

# Ein reizvolles Training

## AmpliTrain setzt auf die modulierte Mittelfrequenz

*Es gibt sie schon in vielen Clubs: Reizstromgeräte, die über Elektroden elektrische Impulse geben und dadurch Muskelkontraktionen auslösen. Das Ziel: Muskelstraffung und Kraftzuwachs. Der Weg bislang: EMS (Elektromyostimulation)-Systeme. Die Firma AmpliTrain GmbH setzt mit ihrem AmpliTraining neue Reize im Ganzkörper-Training. Im Gegensatz zu herkömmlichen Geräten zur elektrischen Muskelstimulation setzt die AmpliTrain-Technologie auf elektrische Muskelaktivierung (EMA). Dafür wird eine ganz neue Frequenz eingesetzt. Der Unterschied zu EMS: Alle relevanten Gewebearten - auch Fettgewebe und tieferliegende Muskelschichten - lassen sich so aktivieren. Und zwar ab der ersten Trainingseinheit.*



Mehr als 20 Jahre Erfahrung im Einsatz von EMS-Training in der Physiotherapie wie auch im Fitnessbereich sind in das einzigartige und innovative Trainingskonzept von AmpliTrain eingeflossen. „Die elektrische Muskelaktivierung ist eine wichtige Weiterentwicklung der EMS; in ihr liegt die Zukunft der Branche“, ist sich Beate Rösch, Mit-Begründerin von AmpliTrain, sicher. Das Ampli-Training ist ein effizientes und gelenkschonendes Training für alle Muskelgruppen. Möglich wird das durch innovative Technologie und ein neuartiges Elektrodenkonzept.

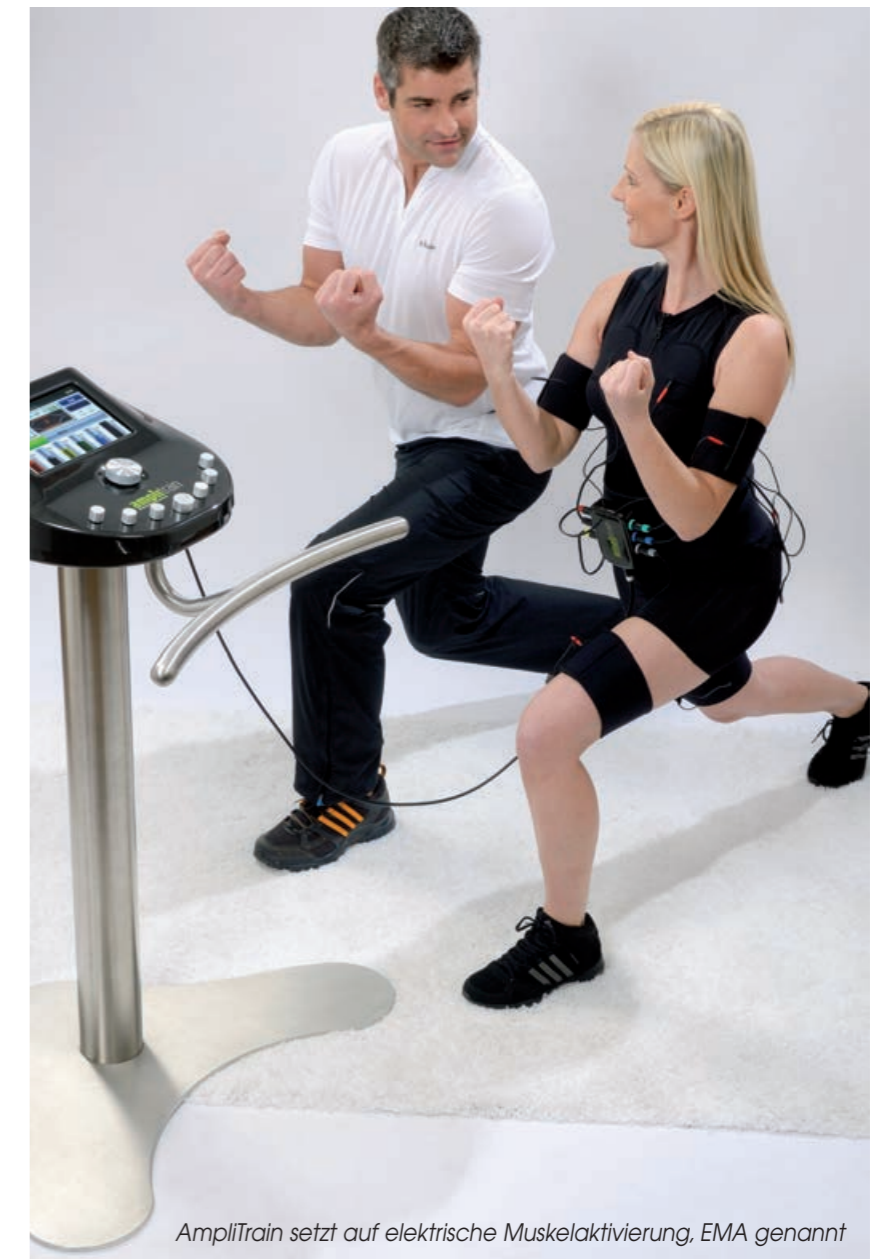
Herzstück der AmpliTraining-Methode ist die AmpliTrain Hardware. Diese arbeitet als einzige am Markt nicht mit niederfrequentem Reizstrom, sondern mit digitalisiertem MET-Strom - eine modulierte Mittelfrequenz, die, laut Beate Rösch, wesentlich physiologischer und effektiver ist als andere Stromformen. Während EMS nur ein Ansprechen der motorischen Nerven erlaubt, sei dank der hüllkurven-modulierten Mittelfrequenz von zwei Kilohertz beim AmpliTraining ein deutlich gezielteres Training einzelner Muskeln oder auch Muskelgruppen möglich. Die Muskelzelle werde direkt angesprochen. Das macht ein physiologisches Training möglich - und erstmals auch eine echte Trainingssteuerung. So kann mit dem AmpliTrain erstmals auch Hypertrophie erreicht werden oder es kann beispielsweise gezielt ein Fettverbrennungstraining durchgeführt werden.

