

PERSBERICHT

Reaxing – het nieuwe functionele trainen

Train your senses to improve your performances.

A true neuromusculair trainingsrevolution.

Reaxing heeft als eerste merk ter wereld innovatieve trainingsmethoden en producten heeft ontwikkeld met de *Sudden Dynamic Impulse* technologie.

Reaxing training is gebaseerd op het geleidelijk vrijgeven van gecontroleerde impulsen, door licht, geluid en tastbare stimuleringen en/of motorische interferenties. De atleet of patiënt wordt zo gedwongen om neuromusculaire reacties snel te activeren. Deze onvoorspelbaarheid verhoogt trainingsprestaties kwalitatief en kwantitatief. Als gevolg hiervan verbeteren sportprestaties, metabolisme, het reactievermogen van de spieren en betrouwbaarheid van posttraumatisch herstel aanzienlijk. Daarnaast verlaagt het de kans op blessures omdat de *Reaxing* training veelzijdig en makkelijk aanpasbaar is met betrekking tot uithoudingsvermogen en kracht. Deze eigenschappen maken de training geschikt voor iedereen.

Er zijn drie *Reaxing* kernbegrippen: *Sudden*, *Dynamic* en *Impulse*. Daarnaast is het doel van *Reaxing*: *train your senses to improve your performances*. Wat er ontbreekt aan conventioneel trainen is eenvoudig: Het mist het onvoorspelbare element dat altijd aanwezig is tijdens het sporten en in het dagelijkse leven. Door middel van de drie kernbegrippen leggen we de kern van *Reaxing Training* uit en behalen we ons doel: *To train your senses to improve your performances*.



Sudden:

Het kernbegrip *Sudden* introduceert het onvoorspelbare element van onze trainingsmethode. Door middel van het integreren van dagelijkse onvoorspelbaarheden in onze sport activiteiten. Als we een onvoorspelbare horde tegen komen tijdens het lopen, of als we getackeld worden tijdens een wedstrijd door de tegenstander, moet er plotseling een neuromusculaire reactie gevormd worden. Vergelijk dit nu eens met het conventionele trainen, hoe vaak gebeurt dit tijdens uw dagelijkse workout?

Dynamic:

Sporten en het dagelijkse leven zijn beide dynamisch. Vergelijk het optillen van een kind van 20 kilo met het optillen van een kettle bell van 20 kilo. Natuurlijk zit hier verschil tussen! Het kind beweegt bijvoorbeeld, zonder dat wij weten op welke manier precies. Hierdoor moeten wij onze neuromusculaire anticipatie activeren bij het optillen van het kind. Vergelijk de twee zelf en ervaar hoe veel intensiever de neuromusculaire activiteit wordt.

Impulse:

Het laatste kernbegrip van het nieuwe *Functional Trainen*. **Onvoorspelbare impulsen zijn precies wat we nodig hebben om onze senses, ons reactievermogen, onze flexibiliteit en onze neuromusculaire responsiviteit te trainen.** Naar aanleiding van iemands persoonlijke doel, adviseert *Reaxing Training* twee verschillende soorten impulsen: **licht, geluid en sensorische stimulaties** die vrijwillige- en geconditioneerde motorische reacties opwekken (als het stoplicht op groen springt, steken we de weg over) en **interferenties of alteraties**, die onopzettelijke- en spontane reacties doen ontstaan (wanneer we struikelen en het lichaam ons onopzettelijk in balans houdt).

Producten:

REAX BOARD

Reax Board is een ongelooflijk "slimme" vloer die plotselinge veranderingen kan veroorzaken en reproduceren tijdens de motorische activiteit. De trainingsopties zijn eindeloos. Standaard oefeningen, uitgevoerd onder stabiele en voorspelbare omstandigheden, worden onvoorspelbaar, veel leuker en vooral effectiever. Alle spieren worden geactiveerd en de focus moet altijd hoog en stabiel worden gehouden. Dankzij een tablet met een speciale app kan de gebruiker of de PT het moeilijkheidsniveau selecteren dat hij wenst en kiezen uit verschillende vooraf geconfigureerde trainingsprogramma's. Speciale PT sessies zijn alleen beschikbaar in aanwezigheid van een trainer, zodat de intense en aangepaste programma's met volledige veiligheid uitgevoerd kunnen worden. Tijdens het originele "live" programma kan de PT bijvoorbeeld de motorische activiteit wijzigen door middel van real-time interferenties. Hij kan de intensiteit, snelheid, richting en aanpassen en het bord bevriezen op de positie die hij wenst. Dit alles gebeurt tijdens de trainingen.



