

imooove®

Polyvalentní platforma

- Vyhodnocování postojů za pohybu
Odhaluje nerovnováhy za pohybu
- Osteomuskulární trénink
Uvolňuje blokády bez úsilí
- Posturální a senzomotorická aktivace
Slouží k přeprogramování posturálního a celkového neuro-motorického schématu



LÉČBA Neurologické patologické stavy Posturální potíže Rané traumatologické a pooperační stavy	SPORT Obnova fyzické zdatnosti Tělesná příprava Prevence zranění
Udržení soběstačnosti Boj proti Sarkopenii Prevence pádů	Adaptace na zátěž Kardiovaskulární prevence Strečink zad
SENIŘI	CELKOVÁ KONDICE

ELISFERICKÁ PROAKTIVNÍ METODA

Inovativní technologie ve službě fyzikální medicíny

Imooove je výsledkem setkání vynálezce G. Tudica s profesionály zabývajícími se lidskou biomechanikou C. Bardonom a A. Bardonom, diplomovanými fyzioterapeuty a lékaři osteopaty.

S cílem obnovovat a optimalizovat osteomuskulární funkci těla sestavili Imooove a vymysleli léčebnou metodu založenou na elisferickém pohybu.

Sledováním pohybu obratlů, Imooove generuje fyziologický pohyb uvádějící tělo do spirální dynamiky respektující jeho integritu.

GLOBALNÍ | FYZIOLOGICKÁ | DYNAMICKÁ



Fyziologie rovnováhy



- Zrak
- Vestibulární systém
- Mechanoreceptory
- Šlachový systém
- Svalový systém
- Propriocepce

Člověk s oporou o obě nohy, v pozici ve stoje, při pohybu.

Chůze je přemísťování těžiště do rovnovážné situace nebo spíše neustálé vyrovnávání nerovnováhy s využitím opor na podlaže.

Jedná se o změny rovnováhy, které implikují ustavičné adaptace postury.

Při funkčním tréninku a rekondičním cvičení můžete na Imooove používat nejrůznější pomůcky včetně originálního sportovního náčiní.



Metoda Bardon Imooove 4D



Přizpůsobená, kontrolovaná a postápná mobilizace

Princip spirálního pohybu a jeho příznivé fyziologické účinky

Pohyb Imooove vzniká působením trojrozměrné odstředivé energie, která uvádí tělo do jeho přirozené spirály.

Elisferická nestabilita Imooove vyvolávána z opor se šíří ozvěnou do hlubokých zádočných svalů, jakož i do svalových a kloubních řetězců.

Tato globální multisenzoriální stimulace umožňuje tělu být informované a nechává ho odpovídat reflexními reakcemi s minimem fyzického úsilí.

Imooove nabízí biomechanickou reaktivitu v pohybu a poskytuje neuro-motorické a celkové posturální přeprogramování.

Multisenzoriální stimulace > Reflexní reakce > Posturální nastavení



Patentovaná technologie ELLYPS vytváří eliptický pohyb, který se přenesou ve spirále do celého těla. Navádí, využívá a pomáhá zlepšit výsledky pomocí cvičení a umožňuje pohyb co nejvěrnější k přirozené dokonalosti.

imooove®

Cvičení na multifunkční platformě pro zlepšení vaší kondice, výkonu, nebo funkční rehabilitaci



Cvičení na Imooove reguluje krevní tlak a zlepšuje integritu a podporu páteře Imooove rozpohybuje více než 400 svalů najednou 30 Minut elisferického pohybu odpovídá 60 minutám lineárního cvičení Imooove rozpohybuje 90% vaší svalové hmoty.

RehaCentrum Český Těšín, s.r.o.
Havlíčková 2121, Český Těšín, 737 01

Telefon, e-mail:
centrální telefon 903 810 810
recepce@rehacentrum.com



Funkční rehabilitace s Imoove

Aktivní deska, upevněná na základně ve tvaru polokoule, provádí eliptickou rotaci a tím realizuje pohyby ve 3D (ze shora směrem dolů, zepředu dozadu, zleva doprava). Každý bod na desce má svou vlastní unikátní trajektorii. Pohyby umožňují stejným cvičením aktivovat klouby ve všech rovinách, stimulovat zvláště hluboké svaly a skupiny drobných svalů a reaktivovat jednotlivé svalové skupiny. Z tohoto důvodu může být schopnost koordinace mezi svaly zvyšována globálním a přesným způsobem, dochází rovněž k zlepšování fungování srdce a plic.

MOBILIZACE, DYNAMICKÁ STABILIZACE, POHYBOVÁ REEDUKACE, KOREKCE ASYMETRIE

Imoove je výjimečný přístroj na kterém lze najednou provádět stabilizace, mobilizace, cvičení koordinace, rovnováhy a propriocepce. Jedinečný svého druhu, založený na použití, řízení, rehabilitaci a optimalizaci přirozených spirálových pohybů těla. Tento základní princip znamená významný vývoj v přístupu a provádění funkční rehabilitace i léčby v oborech neurologie a fyzikální medicíny. Nelineární, asymetrický pohyb plošiny Imoove je řízený počítačem.

Funkční trénink s Imoove

Originální elisférický pohyb vyvíjený zařízením Imoove poskytuje kompletní muskuloposturální trénink. Tato celková stimulace roz-pohybuje 90% svalů těla. Jemné nastavování desky dává zařízení Imoove schopnost vyhovět úrovni každého člověka a postupovat až k cíli. Dítě dokáže například pochopit, jak pohybovat tělem v prostoru, a vyvinout si tak velmi silné psychomotorické schopnosti. V oblasti anti-aging má trénink na zařízení Imoove vliv na ovládání rovnováhy, propriocepce a také na pohyblivost kloubů. Imoove pomáhá v neposlední řadě vašemu tělu bojovat proti ne-vzhlednosti a zlepšit váš výkon pomocí dynamických kardiovas-kulárních postupů, včetně několika uložených programů a poloh.

VÝBUŠNOST, SÍLA, KOORDINACE, OBRATNOST, VYTRVALOST, PŘESNOST, FLEXIBILITA

Imoove je fyziologický simulátor organického pohybu. Elisférický pohyb Imoove je jediný na světě. Jedná se o pohyb po křivkách ve 3 rovinách prostoru, který sleduje spirální trajektorie.



Specializovaný trénink s Imoove

Tenis



ZÁKLADNÍ RYSY - MUSKULOPOSTURÁLNÍ PŮSOBNÍ SÍLA PŘESNOST KONZISTENCE VÝDRŽ MRŠTNOST KLOUBŮ A RAMENE PROPRIOCEPCE ROVNOVÁHA TRUPU PRE- VENCE ZRANĚNÍ

Současná optimalizace koordinace, síly, přesnosti úderu při pohybu a v opoře. Každý hráč tenisu zná základy

tenisu: přesnost, umístění, celková koordinace, síla svalů a schopnost odpoutat se od prostředí. Specifický program systému Imoove pro trénink tenisu umožňuje uživateli postupně si vylepšit základy tohoto sportu i celkovou výkonnost hráče. Přesný postoj: Nestabilita desky Imoove vyžaduje maximální dovednost, co se týče strategií opory a přispívá k rozvoji elisférické® propriocepce. Optimální polohování Imoove destabilizuje. Díky této unikátní schopnosti a vlastního elisférického pohybu jsou přirozené polohy těla upravovány a rovnováha se stává instinktivní. Celková koordinace: Současný trénink ramen a nohou s mobilními úchopy a elisférický pohyb desky optimalizuje přesnost koordinace této skupiny svalů.

Specializovaný trénink s Imoove

Golf



ZÁKLADNÍ RYSY - MUSKULOPOSTURÁLNÍ PŮSOBNÍ ROVNOVÁHA PŘI POHYBU KOORDINACE PŘESNOST POHYBU OPORA POVRCHU

Imoove, odpal dál a blíž. Zařízení Imoove umožňuje uživateli pracovat na rovnováze vycházející z chodidel nohou a uvede ramena do silného a pravidelného zpětného zhoupnutí. Pomocí elisférického pohybu skýtá deska uživateli možnost pracovat ve všech podmínkách, ve kterých hráč přenáší tlak z chodidel v závislosti na sklonu povrchu. Dostatečná rotace ramen znamená, že golfová hůl bude při úderu mířit přímo. Imoove je dokonalým nástrojem pro práci na síle a švih svalových řetězců a kloubů, které se podílejí na rotaci těla. Páteř musí udržovat od počátku až po spodní švih stejný sklon. Díky muskuloposturálnímu tréninku řídí zařízení Imoove sklon páteře a veškeré pohyby kyčlí. Vnímání rovnováhy umožňuje uživateli přenést váhu ze zadní nohy na vrcholu backswingu na přední nohu při downswingu. Pomocí práce na svíznosti a konzistenci švihu umožňuje zařízení Imoove uživateli nalézt pevný a konzistentní úder, a rovněž změřit přesnost a vzdálenost.

Specializované cvičení s Imoove

Těhotenství



TĚHOTNÉ ŽENY A IMOOVE

U každé těhotné ženy dochází ke změnám v držení těla. Zakřivení páteře se zvětšuje s následujícími důsledky: • Svalové křeče v zádech • Tendence ke stlačování bederních plotének • Snížené hrudní a břišní dýchání • Snížený oběh v žilách dolních končetin • Ochablost svalů. Imoove jako řešení zahrnuje progresivní program pro prevenci těchto problémů:

Pohoupání pohybem desky po dobu 20 - 30 minut dvakrát týdně bude pro budoucí maminku opravdovým přínosem.

Specializovaný trénink s Imoove

Jízda na koni



MUSKULOPOSTURÁLNÍ PŮSOBNÍ ZÁDOVÁ PRUŽNOST POHYBLIVOST PERIFERNÍCH KLOUBŮ UVOLNĚNÍ JEZDCE KOORDINACE PŘESNOST POHYBU

Při jízdě na koni je základem mít dobrý sed, a k tomu je nutné uvolnit a revitalizovat pánev a bederní obratle pro podporu poklesu

nohou. Pulzní pohyb pánve spolu s kontrolou pro udržení vnitřní strany stehen na boku koně jsou klíčové při výuce, jak se přizpůsobit tělu zvířete a jeho vedení. Při cvičení Imoove je možné nacvičit si polohu v sedle a vylepšit si tak jezdeckou senzorkou kontrolu. Druhým klíčovým faktorem je nízké a flexibilní umístění hlavy na krku. Vyrovnání paží a loktů spočívá přirozeně v linii podél trupu jezdce a umožňuje mu bez jakéhokoli napětí malé pohyby prstů, zápěstí a ramen, nutné pro ovládání koně. Elisférické cvičení Imoove spojené s tréninkem na pohyblivých úchytech zajišťuje přesnou kontrolu ramen, rukou a krku při jakékoli jezdecké činnosti. Tento trénink vylepšuje pohyb nohou při jízdě na koni a přesnost ovládání otěží se zlepšuje dynamickým živým ovládním. Naučit se tyto obtížné polohy může být těžké a může trvat dlouhou dobu. Profesionálové v parkúru a drezúře cvičí tyto techniky na Imoove s elisférickým pohybem. Zjistili, že tyto základní mechanické pohyby jsou užitečné pro rovnováhu a posílení koordinace obratlů, pánve a nohou.