

GRUPO
HORO

Sportmanía

EMS Integral: la revolución en fitness



A todos nos gusta vernos con buena silueta y el cuerpo tonificado, pero... ¿Cuánto tiempo y esfuerzo cuesta conseguirlo? En el gimnasio mucho y, en ocasiones, ni siquiera acudiendo con frecuencia se alcanzan los resultados deseados. Afortunadamente ya existe una alternativa: la electro-estimulación muscular (EMS). MihaBodytec se ha convertido en el tratamiento perfecto para compensar la falta de tiempo de hoy en día para cuidar la figura y salud. Con solo una sesión de 20 minutos de entrenamiento una vez por semana puedes conseguir resultados similares a 3 días de gimnasia convencional.

Si pensabas que lo habías probado todo en fitness, la electro-estimulación muscular (EMS) pone a tu alcance todavía algo nuevo. Desde hace años esta tecnología se utiliza

con aplicaciones médicas y terapéuticas, tales como la prevención de atrofia muscular o para conseguir una más rápida recuperación después de lesiones u operaciones. En el deporte, tanto amateurs como



deportistas de alto rendimiento la utilizan para el entrenamiento de fuerza y resistencia, así como para la reducción de la tensión causada por sobrecarga, la relajación muscular y el electro-masaje. Lo que era el secreto de los famosos para mantenerse en forma hoy casi un millón de personas lo utilizan regularmente para mejorar su imagen corporal, en particular la tonificación, reducción de grasa y bienestar.

Activar el cuerpo con alta tecnología

Si nos ofrecen una opción para estar en forma que basta con ponerse un traje y enchufarlo 20 minutos una vez por semana, muchos preguntarían dónde había que firmar. Esta opción hoy existe gracias a MihaBodytec.

Tiene electrodos en la parte superior e inferior de la espalda, dorsales, estómago y pecho, complementado con un cinturón para la cadera y glúteos y cintas en brazos y piernas. A partir de ahí, el instructor o entrenador personal for-

mado en el uso seguro y eficaz de EMS elegirá el programa específico más adecuado, pudiendo elegir entre opciones en el marco de la estética, como tonificar y elevar glúteos o brazos y los tratamientos anticelulíticos, así como de tonificación y rejuvenecimiento activo. También se dirige a atletas de alto rendimiento. De hecho, numerosos deportistas de élite incluyen el EMS en sus rutinas de entrenamiento, como Usain Bolt, los futbolistas del Bayern de Múnich y equipos nacionales de muchos deportes.

“El trabajo muscular con el Biotraje® es muy intenso y es la intensidad y no cuantas veces y cuantas horas que entrenamos que logra los mejores resultados- explica Luis Wyche, director de FitnessTechnology- que 10 minutos de activación muscular con EMS equivalen a la de tres horas de pesas, con la ventaja que el sistema ofrece un entrenamiento integral más de 300 músculos de todo el cuerpo activados de forma simultánea, quemando hasta 10 veces más grasa que una sesión aeróbica. Además, con la EMS hay menor riesgo de lesión en comparación de otros entrenamientos de alta intensidad, ya que no se produce la sobrecarga articular asociada al entrenamiento mecánico. Es una auténtica revolución en la forma en que hasta hoy se concebía un entrenamiento, porque permite alcanzar objetivos sin depender solo del esfuerzo porque la tecnología te ayuda a trabajar a la intensidad óptima para logra tus objetivos personales”.

Dr. Iván Mañero

con la electroestimulación muscular más avanzada

Después de investigar el mercado y probar distintos aparatos, el Dr. Ivan Mañero, cirujano plástico y estético y director de IM CLINIC, asegura que la marca MihaBodytec es única en su sector y uno de los avances tecnológicos más innovadores en Europa para regenerar el organismo. “Los beneficios son inmediatos -asegura-, tanto desde un punto de vista fisiológico, con una notable mejora en el estado de ánimo, como desde la vertiente de tratamiento para regenerar el organismo y remodelar íntegramente la figura. Nos olvidamos de la celulitis y del sobrepeso para encontramos un cuerpo elástico, fuerte y tonificado”.

Dr. Ángel Gutiérrez

Especialista en Medicina Deportiva

La EMS bien aplicada logra maximizar los beneficios del entrenamiento deportivo. LO asegura el Dr. Ángel Gutiérrez, reconocido especialista en medicina deportiva, profesor en el INEF de Granada. Actualmente realiza una serie de proyectos enmarcados en un programa de Doctorado en Biomedicina de la Universidad de Granada, en el que estudia nuevas tecnologías y tendencias asociadas al deporte y el entrenamiento físico para demostrar su eficacia y validez en la población general. Una de ellas es la electroestimulación que, según resultados de sus estudios, “bien aplicada, provoca un incremento del metabolismo basal durante al menos 72 horas, con el consiguiente consumo extra de calorías y reducción de peso. Es decir que en los 2-3 días siguientes a un entreno con EMS se pueden consumir hasta 3000 calorías. Es importante contar con una herramienta capaz de movilizar a un amplísimo sector de población que no entrena, a personas que son físicamente inactivas y crear un sistema en el que, con escasa dedicación temporal, se logre maximizar los beneficios del entrenamiento deportivo”.

Pep Castarlenas

director de gimnasios ekke

“Llevo más de 25 años de experiencia en el sector del fitness. La EMS de miha bodytec marca un antes y un después dentro de la preparación física y en concreto del entrenamiento de la fuerza muscular. Altamente eficaz y rentable, representa un nuevo concepto y un punto de inflexión en el sector del fitness.”

Alfred Xhilaga y Oliver Terrill

fundadores de Bodsolutions

miha bodytec era la solución para eliminar los obstáculos habituales que impiden a la gente conseguir un cuerpo más en forma, como son la falta de tiempo, la pereza, las limitaciones físicas o falta de condición física. En dos años hemos abierto 10 centros y realizamos más de 10.000 sesiones de entrenamiento personal cada mes.”

Una oportunidad de negocio

La EMS constituye además una interesante oportunidad de negocio con la que muchas personas están alcanzando el éxito. Como explica el director de FitnessTechnology, “gracias al biotraje es posible abrir un centro de entrenamiento con una pequeña inversión, precisando pocos metros cuadrados de local y el mínimo personal empleado. Ayudar a los clientes a ponerse en forma en un tiempo récord constituye un nuevo modus vivendi en tiempos de crisis. Los miles de centros de EMS que estamos abriendo Europa y, como novedad en España, nos permiten constatarlo”.

Nuestros micro-centros

(pueden crearse también dentro de un negocio existente, ya sea un gimnasio, un centro de estética o de fisioterapia) constituyen un nuevo concepto de negocio pensado para ayudar a las personas a mejorar su aspecto, salud y bienestar. La inversión inicial se puede amortizar en pocos meses y a partir de ahí, las ganancias son significativas. En la actualidad hay más de 10.000 profesionales utilizando esta tecnología, con casi un millón de personas disfrutando de sus grandes beneficios. Definitivamente, el Biotraje es una revolución a todos los niveles”.

www.miha-bodytec.com
Tel. 965 761 880