REAX CHAIN

Reax Chain bestaat uit flexibele en verstelbare ringen. Het kan worden gebruikt als een kettlebell, een battle rope, een barbell, een dumbbell, een core bag, een Bulgarian bag en op vele andere manieren. Het is dynamisch onvoorspelbaar, flexibel, draagbaar, zacht, veilig en ruimtebesparend. Dit functionele voorwerp zal de traditionele training tenietdoen. *Reax Chain* is verkrijgbaar in verschillende gewichten en kan worden gecombineerd met een eindeloos aantal oefeningen, die elk gebruik maken van, dynamiek, centrifugale kracht en progressieve weerstand. Perfect voor groepsactiviteiten, maar ook voor degenen die willen trainen met hun PT, rustig thuis of in het park.

De veiligheid en gebruikersvriendelijkheid maakt de *Reax Chain* absoluut uniek: je kunt hem pakken, gooien, erin knijpen, dragen, buigen of er zelfs op stappen, waardoor noch de gebruiker, noch de vloer wordt beschadigd! *Reax Chain* is het eerste product dat gebruik maakt van de *Reaxing Flex Weights*-technologie (patent pending) *Reaxing* is het eerste bedrijf ter wereld dat een trainingmethode en een assortiment heeft ontwikkeld dat gebruik maakt van het eigen concept en de technologie van 'Sudden Dynamic Impulse'.



REAX LIGHTS

Een innovatief lichtstelsel ontworpen om de reactietijd te analyseren en te verbeteren.

Reax Lights traint je reactiesnelheid en wendbaarheid. Reax Lights is een revolutionair lichtstelsel dat is ontworpen om interactieve trainingsprogramma's te ontwikkelen, die worden toegepast in fitness, sport en revalidatie. Het systeem is ook perfect voor recreatieve activiteiten voor kinderen.



FLUILIFT

FluiLift is de eerste barbell ter wereld die de motorische activiteit destabiliseert voor een baanbrekende neuromusculaire training. Gewichtheffen is altijd een belangrijk onderdeel geweest van de meeste trainingsprogramma's. Symmetrie, stabiliteit en consistentie zijn de sleutelwoorden van de conventionele trainingsprogramma's die we allemaal kennen. FluiLift is de eerste barbell (patent pending) die deze concepten volledig op hun kop zet. Dankzij zijn innovatieve systeem wordt de motorische activiteit van gewichtheffen onverwacht instabiel. Gietijzeren schijven of in dit geval de Reax W-Disk oscilleren, roteren en stuiteren, afhankelijk van de oefening die de gebruiker uitvoert. Dankzij de Reax B-Bungee wordt er onvoorspelbaarheid en dynamiek toegevoegd aan elke oefening. Schijven en bungees worden geleverd in verschillende gewichten en met een breed scala aan accessoires. Dankzij deze functies is de gebruiker in staat om een groot aantal oefeningen uit te voeren, waarbij dynamiek, centrifugale kracht en progressieve weerstand worden gebruikt. Ook worden met de FluiLift vloeren niet meer beschadigd dankzij het innovatieve softshock-systeem.



FLUIBALL

De Fluiball is een zacht aanvoelende en onbreekbare medicine ball, met een variabele hoeveelheid niet-toxisch gekleurd water erin. De bal komt in verschillende gewichten, van 1 tot 12 kilo, afhankelijk van de hoeveelheid water in de bal.

De instabiliteit en de onvoorspelbaarheid van het water maken de medicine ball tot een echt functioneel hulpmiddel: dynamisch onvoorspelbaar, flexibel, draagbaar, zacht, veilig en ruimtebesparend. Tegelijkertijd maakt de zachtheid het uniek: je kunt de bal rollen, schudden, pakken, weggoien of er zelfs in knijpen zonder schade toe te brengen aan mensen of oppervlakken!

Elk type training kan worden aangepast aan de individuele kenmerken van de gebruiker, in overeenstemming met zijn of haar individuele onderwijsprogramma. Type, positie en gewicht van de bal, samen met de snelheid van het uitvoeren van de oefening, bepalen de intensiteit van de trainingssessie. Deze proprioceptieve ballen zijn perfect geschikt voor revalidatiefasen, omdat de Fluiball specifiek kan worden ingesteld op behoefte van de gebruiker om de sterkte, balans en coördinatievaardigheden te verbeteren. De Fluiball is beschikbaar in de volgende diameters: 16, 26, 30, 55 en 65 cm.



Informatie:

Bodybow Healthcare BV
Jethro Knoop
Zeelandhaven 2
3433 PL NIEUWEGEIN

T 030 -604 3552

marketing@bodybow.nl

VOOR DE REDACTIE:

Beeld en film materiaal zijn op aanvraag beschikbaar, aan te vragen via marketing@bodybow.nl