

**PRO** TRAINER



NEL MONDO DELLA FORMA FISICA  
FACILE DA USARE PER TUTTI

## **PEDANA VIBRANTE PRO TRAINER**

**DUNLOP**

**TONIFICA**

---

**DRENA**

---

**RASSODA**

---

**AUMENTA IL  
METABOLISMO**

---

**AUMENTA L'ELASTICITA'  
MUSCOLARE**

---

**RIMANI IN FORMA**

---

**RITROVA LA FORMA  
CON L'ALLENAMENTO  
VIBRATORIO DI PRO TRAINER**

Un prodotto esclusivo

**DKN**  
TECHNOLOGY

## Whole Body Vibration



«Da Hollywood a New York, passando per Parigi e Londra ne vanno tutti pazzi. Ha fatto breccia tra le più importanti squadre in diverse discipline: dal calcio al basket, dal baseball al football americano. Stiamo parlando del rivoluzionario Whole Body Vibration, ovvero l'allenamento vibratorio. Una pedana vibrante dagli effetti rassodanti, tonificanti e di potenziamento muscolare, che in dieci minuti consente di ottenere gli stessi effetti di un'ora e mezzo di allenamento con le macchine tradizionali.»

**«Un metodo che sfrutta l'allenamento vibratorio. Niente a che vedere con la "ginnastica passiva".**

L'allenamento vibratorio, un sistema che si basa su quello sviluppato per aiutare i cosmonauti a combattere gli effetti degenerativi sui tessuti muscolari e ossei in assenza di gravità. Questa tecnologia si è evoluta trovando applicazione anche nel campo estetico: i muscoli reagiscono attivamente alla stimolazione meccanica prodotta dalle vibrazioni contraendosi; al tempo stesso aumenta il rilascio di ormoni, prodotti naturalmente dal corpo, che bruciano i grassi, contrastando gli inestetismi della cellulite. I risultati sono un progressivo dimagrimento e una ridotta sensazione di sforzo, con un risparmio fino all'85% di tempo rispetto ai tradizionali allenamenti.»

**«Più potenziamento muscolare in tempi rapidi.»**

Per molte star dello spettacolo è diventato in poco tempo il modo più comodo e più veloce per mantenersi in forma. Per tanti è una risposta alla sedentarietà e alla mancanza di tempo. «PRO TRAINER viene usata con successo anche nell'alta performance sportiva - spiegano gli esperti - perché consente un miglioramento delle prestazioni fino al 12%, in tempi molto brevi (10 giorni) su atleti professionisti. La sollecitazione prodotta dalle vibrazioni meccaniche è infatti in grado di innalzare la contrazione muscolare fino al 30% con effetti di potenziamento muscolare e incremento delle capacità elastico reattive.»

## COME AGISCE LA PEDANA VIBRANTE PRO TRAINER



A tutti le vibrazioni potrebbero sembrare un meccanismo sofisticato frutto di una tecnologia avanzata assai distante dal normale fitness, dalla corsa, da una partita a calcio.

E invece si tratta di un fenomeno del tutto naturale al quale siamo tutti sottoposti giornalmente ad esempio durante una camminata, o una corsa: all'impatto col suolo vengono generate e trasmesse lungo il corpo onde d'urto: si tratta di "vibrazioni" trasmesse attraverso il piede, lungo la gamba e la colonna vertebrale.

Utilizzare la **pedana vibrante PRO TRAINER** significa allenarsi con una macchina che emette vibrazioni. **Gli utilizzatori prendono posizione sulla pedana vibrante, mentre la piastra posta alla base dell'apparecchio trasmette vibrazioni ai muscoli del corpo (la posizione dipende dal gruppo muscolare che vogliamo allenare).**

In sostanza le vibrazioni della **pedana PRO TRAINER** provocano la contrazione riflessiva del muscolo (in modo analogo a quando il dottore colpisce leggermente il ginocchio appena sotto la rotula e la gamba si solleva). Queste contrazioni fanno sì che il cervello si alleni a usare meglio i muscoli (noto anche come adattamento neurologico).

Attraverso la **pedana vibrante PRO TRAINER** i muscoli reagiscono attivamente alla stimolazione meccanica prodotta dalle vibrazioni e si contraggono al 100%; al tempo stesso aumenta il rilascio di ormoni, prodotti naturalmente dal corpo, **migliorando il metabolismo basale.**

I risultati di un utilizzo costante dell'allenamento vibratorio, sono un progressivo dimagrimento (associato sempre ad una dieta ipocalorica) e un aumento della tonicità e della forza muscolare, con un **risparmio fino all'85% di tempo rispetto ai tradizionali allenamenti.**



## LA PEDANA VIBRANTE PRO TRAINER by Dunlop

Pro Trainer è l'unica pedana vibrante studiata per l'allenamento Home Fitness di alto livello completamente in acciaio inossidabile.

Design innovativo, solidità, silenziosità e facilità d'uso la rendono unica nel suo genere.