Statt umständlichem Aufkleben von Elektroden oder schlecht leitender Manschetten trägt man beim Ampli-Training einen speziell entwickelten AmpliTroden-Anzug. Der macht es möglich, dass alle Impulse auch dort ankommen, wo sie hin sollen. Und weil es ein Ganzkörpertraining ist, kontrahieren viele Skelettmuskeln gleichzeitig. Die Tiefenwirkung ergibt in Verbindung mit dem hohen energetischen Potential des AmpliTrain-Stroms eine Volumenwirkung: Im gesamten Gewebe wird der Stoffwechsel aktiviert. Das bewirkt Entschlackung einerseits und die optimale Versorgung mit Nährstoffen und Sauerstoff andererseits. Und zwar im gesamten durchströmten Gewebe. Das macht das AmpliTraining wegen der straffenden Wirkung aufs Bindegewebe vor allem auch für Frauen interessant.

### Muskelaufbau und Muskelerhalt für jedes Alter

Die AmpliTroden sind keine herkömmlichen Elektroden. Sie bestehen aus einem Silbergewirk, das in einem speziellen Verfahren auf Neopren kaschiiert wird. So kann das Training in einem leitfähigen, hochelastischen Anzug stattfinden. Der Anzug wird über rein textile Übergänge mit Strom versorgt und ist frei von herkömmlichen Elektroden und Metallen. Die aus Bi-Stretch hergestellten AmpliTroden garantieren einen optimalen Sitz, selbst bei sportlichstem Training. Den Anzug trägt man direkt auf der Haut oder auf geeigneter Unterziehwäsche. Das Silbergewirk kommt aus der Medizin, wird für Wundverbände genutzt, ist antibakteriell und hautschonend.

Mit AmpliTraining können Clubs ihr Trainingsangebot um einen kompakten Baustein erweitern. AmpliTraining unterstützt bei Muskelaufbau und Muskelerhalt, unabhängig von Alter, Gesundheit, Beweglichkeit oder Sportlichkeit. Die Trainingslösung auf Strombasis unterscheidet sich aufgrund der einzigartigen Frequenz, vielseitiger Programmöglichkeiten und des durchdachten Trainingsanzuges von „herkömmlichen“ EMS-Systemen. Den Hauptunterschied macht die Nutzung von mittelfrequentem Strom aus. „EMS-Systeme arbeiten mit niederfrequentem Reizstrom und sind daher für professionelles Training wenig brauchbar“, meint Geschäftsführerin Beate Rösch. Dass Mitbewerber EMS-Trainingsysteme mit niederfrequentem Reizstrom



AmpliTrain setzt auf elektrische Muskelaktivierung, EMA genannt



Modernste Technologie aktiviert alle relevanten Gewebearten, auch Fettgewebe und tieferliegende Muskelschichten



anbieten, liege vor allem daran, dass es sehr aufwändig sei, Geräte mit mittelfrequenterem Strom zu bauen.

