4D PRO Reaction Trainer - suspension - set

Art: 577450.N | Marque: 4D PRO



Informations sur le produit

L'entraîneur 4D PRO ReAction est - mondialement - **le premier entraîneur de suspension élastique**. En comparaison avec la suspension traditionnelle - où l'intensité est déterminée par le poids du corps - le 4D PRO utilise **le poids corporel en combinaison avec la résistance des sangles élastiques.** Grâce aux sangles de résistance élastiques :

- les mouvements sont agréables et souples, donc moins stressants pour les articulations.
- des exercices à haute intensité sont possibles.

La grande surface des ceintures pour membres et corps
- assure une répartition égale de la pression.
- augmente le confort.
- favorise la posture naturelle du corps pendant l'entraînement.

Âge et condition physique n'ont plus d'importance : convient pour :
- la revalidation de patients.
- la prévention de chutes (de personnes âgées).
- l'entraînement d'athlètes (de haut niveau).

À utiliser à la fois individuellement et en groupe. **SANGLES DE RÉSISTANCE ÉLASTIQUES**
- guident et soutiennent le mouvement qui peut être pratiqué en **toute sécurité**.
- produisent constamment des accélérations qui permettent d'atteindre des pics de force très élevés (F = M x a), et cela durant l'amplitude complète du mouvement (en opposition à l'entraînement par suspension non élastique où il y a des moments sans accélérations).
- déterminent la résistance à l'aide du nombre de sangles de résistance élastique.
- permettent de réaliser une **fréquence de mouvement potentiellement deux fois plus élevée** et plus d' activation musculaire par rapport à un système de suspension traditionnel (non élastique).

OBJECTIFS D'ENTRAÎNEMENT

- le timing réactif : démarrer le juste/bon mouvement au juste moment.
- vitesse : activer les muscles rapidement - par des répétitions - malgré la fatigue naturelle (prévention des chutes).
- coordination : continuer à exercer malgré les perturbations internes et externes.
    - des facteurs de perturbation causent des arythmies.
    - idéal pour les exercices fonctionnels.
- force :
    - convient pour les entraînements analytique et fonctionnels tant chez des patients (appui partiel 0-100 %) que chez les sportifs (de haut niveau).
    - idéal pour exercer la phase excentrique en ralenti dynamique p. ex. our la prévention de blessures.
- mobilité : maintenir ou accroître l'amplitude de mouvement.

SPÉCIFICATIONS

- 2 variantes d'entraînement : **convertible** de suspension élastique dynamique vers suspension classique - et vice versa - en seulement quelques clics.
- peut aussi être fixé et utilisé **horizontalement.**
- matériaux : néoprène (ceintures pour membres et corps), aluminium et nylon.
- longueur totale : 145 cm - 272 cm, réglable.
- hauteur de fixation : 230 cm - 300 cm.
- poids max. utilisateur : 160 kg.
- options disponibles :
    - crochet de plafond - art. 577.456.
    - paire de sangles de résistance élastiques - rouge/medium - art. 577.455.
    - paire de sangles de résistance élastiques - blanc/léger - art. 577.457.