



GLOBUS



PLATAFORMA VIBRATORIA **PHYSIO PLATE MY FIT**

VIBRACIÓN VERTICAL

AMPLITUD DE VIBRACIÓN:
2 - 4 mm

TIMER:
2 - 255 segundos

MOTOR:
2, 500 W

FRECUENCIA:
15 - 70 Hz, 55 niveles de
velocidad

PROGRAMAS:
200 + 1 manual + 1 usuario;
Función deporte

ACCESORIOS:
correas incluidas, alfombrilla

PESO MÁX USUARIO:
150 Kg

PESO:
120 Kg

DIMENSIONES:
90 X 81 X 153 cm

CARACTERÍSTICAS PRINCIPALES

La **Physio Plate My Fit** es una plataforma que produce significativos incrementos de fuerza: el esfuerzo que producen las vibraciones mecánicas es, en efecto, capaz de aumentar la contracción muscular, con efectos de potenciación muscular e incremento de las capacidades elástico-reactivas. Tonifica y afirma la musculatura del cuerpo, facilita la circulación y estimula el drenaje linfático.

La plataforma vibratoria **Globus Physio Plate My Fit** es una importante herramienta en el tratamiento de la rehabilitación y también contra la osteoporosis.

- Software de gestión actualizable.
- Ayuda en línea.
- Rápida selección del menú gracias a la pantalla gráfica **Touch Screen**.
- Planificador del entrenamiento personalizado (**Personal Trainer**).

•Amplia librería de ejercicios para el bienestar y la forma de todo el cuerpo **Physio Plate My Fit** es la plataforma vibratoria ideal para tratamientos deportivos y de rehabilitación, pero también para exigencias de tipo fitness y estéticas.

Sport

- Calentamiento
- Fuerza isométrica
- Fuerza máxima
- Fuerza dinámica
- Fuerza explosiva
 - Stretching
- Descontracturante
- Recuperación fática
- Recuperación muscular
 - Endurecimiento

Fitness

- Endurecimiento (muslos, piernas, glúteos, músculos)
- Tonificación (muslos, piernas, glúteos, músculos)
 - Modelaje
 - Stretching
 - Calentamiento
- Descontracturante

La vibración neuromecánica es extremadamente eficaz por el efecto que produce en casi todos los tejidos y estructuras del cuerpo humano y con este actúa en el sistema neuromuscular, en la circulación, en los cartílagos, en el tejido óseo, en el sistema hormonal y en los neurotransmisores.

Los efectos de la plataforma vibrante son importantes y dependen de los valores de: frecuencia (Hz), amplitud (Mm.), aceleración, duración, ángulos articulares (grados).