

# Das REHAPE® Konzept

Erfolg 4.



Sling Training 3.



Tiefenwärme mit Skanlab 2.



Verletzung 1.



Schneller zurück zur Leistungsfähigkeit

DAS REHAPE® KONZEPT

NEUE IDEEN UND WEGE IN DER PHYSIOTHERAPIE

NEUE IDEEN UND WEGE IN DER PHYSIOTHERAPIE

## Schulungen/ Seminare:



## Das REHAPE® Konzept

Sling Trainings Therapie – STT Seminare finden in Deutschland, Mallorca, Österreich, Schweiz und in Norwegen statt. Informationen unter: [www.ams-die-akademie.de](http://www.ams-die-akademie.de)



Händler:

# Das REHAPE® Konzept



Schneller zurück zur Leistungsfähigkeit

GENIAL EINFACH – EINFACH GENIAL

# Was ist das REHAPE® Konzept?

Schmerz hemmt die Aktivität der lokalen Stabilisatoren.

Die globalen Bewegungsmuskeln verspannen und wollen schützen. Somit arbeitet die ganze Muskulatur nicht funktionell.

Es ist sinnvoll, zuerst die verspannte globale Muskulatur zu entspannen und die gesamte Muskulatur zu verstoffwechseln.

Eine sehr zeitsparende und effektive Therapiemethode hierfür ist die Tiefenwärme mit Skanlab.

Danach sollten in der gleichen Sitzung die lokalen Stabilisatoren aktiviert werden. Sling Training bietet hierfür optimale Möglichkeiten.

## Causale Therapie

1. **Schmerzhemmung** und
2. **Detonisierung** der globalen Muskulatur und **Verstoffwechslung** der Muskulatur mit Tiefenwärme (Skanlab)
3. **Aktivierung** der "lokalen Muskulatur" mit Sling Training
4. **Training** der gesamten Muskulatur



## Tiefenwärme



Anita Moen, 3-fache Silbermedaillengewinnerin bei den Olympischen Winterspielen.  
Oddvar Knutsen, Physiotherapeut, Olympiastützpunkt Oslo.

Mit Tiefenwärme in 6 Minuten zum Therapieerfolg.

**Skanlab 25 Bodywave®** steigert die Zirkulation, lindert den Schmerz und verbessert sofort die Beweglichkeit.

**Skanlab 25 Bodywave®** Erzeugt eine optimale, lokale, tiefe Wärme, die Schmerzen lindert und die Elastizität des Gewebes stärkt. Skanlab Tiefenwärme wird hauptsächlich bei akuten, subakuten und chronischen Verletzungen angewendet.



## Sling Training



### Sling Training

Neuere Erkenntnisse der Neuro- und Muskelphysiologie haben gezeigt, dass die lokalen Stabilisatoren von Gelenken auf schnelle, aggressive und instabile Reize mit Innervation reagieren.

Übungen im REHAPE® Sling Trainer können aufgrund der vibrierenden Instabilitäten der Seile das Muskelsystem der lokalen Stabilisatoren effektiv aktivieren. Dies ist die Basis für Stabilisationstraining. Zuerst kommt die Aktivierung der lokalen, dann folgt das Training der globalen Muskulatur.