Con il personal coach integrato, Pro Trainer consente di scegliere facilmente fra 5 protocolli di allenamento in base al gruppo muscolare da sollecitare. Un'interfaccia intuitiva guida l'utente durante il programma, mentre gli esercizi vengono chiaramente visualizzati sul display.

Definisci i tuoi obiettivi e centrali, divertendoti in sicurezza, con un vero e proprio personal trainer privato che ti indicherà tempi di allenamento e recupero oltre alle posizioni da mantenere sul piatto.

Pro Trainer è dotata di un motore specificatamente studiato per imprimere al piatto vibrazioni verticali ed efficaci.

Attraverso il sito web [www.mheruoep.net](http://www.mheruoep.net) potrete ottenere tabelle di allenamento personalizzate.

Servizio di Personal Trainer gratuito al numero verde **800 880400**, solo per i clienti Pro Trainer.

Garanzia di 2 anni  
e assistenza a  
domicilio.



# RIVOLUZIONE PER LA SALUTE, ANTI AGING E BELLEZZA



## FORMA FISICA

### **Aumento della Forza e Potenziamento.**

Con Pro Trainer il tuo corpo impara ad attivare anche quei muscoli che raramente si usano (addome). Così tutto il tuo corpo ne trarrà beneficio senza doversi allenare troppo intensamente. Un utilizzo costante di Pro Trainer aumenta Forza e Potenza muscolare e di conseguenza la tonicità e l'elasticità muscolare.

## LIPOLISI E CELLULITE

### **Contrasta gli inestetismi della cellulite.**

Il massaggio provocato dagli esercizi di Pro Trainer scioglie gli addensamenti dei tessuti e le aderenze, distrugge le cellule adipose e accresce la mobilità degli strati tissutali.

## BRUCIA IL GRASSO

### **Accelera il metabolismo.**

L'utilizzo di Pro Trainer incentiva la produzione dell'ormone IGH-1. E' comprovato che questo specifico ormone aiuta a bruciare il tessuto grasso. Inoltre una massa muscolare aumentata va di pari passo con un metabolismo più accelerato che consente di bruciare più grasso (sempre abbinata una dieta ipo calorica).

## DRENAGGIO LINFATICO

### **Attiva la circolazione.**

Durante la sessione di allenamento con Pro Trainer il sangue affluisce nei muscoli raggiungendo anche i capillari più sottili fino a 50 volte al secondo. In tal modo le cellule sono irrorate con maggiore velocità e il corpo espelle molto più rapidamente le sostanze nocive, beneficiando di una migliore rigenerazione.

## ANTINVECCHIAMENTO

### **Prevenire la perdita muscolare legata all'età, la perdita di densità ossea e le rughe sulla pelle.**

L'utilizzo costante di Pro Trainer aiuta a sentirsi più giovani in virtù dell'aumento della secrezione di serotonina, il neurotrasmettitore della sensazione di benessere. Pro Trainer migliora il vigore muscolare ed aiuta la flessibilità muscolare e l'escursione motoria. Stimola la produzione di collagene donando alla pelle un aspetto più tonico. Pro Trainer aiuta il corpo ad aumentare la densità minerale ossea.

## MASSAGGIO E RELAX

### **Migliora l'elasticità**

La circolazione intensa, il riscaldamento dei muscoli e l'attivazione riflessa dei tendini contribuiscono ad accrescere l'elasticità del corpo, rimuovendo al tempo stesso qualsiasi tensione, addensamento e aderenza nei tessuti.

## CARATTERISTICHE TECNICHE

- Struttura in acciaio inossidabile.
- Peso: **65 Kg**
- Peso massimo dell'utilizzatore: **140 Kg**
- Dimensioni: **65 x 74 x 130 cm**
- Dimensioni piattaforma vibrante: **70 x 33 cm**
- Visualizzazione dati e inserimento programmi:  
**Consolle a tasti a membrana e ampio visore per seguire le posizioni dell'allenamento.**  
**Regolazione del tempo di esercizio e dell'intensità delle vibrazioni allenanti.**
- Frequenza di vibrazione:  
**20 - 25 - 30 - 35 - 40 - 45 - 50 Hz**
- 4 macro programmi suddivisi in aree del corpo:  
**Area Body upper - Area Body low**  
**Area total body - Area addominali**
- Potenza: **700 W**
- Ampiezza di vibrazione: **1,6 mm - 3,8 mm**

Consultare il manuale per le controindicazioni.

Distributore esclusivo per l'Italia:

**MH srl**

Via Valcunat 10/1  
33072 Casarsa della Delizia (PN)

Tel.: +39 0434 871428  
Fax: +39 0434 872144  
Numero verde: 800-880400

info@mheurope.net  
www.mheurope.net

**PRO-TRAINER**

**DUNLOP**

Un prodotto esclusivo

**DKN**<sup>®</sup>  
TECHNOLOGY

Rivenditore autorizzato DKN:

