



## MIT STROM SCHNELLER (WIEDER) FIT COMPEX SP 6.0

In der Physiotherapie ist die Methodik schon seit Jahrzehnten etabliert und selbst als Trainingskonzept wurde es in den letzten Jahren erfolgreich vermarktet: Elektrostimulation. Das Konzept dahinter ist die Stimulation der Muskeln über elektrische Impulse. Was sonst das Gehirn und die Nervenbahnen machen, übernimmt nun der Compex. Die Elektroden werden entsprechend der Anleitung auf die gewünschte Muskelgruppe geklebt, die Kabel angeclipst und das entsprechende Programm ausgewählt. Nach einem harten Tag auf dem Bike empfiehlt sich zum Beispiel das Programm „Kapillarisation“ oder „Trainingserholung“ für die Oberschenkelvorderseite, die mitunter besonders für den Vortrieb auf dem Bike zuständig ist. Zuerst wird innerhalb weniger Sekunden die Erregbarkeit und das „Feedback“ der Muskeln im MI-Scan geprüft, um danach die optimale Stimulationsenergie einzustellen. Und dann heißt es: Auf der Couch liegen, die Muskeln zucken lassen und entspannen. Unsere Beine waren nach einem langen Renntag wieder frisch als wäre nichts gewesen und der zweite Tag ging deutlich leichter als sonst. Wenn zum Beispiel das Knie nach einem Sturz geschwollen und schmerzhaft ist, kann man mit den „Tens“

Programmen die Schmerzen reduzieren, das Abschwellen und den Stoffwechsel zur schnelleren Heilung beschleunigen. Und selbst beim Krafttraining und Muskelaufbau hilft Compex. Mit den vielen Trainingsprogrammen kann man die auf dem Bike vernachlässigte Muskulatur wie zum Beispiel am Rumpf trainieren. Selbst wenn man mit einer Grippe und Fieber im Bett liegt und jede physische Anstrengung verboten ist – das Compex hilft, die Muskeln in Schuss zu halten. Die Bedienung ist kinderleicht und intuitiv, man erhält immer weitere Informationen zu den Programmen und dank den Wireless-Modulen gibt es keinen Kabelsalat. Mit dem Compex hat man seinen eigenen Masseur und Physiotherapeut immer mit dabei.

4 KANÄLE UND WIRELESS-MODULE

30 PROGRAMME

16 SNAP-ELEKTRODEN

AKKULAUFZEIT 4,5 STUNDEN

PREIS: 929,- Euro

→ [WWW.ELEKTROMUSKELSTIMULATION.DE](http://WWW.ELEKTROMUSKELSTIMULATION.DE)