Die besondere Qualität wird auch dadurch dokumentiert, dass der AmpliTrain das einzige System in diesem Segment ist, das eine Zulassung als Medizinprodukt hat – das gilt sowohl für das Gerät als auch für die AmpliTroden-Anzüge. Eine Trainingseinheit besteht typischerweise aus einem der 35 Standardtrainingsprogramme beziehungsweise einem nach den Bedürfnissen des Trainierenden programmierten Trainingsablauf. Während dieser kompakten Programme bringt der AmpliTroden-Anzug die Impulse physiologisch und optimal verträglich zum Körper.

#### Hochtechnologisch und trotzdem kinderleicht

Das Gerät ist in jeder Trainingssituation leicht und schnell zu bedienen. Neben einer intuitiven Menüführung und einem Zehn-Zoll-Farbdisplay bietet es ein integriertes Chipkartensystem, das persönliche Trainingseinstellungen und -verläufe speichert und beim nächsten Training automatisch von der Chipkarte abrufft. So hat der Trainieren-

de jederzeit den Überblick. Für Beate Rösch gehören Betreuung, Verbindlichkeit und Wissenstransfer ebenso zum Konzept wie die AmpliTrain-Technologie selbst. „Wir glauben: Um die Effektivität von AmpliTraining wirklich nachvollziehen zu können, muss man es selbst erlebt haben“, sagen Beate Rösch und Sabine Kleber, die beiden Gründerinnen der AmpliTrain GmbH. Darum bieten sie Interessenten eine unverbindliche Vorführung des Geräts an, bei der sie das Konzept und das Gerät kennen lernen können. Die Kunden erhalten eine umfassende Unterstützung mit diversen Leistungsbausteinen im Bereich Marketing und Vertrieb. Auch Fachschulungen gehören zum Angebot.

Die AmpliTrain Hardware wird in Deutschland gebaut und erfüllt in puncto Bedienung und Verarbeitung höchste Qualitätskriterien. Das Gerät ist aufgrund der intuitiven Menüführung leicht bedienbar. Gleichzeitig wird es den hohen Anforderungen professioneller Arbeit im Bereich Trainingstherapie gerecht, weil es sehr viele Trainingsmöglichkeiten bietet. Derzeit arbeitet AmpliTrain an einem Konzept für ein Gruppentraining. Dabei sollen vier Geräte zum Einsatz kom-

men. Strom wie auch Bewegungsabläufe zum Strom sind fest vorgegeben und können in jedem Studio sofort umgesetzt werden.

Beate Rösch ist seit 1990 in der Physiotherapie tätig und begann ihre Tätigkeit in der Fitnessbranche 1996 als Inhaberin eines Fitnessstudios. Im Mai 2003 eröffnete sie das erste reine Ganzkörper-EMS-Studio in Deutschland. Jetzt ist sie fachliche Geschäftsführerin der AmpliTrain GmbH. Parallel dazu arbeitet sie an ihrer Master-Thesis im Bereich Sportphysiotherapie. Um die kaufmännischen Belange der AmpliTrain kümmert sich Sabine Kleber. Sie ist seit mehr als 25 Jahren als Kauffrau tätig, davon seit 15 Jahren im Ingenieursdienstleistungswesen in leitender Position sowie als Geschäftsführerin im eigenen Unternehmen, das die Konstruktion des Amplitrainers verantwortet. Vom EMS-Ganzkörpertraining erfährt Sabine Kleber erstmals im Jahr 2007 – und ist so begeistert, dass sie gemeinsam mit Beate Rösch 2010 die AmpliTrain GmbH gründet. Beate Rösch und Sabine Kleber haben noch viel vor. Man darf also gespannt sein, was die beiden engagierten Geschäftsfrauen in Zukunft noch alles auf die Beine stellen.



Beate Rösch ist fachliche Geschäftsführerin der AmpliTrain GmbH



Geschäftsführerin Sabine Kleber kümmert sich um die kaufmännischen Belange des Unternehmens

#### Kontakt

AmpliTrain GmbH  
TechnologieZentrum  
Donnersbergweg 1  
67059 Ludwigshafen  
Tel. + 49 (0) 621 / 55000-422  
Fax + 49 (0) 621 / 55000-414  
E-Mail: info@amplitrain.de  
Web: www.amplitrain.de