

Mehr als Abnehmen: EMS-Training bringt den Körper in Form

Viele kennen die Situation: Nach dem verdienten Sommerurlaub oder einigen schönen Grillabenden wandert der Blick skeptisch auf die Waage. Schon wenige Pfunde zu viel beeinträchtigen das persönliche Wohlbefinden. Allerdings geht es nicht nur um das Gewicht, sondern um das damit verbundene Gefühl, nicht „in Form“ zu sein. Während zahlreiche Diäten nur kurzfristige Erfolge erzielen, bietet miha bodytec eine dauerhafte Lösung: Das einfache sowie wirkungsvolle EMS-Training baut die Muskulatur auf und erhöht so nachhaltig den Kalorienverbrauch. Für ein besseres Gefühl in einem straffen sowie festen Körper.

Das Ministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz führt jährlich eine nationale Verzehrstudie durch. Nach der aktuellen Erhebung sind in Deutschland 66 Prozent der Männer und 51 Prozent aller Frauen übergewichtig. Als Reaktion auf diese Entwicklung überschwemmen immer neue Diätkonzepte den Markt, die größtenteils in den so genannten „Jojo-Effekt“ münden. Der Mensch nimmt nur ab, wenn er mehr Energie verbraucht, als er mit der Nahrung aufnimmt. Wird beispielsweise zu Beginn einer Diät die Kalorienmenge reduziert, verschwinden auch schnell die ersten Pfunde. Allerdings schaltet der Organismus dabei auf „Sparflamme“ und verbrennt weniger Energie. Stehen dem Körper nach der Diät wieder mehr Nährstoffe zur Verfügung, speichert er diese in Form von Fettreserven, um auf die nächste „Hungersnot“ vorbereitet zu sein. Mit einer weiteren Diät beginnt dann der Kreislauf von vorne. Um dauerhaft in Form zu kommen, muss der Energieverbrauch des Körpers nachhaltig gesteigert werden. Genau hier setzt miha bodytec an. Mit der Elektrischen-Muskel-Stimulation (EMS) bietet miha bodytec ein effektives Ganzkörpertraining für alle Zielgruppen. „Wer schön sein will, muss leiden“ ist Vergangenheit, denn die erfolgreiche Trainingsmethode ist so einfach und schnell, dass sich jeder den Traum von einem besseren Körpergefühl verwirklichen kann.

Starthilfe für den menschlichen Motor

Die Muskeln sind die Antriebswerke des Menschen. Das EMS-Training aktiviert nicht nur alle großen Muskelgruppen, sondern auch kleine und tiefliegende Fasern. Der niederfrequente Reizstrom spricht sogar Muskelsysteme an, die nicht willentlich angesteuert werden können und auf normale Kräftigungsübungen kaum reagieren.

Studien und Anwendungs-Beobachtungen der Universität Bayreuth, der Sporthochschule Köln sowie zahlreicher weiterer Universitäten und Einrichtungen bestätigen die hohe Effektivität und Wirksamkeit der EMS-Methode.

Formen, Festigen und Straffen – drei Wünsche in 30 Minuten

Durch die neuartige Wirkungsweise der miha bodytec EMS-Technologie gelingt die Kombination aus minimalem Zeitaufwand sowie maximalem Effekt. Ein bis zwei Trainingseinheiten pro Woche reichen vollkommen aus, um spür- und sichtbare Ergebnisse zu erzielen. Inklusive An- und Ablegen der Weste mit integrierten Elektroden dauert ein Workout lediglich 30 Minuten. Die simultane Aktivierung mehrerer Muskelgruppen steigert die Intensität, erhöht den Energieverbrauch und macht längere Trainingszeiten unnötig. Des Weiteren entfällt die oft starke Belastung herkömmlicher Ausdauer- oder Kraftmethoden für Herz und Gelenke. Mit kurzem Zeiteinsatz erreicht miha bodytec langfristige Ziele. Trainierte Muskelgruppen benötigen in Ruhe mehr Energie als untrainierte, wodurch beispielsweise auch im Schlaf mehr Kalorien verbrannt werden. Mit ihrer Tiefenwirkung unterstützt die EMS-Technologie sowohl Gewichtsreduzierung als auch ästhetische Körperformung und Straffung der Muskulatur. Die Reize erreichen auch jene Muskeln, die eigentlich kaum zu trainieren sind, wie die klassischen Problemzonen an Oberschenkeln, Hüfte oder Po und bekämpfen diese wirkungsvoll. Der einzigartige Effekt beschränkt sich nicht auf die Muskulatur, sondern beeinflusst auch das Bindegewebe. Die Kombination aus den elektrischen Impulsen und dem Kompressionseffekt der im Gurt integrierten Elektroden stimuliert den gesamten Stoffwechsel, fördert die Entschlackung und bekämpft somit die ungeliebte Cellulite.

Doreen Dietel: „In kurzer Zeit ein wahnsinniger Erfolg“

Gesund, schlank und fit. Als erfolgreiche Schauspielerin kennt sich Doreen Dietel mit den gängigen Schönheitsidealen aus. Seit einiger Zeit trainiert sie mit der EMS-Technologie von miha bodytec und erklärt begeistert: „Ich hatte in kurzer Zeit einen wahnsinnigen Erfolg – fühlbar und sichtbar. Ich bin leistungsfähiger denn je.“ Auf dem Laufsteg, dem roten Teppich oder vor der TV-Kamera – Doreen Dietel macht sprichwörtlich eine gute Figur. Aufgrund ihrer eigenen Erfahrungen zögerte die 34-Jährige keinen Augenblick, miha bodytec bei der neuen Kampagne „Abnehmen, Formen und Festigen“ zu unterstützen. Neben diesen subjektiven Eindrücken bestätigen auch objektive Untersuchungen der Universität Bayreuth und Erlangen-Nürnberg die Wirksamkeit des EMS-Trainings. 87 Prozent der Teilnehmer berichteten von deutlich sichtbaren Figurformungseffekten und 89 Prozent fühlten sich im Anschluss an die Studie stärker, straffer und stabiler. Durchschnittlich verringerte sich der Körperfettanteil bei den Teilnehmern nach sechs Wochen Training um vier Prozent. Diese Zahlen zeigen deutlich, dass miha bodytec nachhaltig hilft den Körper in Form zu bringen.

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 Bein pads
- 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
info@toctoc.info
www.toctoc.info
www.press-service.info