

An alles gedacht: Schönheit, Gesundheit und Wirksamkeit

Die Beweggründe sind denkbar unterschiedlich: Die einen wollen abnehmen, die anderen ihre Fitness steigern. Viele suchen auch gezielt nach Übungen für die Problemzonen, die ihnen schon so lange ein Stück Selbstwertgefühl rauben. Das finale Ziel von regelmäßigen Trainingseinheiten ist dagegen immer gleich: das körperliche Wohlbefinden. Endlich gibt es ein Gerät, das diesen Wunsch erfüllt – bei maximaler Wirkung und minimalem Aufwand. Mit dem Elektro-Myo-Stimulations-Training (EMS) von miha bodytec wird die Tiefenmuskulatur aufgebaut, die Haut gestrafft sowie die Kraft-Schnelligkeit gesteigert. Das macht den Multitrainer zum idealen Gerät für den Fitness-, Wellness- und Spa-Bereich.

Wer schön sein will, muss leiden. Diese Feststellung gehört dank der Elektrischen-Myo-Stimulation (EMS) der Vergangenheit an. Dabei nutzt miha bodytec einen natürlichen Mechanismus bei Muskelanspannungen: Das zentrale Nervensystem gibt elektrische Impulse über die Nervenbahnen weiter, was am Ende eine Kontraktion auslöst. Beim EMS-Training werden nicht nur große Muskelgruppen, sondern auch tief liegende Fasern durch externe, niederfrequente Reizströme aktiviert – selbst solche, die nicht über Willenskraft erreicht werden können und auf Kräftigungsübungen kaum reagieren. Der Kalorienverbrauch wird durch einen erhöhten Grundumsatz der verbesserten muskulären Substanz effektiv gesteigert. miha bodytec liefert damit anders als viele Diäten nicht nur kurzfristige Erfolgserlebnisse, sondern auch eine dauerhafte Lösung mit nachhaltiger Wirkung. Studien der Universität Bayreuth, der Sporthochschule Köln sowie weiterer Universitäten und Einrichtungen bestätigen die Effektivität und Wirksamkeit der EMS-Methode von miha bodytec.

Gesundes Training ohne Risiko

Herkömmliches Kraft- oder Ausdauertraining ist häufig mit einer starken Belastung der Gelenke verbunden. Hier besteht das Risiko einer falschen Intensität und somit die Gefahr von Überlastung. Diese Risiken entfallen bei miha bodytec. Die Einweisung in die Bedienung erfolgt durch Fachpersonal. Bereits nach einer kurzen Anleitung kann jeder das Allroundtrainingsgerät bedienen. Die Intensität lässt sich individuell steuern. So profitieren Leistungssportler ebenso wie Personen mit Bewegungseinschränkungen vom EMS-Training. Nicht umsonst hat es Athletik-Coaches und Personal Trainer ebenso überzeugt wie Ärzte und Physiotherapeuten.

Sie nutzen den Muskelaufbau sowohl in der Rehabilitation als auch im Leistungssport: Die Körperstabilität wird erhöht, Beschwerden werden behandelt und gelindert sowie die Leistungsfähigkeit gesteigert.

Training mit Schönheits- und Wellnessgedanke

Sich im eigenen Körper wohlfühlen – das scheitert oft an vermeintlichen Kleinigkeiten. Die „Problemzonen“ sind hier wieder ein wichtiges Stichwort. Gerade Frauen kämpfen verzweifelt gegen einen hohen Fettanteil an Oberschenkeln, Hüfte und Po. miha bodytec trainiert hier nicht nur die entsprechende Muskulatur, sondern strafft durch anregende Impulse auch das Bindegewebe. Somit wird der gesamte Stoffwechsel aktiviert, die Entschlackung gefördert und die für viele Frauen problematische Cellulite wirkungsvoll bekämpft. Wie „nebenbei“ wird der Fettgehalt und damit das Gewicht erwiesenermaßen bereits nach wenigen Anwendungen verringert. miha bodytec ist damit der ideale Wellness-Partner, der bestätigt: Wahre Schönheit kommt von innen. Denn wer sich in seinem Körper wohl fühlt, strahlt auch nach außen eine tiefe Zufriedenheit aus.

Ideales Trainingsgerät für das Spa

Auch für den Spa-Bereich eignet sich das Gerät von miha bodytec optimal. Denn Gäste im Spa, Medical Spa oder anderen Einrichtungen suchen Erholung. Sie wollen sich und ihrem Körper etwas Gutes tun. Wer ihnen ein EMS-Training anbietet, antwortet bestens auf ihre Bedürfnisse. Vor allem, weil diese erfüllt werden, ohne viel Zeit und Schweiß in ein ausgedehntes Fitnesstraining investieren zu müssen. So kann der Gast individuell trainieren oder auch motivierende Gruppenangebote nutzen. Ein praktischer Nebeneffekt für Spa-Hotels ist der geringe Platzaufwand des Allroundtrainingsgeräts.

Einfach, schnell und gelenkschonend

Dank des effektiven Ganzkörpertrainings mit miha bodytec bekommt jeder auf einfache, schnelle und zudem gelenkschonende Art eine sportlichere Silhouette und ein hohes Maß an Wohlbefinden. Bereits zwei Einheiten pro Woche à 20 Minuten reichen aus, um Ergebnisse zu erzielen. Auch Doreen Dietel ist vom Gerät überzeugt. „Ich hatte in kurzer Zeit einen wahnsinnigen Erfolg – fühlbar und sichtbar. Ich bin leistungsfähiger denn je“, sagt die Schauspielerin. Darum hat sich die 34-Jährige sofort bereit erklärt, die bundesweite miha bodytec Beauty-Kampagne „Abnehmen, formen und festigen“ in deutschen Kosmetik-, Gesundheits- und Wellnesseinrichtungen zu unterstützen – damit möglichst viele Menschen selbst erfahren können, was es heißt, mit minimalem Aufwand maximalen Effekt zu erzielen.

Warum ist miha bodytec empfehlenswert:

- Große Zeitersparnis bei jeder Trainingseinheit
- Leistungssteigerung
- Gewichtsreduzierung
- Bindegewebsstraffung
- Durchblutungsfördernd
- Sicht- und spürbare Ergebnisse in kürzester Zeit
- Optimierung des Muskelstoffwechsels

**miha bodytec darf nicht angewendet werden bei:**

- Epilepsie
- Akuten Thrombosen
- Herzschrittmachern
- Schwerwiegenden Erkrankungen wie Krebs und MS
- Schwangerschaft

miha bodytec Zubehör:

- Steuergerät in Laptop-Größe
- Standfuß
- Chipkarte für individuelles Training
- Funktionsweste weiblich/männlich
- Hüftgurt
- Arm- und Beinpads
- Passgenaue miha bodytec Unterkleidung weiblich/männlich



**Weitere Informationen unter www.miha-bodytec.de
Download Text und Bild sowie RSS-Newsfeed unter:
www.press-service.info/miha-bodytec**

Pressekontakt:

TOC Agentur für Kommunikation GmbH & Co. KG
Thomas Ammer / Sylvia Hederer / Stephanie Demuth
Kolpingring 16
82041 Oberhaching bei München
Tel: +49 89 1430 400-35
Fax: +49 89 1430 400-29
claudia.bauer@toctoc.info
www.toctoc.info
www.press-service.info