



# Smovey

## Schwungvoll trainieren

*Einzigartiges  
Bewegungsgerät  
aus Österreich*

„Nimm und geh!“ Einfacher kann eine Anwendungsbeschreibung für ein Trainingsgerät nicht sein. Viel mehr ist jedoch nicht nötig, um mit den Vibroswings® von Smovey® Körper und Geist zu beleben. Das Geheimnis besteht in einer einzigartigen Kombination aus Bewegung und Schwingung. Vier Metallkugeln, ummantelt von einem grünen Kunststoffschlauch, der in einer Behindertenwerkstätte zu einem Ring gebogen wird, rollen hin und her, sobald die Ringe horizontal, vertikal oder quer geschwungen werden. Dabei entsteht Energie, die über die gepolsterten Griffe und die Handflächen an den Körper weitergegeben wird.

### Mehr Energie für Körper und Geist

Der besondere, intensive Wohlfühleffekt beruht auf einem physikalischen Phänomen: Wie Messprotokolle von Prof. Reithuber von der Höheren Bundeslehranstalt für Technik in Steyr bestätigen, entsteht in den Vibroswings® eine Schwingung im Bereich von 60 Hertz, die dem körpereigenen Frequenzmuster im Ruhepuls entspricht sowie dem Taktgefühl, das jeder Mensch bereits als Embryo im Mutterleib empfängt. Energetisch derart wohlbehütet, ist der Körper besonders empfänglich für die vielfältigen positiven Effekte von Bewegung:

- ? Muskeln und Gewebe werden aktiviert
- ? Zellen und Nerven werden belebt
- ? Lymphe und Organe werden gereinigt

Aktuelle Erkenntnisse der Evolutionsmedizin bestätigen, dass Volkskrankheiten wie Diabetes Typ 2, Herzinfarkt, Schlaganfall und Krebs eng mit der Lebensweise des „modernen“ Alltags zusammenhängen, der durch einen Mangel an Bewegung und eine unausgewogene Ernährung geprägt ist. So verfolgte eine Studie in Brandenburg acht Jahre lang den Lebensstil von über 23 000 Männern und Frauen. Das Ergebnis der Beobachtung ist an Deutlichkeit kaum zu überbieten: Bei Personen mit einem Body-Mass-Index unter 30, die sich mindestens dreieinhalb Stunden pro Woche bewegten, nicht rauchten und deren Speiseplan viel Obst und Getreide, aber wenig Fleisch enthielt, sank das Risiko für derartige Erkrankungen geradezu

drastisch um 78 Prozent (Quelle: Der Spiegel, 40/2009). „Das Leben besteht in der Bewegung“, wusste schon Aristoteles. Das Problem besteht darin, sie in den Alltag zu integrieren. Im Gegensatz zur Jagd nach dem perfekten Sixpack oder zu schweißtreibenden Trainingsprogrammen im Fitnessstudio ist Bewegung mit den Vibroswings® von Smovey® denkbar einfach. Es genügt, die grünen Ringe in die Hand zu nehmen und loszuschwingen – unabhängig von Kurszeiten, drinnen oder draußen, allein oder mit Freunden. Das Einstudieren von korrekten Bewegungsabläufen wie beim Nordic Walking ist ebenfalls nicht erforderlich. Die neue Bewegungskultur von Smovey® kommt mit einer einfachen Formel aus: „Nimm und geh!“

Die Vibroswings® von Smovey® werden in Behindertenwerkstätten in Österreich angefertigt und sind für 74,95 Euro im Fachhandel erhältlich.

### Informationen

**Smovey GmbH**

**Smovey akademie**

TIC Steyr

Im Stadtgut A1

4407 Steyr-Gleink

Österreich

Telefon: +43 (0) 7252 71610-700

Telefax: +43 (0) 7252 71610-712

E-Mail: office@smovey.com

Internet: www.smovey.com

