trainingssystem entwickelt. Es verbindet aktives dynamisches Training unterstützt durch Elektro-Muskel-Stimulation bei uneingeschränkter Beweglichkeit.

Drahtlose, selbsterklärend und leicht zu benutzende Muskelstimulations-Technologie, gesteuert per App auf dem iPhone oder iPad, ermöglicht die Kombination von Kraft- und Ausdauer-Trainingseinheiten, wobei die Intensität natürlicher Bewegungsabläufe enorm erhöht wird. Ferner ist diese Technologie hervorragend in der Regenerationsphase bzw. Atrophie-Erscheinungen nach Immobilisation oder Trauma geeignet.

Extrem zeitgemäß und komfortabel ist dabei, dass unabhängig von Zeit und Ort mit einem tragbaren und personalisierten EMS-System trainiert werden kann, ohne dass institutionelle Voraussetzungen erfüllt sein müssen. Stimulationen im niederfrequenten Bereich von 7Hz bis 100Hz und die simultane Ansteuerung von bis zu acht Muskelgruppen ermöglicht zielgerichtetes Widerstands- oder statisches Kraft-/Aufbau-Training für alle Trainingsziele oder das Augmentieren dynamischer Trainingsformen.

Der von einem Team um den Cottbuser Herzspezialisten Prof. Dr. Dirk Fritzsche entwickelte Easy Motion Skin kann sowohl stationär in

Eins-zu-Eins-Anwendungen von Trainer/Physiotherapeuten wie auch von jedem einzelnen Sportler – nach einer genauen Einweisung – selbst genutzt werden. Basierend auf diesen Forschungen und weiteren Studien veröffentlichte Prof. Fritzsche 2016 zusammen mit den Sportärzten Prof. Dr. Kemmler und Dr. Kleinöder von der Sporthochschule in Köln sowie Manfred Böck auch ein Schulungsbuch mit dem Titel „Wireless EMS Training“.

Das kabellose System wird per App auf einem iPhone oder iPad gesteuert

Die neue kabellose Technik des EMS Trainings hat besonders im Leistungssport schon viele Trainierende gefunden.

So beim Boxer Manuel Charr, der nach seinen Schussverletzungen mit einem dynamischen Aufbau-Training in nur acht Monaten wieder siegreich sein Comeback feiern konnte.

Auch der Doppelweltmeister im Rennrodeln Wolfgang Kindl und die Reitsport-Legende Ludger Beerbaum haben das EasyMotion

Skin-Konzept bereits in Ihre Trainingskonzept integriert.

Peter Stöger, Trainer des Fußball-Bundesligisten 1. FC Köln, setzt auf das kabellose EMS-Tool als Teil von Reha-Maßnahmen nach Sportverletzungen – ebenso das Trainerteam am österreichischen Olympia Stützpunkt in Innsbruck sowie das deutsche Box-Olympia-Team.



Der Herzchirurg Prof. Dr. Dirk Fritzsche ist Leiter des Sana Herzzentrums in Cottbus und gehört zu den EMS-Pionieren in Deutschland. Er ist Gründer der EasyMotionSkin GmbH in Leipzig und Mitentwickler des weltweit ersten kabellos funktionierenden EMS-Trainingsgeräts